



## 鴿の声

例年、梅雨明け十日といつて、七月下旬、特に八月上旬は一年を通じて最も暑い時期を迎えることになり、熱中症で救急搬送される人たちもかなりの数に上ります。一昔前から比べるとその暑さは地域によつては体温より高いところもあり、熱中症には個々の対策がとても重要になります。

私も、各拠点の定例会議に出席した際には、必ず職員及びご利用者への熱中症対策を工夫して取り組む様に要請しております。特に、高齢者や子どもは体温調節が難しいということもありますので、注意深く見守りながら対応して参りたいと思います。

さて、先月、国連で難民支援に尽力された、犬養道子さんが九十六歳で亡くなりました。犬養さんは、国連難民高等弁務官時代には全力で難民支援

を行い、紛争地域には自らの危険を顧みず積極的に現地に入り、常に現状の把握に努力をしております。今でも、世界では内戦を始めとした紛争が絶えることはありません。欧州には難民の受入に寛容な国もありますが、当時の国際社会は大変困難な状況にあり、国連の難民支援機関を始めとした各国の支援機関は大きな苦勞をしていたのではないかと思われます。その様な状況の中で犬養さんは奮闘を続けました。国連総会で難民支援を訴えたスピーチの中に「忍耐と哲学をかければものごととは動いて行く」という言葉を残しましたが、困難な状況が続いたらこの言葉を思い出して頑張れることもありますが「頑張りがすぎたらひとやすみ」することも必要なのではないかと思います。

また、先月号でも紹介させて頂きました、本会では、まちの保育所「いくりん」と生活困窮者自立支援事業所「こころ

ん」と連携する、子ども達の居場所と学習支援を行う「ゆーすぽーと」を同様の時期にスタート致しました。おかげさまで「いくりん」の方は順調に進んでおりますが、「ゆーすぽーと」の方は、夏休みということもあると思いますが、登録人員や一日当たりの利用者も増加し、お手伝いをして頂ける人の確保も難しい状況となっております。今後、「ゆーすぽーと」の存在が更に認知されると、利用する、児童・生徒の数も増加することが予想されます。教職員免許を持たない方でも、応援して頂けることは沢山ありますので、時間の許す範囲でお手伝いいただければ大変うれしく思います。

これから、暑い時期を迎えますが、職員一同頑張つて参りますので、引き続きのご支援とお力添えを、改めてよろしくお願い申し上げます。

# 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。

鴉嶺の家（高齢者・障害者）

梅雨明けをして、だんだんと残暑が厳しくなってきました。みなさんは、いかがお過ごしですか？鴉嶺の家では、暑さに負けず夏の雰囲気を楽しんでいます。

Yさんは週末になると、海の方へドライブに出掛け、車内で「海がきれい！」と言ったり、歌を歌ったり、手拍子をしたりとドライブを楽しんでいる様子です。最近、倅田來未の「キューティーハニー」という曲がドライブ中に流れていた時には、サ

ビの部分になると、嬉しそうに踊りながら歌っていました。スタッフと一緒に歌ったりしていると、Yさんは「うまいねー」と褒めてくださいます。