



鴉の声

毎年、冬の訪れが早くなって来ている近年ですが、今年は特に雨の多い年だなと思つています。11月24日にはこの地方にも雪が降り大変驚きました。都心に雪が舞ったのは54年ぶりとのこと、積雪となると明治の初期に記録があるということですから。今年は雪に悩まされるのではないかと思つています。各事業所もご利用者さんの送迎がありますので、時間にゆとりをもつて、運転に注意しながら望みたいと思います。悪天候時には時間通りに進まないということがあると思いますが、安全を最優先にしたいと考えておりますので、ご家族様にはご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

さて、12月は一年間の締めくくりの月でもあり、その年の振り返りであろうと思つています。長い間、社会の片隅に置かせて頂

くと、とても忙しい、忙(せわ)しないという時があります。その字のとおり、忙しいも忙し(せわ)しないも、「心を止くす」と書きます。この様な時には物事を失敗することがしばしばあります。「心を込めず」に仕事をやる訳ですから、物事が旨く進まない、どうにも整理がつかないという状況に置かれてしまふ。私自身、何度か経験しておりますが、こういう時には一旦立ち止まって、体制を整え、置かれていた状況を客観的に見つめなおす、何が過ぎて、何が足りないのか、いま一番優先的にすべきことは何かを「ゆつたりとした気持ち」で考える事が必要なのではないかと思つています。

「忙中閑あり」という言葉があります。忙しいときほど「閑」を見つけ、「心を取り戻す」事が大事だと思つています。一時に多くの仕事を抱え、ほぼ同時進行しなければならぬという時には、「粛々と進めて行く」と言い聞かせる事がありますが、ど

の様な状況に追い込まれても悲観的にならない、相対的に「樂觀主義」に舵を切ると展望が開けるといふこともよくあります。アメリカの自動車王、ヘンリー・フォードに「真面目な失敗はなんら恥ではない、失敗を恐れる心の中にこそ、恥辱は住む」という言葉があります。

日本シリーズを制した広島東洋カープの様に「神つてる」ということなどほとんどありません。人生なかなか思うようにはならないところが面白いのではないかと思つています。

(総合施設長 齊藤 操)

ときがね
な
ひととき

※法人内の事業所の日々の様子をお知らせします。

鴫嶺の家（高齢者・障害者）

今年も、いよいよ残りわずかとなりました。本格的な冬の到来を迎え、風邪などひかれていませんか？今年の冬將軍はなかなか手強いそうですよ。皆さん、体調管理に気を付けましょう。

私は、4月から鴫嶺の家で働かせて頂いていますが、驚いたことがあります。それは日常の事なのですが、「散歩に行きたいな」「サンピアに行きたい」「○○が買いたいから、△△に行きたい」こんな会話がよく聞かれます。私が今まで働いていた所ではなかなかみなさんの希望に沿うことが出来ませんでした。ですが、鴫嶺では、「では、行きましょう」と実行できてしまうのです。もちろんすべての希望をとはいきませんが、少し待って頂いたり、日を変えて行っていると思います。ずっと部屋の中にいるより気分転換にもなり、歩くことで運動にもなっ

ています。様々な物を見たり、触れたりして会話も弾みます。普段は寒がりです外に出たくないのですが、ここでは躊躇している暇はなさそうです。（笑）

自ら、何がしたい！どこに行きたい！と伝えられない方にも一緒に楽しんで頂きたい。なかなか外出した方がらない方にも、「行きたい」と思っているような場所をみつけないと思います。日々の何気ない会話から、ヒントが得られればと模索中です。



鴫嶺の家（児童）

11月から少しずつ寒くなり、本格的な冬の訪れを感じられる季節となりました。子ども達は寒さに負けず、毎日元気いっぱい遊んでいます。

11月は、支援学校で行われたお祭りへ、子ども達と遊びに出掛けました。お祭りでは、学校のお兄さんお姉さんが作った遊びの広場があり、海の中をイメージした手作りの遊具がたくさんありました。大きな海の滑り台や海のトンネルなど、工夫を凝らした遊具に子ども達は目をキラキラさせて遊んでいました。その中には、暗い海の中をイメージした場所もあり、カラフルな色のライトで照らしてあり子ども達を楽しませてくれました。K君は、カラフルなライトを見ると手を伸ばして触ってみたり、光がピカピカしているのを見て大喜びしていました。ボールプールでは、海に潜るよ

うに泳いだり、ボールを触ったり、それぞれお気に入りの遊具で楽しんでいました。

また、手作りパンが美味しいと聞いていたので、皆で買いに行きました。子ども達に好きなパンを選んでもらい、おやつで食べる事を伝えると、皆で頑張つて並び買うことが出来ました。評判通り、とても美味しかったです（スタッフも味見をさせてもらいました）。お芋のスティックも皆で美味しく食べました。来年も楽しみです。



ぼけつと

今年も気付けば 残すところあと1ヶ月早いものですね。ぼけつとでは 高校生のSさんが編み物を始めると、冬が始まる合図で、ヒーターや加湿器などの冬支度、クリスマスの準備と慌ただしくなります。

この一年を改めて振り返ってみると子ども達の色々な場面が思い出されます。なかでも、今まであまり小さい子どもと関わる事が少なかった中学生のR君利用が重なる度、年長さんのR君がゲームをしている隣りに座り「貸、し、て。」とタイミンをみて声をかけ続けていたところ、ある時から隣りに座ると顔を見て貸してくれるようになり、小さいR君が違うゲームに変えたくて「どうやるの?」と尋ねると、サッサと入れ替えてくれたりしています。

また高校生のRさんは、4才のK君が一生懸命車イスを押そ

うとしているのを以前ならば「私がやるから大丈夫」と言っ

てやってくれていたのですが、最近ではK君にやり方を教え一

緒に押す姿が見られました。そして、先月行われた各支援学校の文化祭では普段あまりいっしょに遊ばない子ども同士でも気軽に声を掛け合ったり、お友達の出る劇の時間を気にして他を見回ったりする姿が見られました。

こんな自然なやり取りがもつと多く見られるよう、来年度も頑張つていきます。



サポートセンタースピリッツ

先日、東金中央公園付近を視覚障がい者の方と歩いていると、小学校高学年ぐらいの女の子から「こんばんは」と明るく声をかけられました。時間は17時頃、薄暗い中で自転車に乗った女の子からの声かけにはじめは知合いかな!?と思いましたが、その子は知合いでありませんでした。

その後、女の子は「どうしたんですか?」と私たちに声をかけてきました。私が視覚障がい者の方を手引きしていたので気になったのでしょう。しかし、その女の子は、私が返答するまもなく、状況をすぐに察知し、「そっか。目が悪いんだ。がんばってね。」と明るく去って行きました。

ここで思ったことが二つあります。一つは、女の子は悪気がなく、ストレートに声をかけてくれたので逆にそれが、ご本

人の心を傷つけていないか? ということ。もう一つは、とてもフレンドリーな女の子だったので、薄暗い中、知らない人に声をかけ、このご時世大丈夫かな? ということです。

一緒に歩いていたらその後、話を伺うと、「元気な子ですね。元気をもらえますね。」とおっしゃいました。まっすぐ育っているいい女の子だな、と私も元気をもらえた瞬間でしたが、色々と考ええられた場面でした。



街かど福祉相談室ると

ニュースで今年の流行語大賞や今年の一文字などの話題が取り上げられるようになって、1年が終わるのだと感じます。1年はあつという間という印象を持つ方が多いと思いますが、特に12月は早く過ぎてしまうように感じます。

るとでも1年間振り返ると色々なことがありました。利用される方の人数、関わる事業所や機関の数は増えましたし、少しずつではありますがるると自体が認知されるようになってきました。相談支援事業所って何？から相談支援事業所ってどんなところ？へと。文字では伝わりにくいかも知れません。以前は、名前すら聞いたことなく「何なの」という感じでしたが、最近では「聞いたことあるけど、具体的には何をしているところなの」と関心を持っていただけるようになりました。何より不

信感を抱かれなくなりました。

るとは平成24年に立ち上がり今年で5年目を迎えますが、その間に障害総合支援法など法律が次々と施行され、障害者の背景や環境も変わってきました。これからも様々な変化があることかと思いますが、自分の望む生活を送れることを願う気持ちは変わりません。これからこの気持ちを忘れずに、皆さまの望む暮らしと一緒に考えていきたいと思っています。



ハンドワーク（生活介護）

12月に入り、寒さが身に染みる季節になり、皆さんいかがお過ごしですか？体調などは崩していませんか？インフルエンザが流行る季節ですので、どうかお体を大切になさってください。

ハンドワーク生活介護では、ふれあいセンターに飾る12月のポスターを作成しています。作成に参加している人同士で、好きな柄の折り紙を購入^(※)、ドット柄や、スイーツ柄、綺麗な光沢の折り紙等々、どんなものが好きなのかが垣間見えるお買いものでした。折り紙選びが終わると、さっそくサンタクロース

折りにチャレンジ！！黙々と説明書を読んで進める人、職員と一緒にゆっくり折る人などなど、思い思いのスタイルで折ります。クリスマス用の靴下にトナカイ、ツリーの星に、リースなどなど、できそう

なものを選んで？と伝えると、Mさんは雪の結晶を指さし「折る！！」とやる気満々。

実はMさん、ハサミを使うところが苦手で、選んだ雪の結晶はどうしてもハサミが必要なものでした。それでもチャレンジすると、震える手で書いてもらった線の上をゆっくり切り進め、なんとか完成！！とてもうれしそうな笑顔を見て、時には苦手な取り組みにチャレンジすること、そして見守りのもどかしさと大切さを噛みしめたひと時でした。



ハンドワーク（就労継続支援B型）

11月もイベントが2回あり、いずれも日程が近かったため準備等がなりました。11月19日は東金特別支援学校「やまもも祭」、雨の降る寒い日でした。雨にも負けず、50個近く作ったシフォンケーキも11時には完売しています。販売に参加した利用者さんの母校ということ、沢山の先生方に声をかけて頂き利用者さんの嬉しそうな顔を見ることが出来ました。利用者のMさんは、お世話になった先生に注文を受けて製作していたクラフトのカゴバッグを本人に直接渡すことができ、とても満足そうな様子でした。

11月27日は東金市産業祭。朝、搬入作業の頃は雨が降っていました。産業祭が始まる時間には雨も止みましたが曇天の空模様、気温が上がらず寒い1日でした。会場の端という少し立地条件の悪い所での販売でした

が、みんなで大きな声を出し集客に努めました。「玉こんにゃくいかがですか〜、ひやくごじゅうえんです！」と音を外しながら声かけをしたり、カゴに手作りのお菓子類を詰めて会場内を売りまわったり、皆で積極的に接客をしていました。利用者Sさんは「トイレ、トイレ」と言いながら席を外し、帰ってくると出店のフライドポテトを買ってきておいしそうに食べていたようです。



ありさ（就労継続支援B型）

前号に引き続きイベント出店の話になりますが、今年は色々な方から声を掛けていただいたおかげで、昨年に比べ3カ所も多くイベントに参加させてもらいました。その分働いている皆はいつも以上に商品の製作や準備に大忙しですがいつものように賑やかに、愉快地頑張っています。

販売の主力はサーターアンダギーで、この所毎週のように作っていたので、作業分担して手際よく作ることが出来るようになってきました。

Oさんが生地を手早く丸め、Mさんに「はいMちゃん!!」と手渡します。するとMさんが鍋の中に油が跳ねないように慎重に落とします。アンダギーが浮いてきて割れ目が出来たら、今度は2段階揚げをします。「S君行くよー!!」と元気よくMさんが声を掛け、「はいはい」と

落ち着いた感じでSさんが答える見事な連携が見られるようになりました♡

洗った物が出ると、すぐに手が空いている人が洗い物をして片づけもします。自分たちが今何をやるべきで、次に何をやらなければいけないのか、がわかって動いているなあ…と成長を感じながら一緒に働ける幸せを噛みしめている今日この頃でした。



五根の家（グループホーム）

『暑い、暑い！』と汗を流して過ごした夏から季節は秋を通り越して冬になっています。

この時期はインフルエンザが流行する時ですが、テレビや新聞のニュースでも例年以上に流行っているとの事で気をつけていきたいと思います。先日、予防接種では、注射の際、何事も無いように澄ました表情の人、顔をしかめる人、大きな声で痛がる人など、みなさんの反応は様々で普段見られない表情もあり新鮮に感じました。

先日、91歳になられたTさんのお誕生日会が行われました。いつものように、スタッフからのお祝いのコメントを綴った色紙をお渡しして、ケーキでのお祝いでした。親戚の方にもご参加頂き、更に特別ゲストで小規模多機能ホームをご利用の3人娘（特別に命名させて頂きました^(A)）にも来てもらい、普段から

よく歌を口ずさんでいる3人娘なので、ハッピーバースデーの歌の他に3曲ほど歌って頂きました。

お誕生日には可能な範囲でご家族や親しい人にも参加頂いています。お祝いごとは身近で大切な方に祝って頂けるのが一番だと思っています。

イベントが終わった後は、人によつては内容を忘れる方もいますが、楽しかった気持ちや嬉しかった気持ちはどこかに残っています。これからお年寄り一人ひとりにとつて、気持ちに残るやりとりを大切にしていきたいです。



五根の家（小規模多機能ホーム）

昼夜の寒暖の差も段々と大きくなり、少しずつ冬の訪れを感じる頃になりました。

例年、冬にはインフルエンザやノロウイルスを中心とした食中毒・感染性胃腸炎が流行するので、予防を徹底していきたいと思います。

11月中旬に東金市文化会館で行われた東金芸能発表会に五根の家のスタッフが歌の発表をするとのこと、お年寄りの方たちと応援にきました。そこでは、素敵な歌や力強く美しい踊りを見ることができ、お年寄りの方たちも笑顔で元気を頂いているようでした。

ある方は『私もここで歌いたい！来年までに歌を練習しないと』と笑顔で話されていました。帰りの車中や五根の家に戻ってからもある方が自分の十八番の歌を歌われる、周りの方たちもそれに触発され、それぞれの持

ち歌を歌いあつたりして少し早い紅白歌合戦のようでした^(***)

また、大和公民館で隔月に行われる、もんじゅの会^(*)にも参加させて頂きました。今回は健康体操の会で歩ける方が中心の参加でしたが、車椅子のお年寄りにも1名お声かけして参加されました。そこでは実際に身体を自分で動かす事は少なかったのですが、元々地元の方だったので知り合いの方もおり、みなさんから声を掛けられて交流されていました。これからも地域の方々との触れ合いを大切にしていきたいと思いました。



サポートセンター「こころん

今回は「地域の力」についてお伝えしたいと思います。ここでは支援の一つとして食料援助を行うことがあります。フードバンクちばからお預かりした食料、地域の方々から寄付していただいたお米やお野菜を必要な方に渡しています。農家さんには、日払いのお仕事もいただいていますがお仕事は素晴らしいのです。自然の中、おおらかに受け止めてくれる農家さんのもとで働いているうち少しずつ気持ちが前向きになって、再スタート出来る人がいます。傷ついて疲れてしまった人たちの心のリハビリになっていると思います。先日行き場のない人がおり東金警察署の方々と一緒に支援させていただきました。勤務時間はとくに終わっているのに、彼に付き添い、本当に誠実に取り組まれています。東金警察署には闇金に関し

てもお世話になっており、迅速な対応に感謝しています。また、通勤に必要な車を買いたいが予定していた融資が通らなかつた人に対し、違う条件でもいいですよ、と引き受けてくれた車屋さんがあります。地域で困っている人を地域の人々や機関が救い、こころんはそれをつなぐ役割なんだな、と感じています。

暮らしや仕事のことでお困りの方はご連絡ください！

◆営業日・時間

月曜日～土曜日 9:00～18:00

◆相談電話

0475(50)4251

◆メールアドレス

cocoron@ninus.ocn.ne.jp

◆所在地

東金市東上宿3-15



企画・イベント情報

ヨガサロン

健康管理、仲間づくりにヨガを始めませんか？

旧道の岸本薬局の斜め向かいにある「ありさ」の2階で開催中。

開催日 1月11日(水)

1月25日(水)

※興味のある方はご連絡ください。

ありさ(50-0362)

子育てサロン②

日頃の子育てについての困りごとや、情報交換など保護者同士で話をしたり、学んだりする場です。

開催日 平成29年2月予定

10時30分～12時

会場 鶺鴒の家(児童)

東金市東金425-2

※興味のある方は、ご連絡下さい。

(50-1081)

お知らせ

スタッフ募集

子どもや障がい者、お年寄り等、人に関わる活動に興味のある方、一緒に働きませんか？

日数・時間・曜日・内容(介護・保育・支援・食事づくり・清掃など)・年齢等ご相談に乗りません。

※興味のある方は、ぜひ当法人にご連絡ください。

(53-3630)

ボランティア募集

趣味や特技、仕事を通じて身につけたスキル、体力等、自分らしさを生かしたボランティア活動をやってみませんか？

ボランティア活動を通じて得られる効果は無限大です。

子どもや障がい者、お年寄り等、人に関わる活動に興味のある方は、ぜひ当法人にご連絡ください。

(53-3630)



理事 阿知波 純子

き動かされる様に毎日を生きていました。

新しい自分に生まれ変わるかの様な生き直し。けれどそうではなく元々自分の中にあつた大切な本当の自分をひとつひとつみつけて、掘り起こしそこから新たに育ち直すそんな時だったのです。

私が私であるための本当の私の一番大切な部分。私の生きる意味。いつかどこかに置き忘れてきたのか、心の奥底にしまいこんでなくしてしまった宝物であり、人としての原点です。

それを思い出させてくれたのが新しい命でした。そんな子どもとの日々は素晴らしく刺激的でしたが、実は当たり前前的事ばかりだったといえます。

それは今まで隠し、目をつむり、避けてきたことに向き合うことでもあり、だめな、いやな自分を見せつけられ、認めないわけにはいきませんでした。それはとてもつらい毎日でしたが、そんな自分をゆるし、本当

の自分を生きてゆくきっかけをくれた感謝すべき時でした。

子どもに関わる仕事をずっと続けてきた中でたくさんの子どもたちから多くを学んできたと思っていた私でしたが、ここまですの生き方を問われたことはありませんでした。

あれ以来ずっと今も問われ続けています。育ち合い続けています。

何かに迷い、何かにぶつかった時、いつもその「人としての原点」に戻り、考えます。「命に添う」という人としての生き方を気づかせ、思い出させてくれた子どもからの問いはこれからは「全て自分の中にある」ということも、子どもから気づかせてもらいました。

子どもが育つ瞬間に立ち会うことは自分も人として親として、育つ瞬間でもあります。人任せにするなんてもったいないこと。そんな子どもとの日々か

ら「自主保育おひさまはらっぱ」は始まりました。

東金の地で始めて、今年18年目となります。あれからたくさんの子どもたちから、自然から、そして地域の方々とのつながりから多くの気づきと学びを頂き、今も命の育ち合いをつなげています。全てに感謝しています。まだまだな私ですが、どうぞよろしくお願い致します。

編集後記

2016年もあとわずかか…。年々月日の流れが早く感じています。環境も少しずつ変化し、戸惑いや混乱も多々ありますが、少しでも早く慣れていきたいです。(W)



ちばしゃ通信 (Vol.26)

発行日：2016年12月15日
発行元：ちば地域生活支援舎
編集責任者：宮下・太齋
連絡先：0475-53-3630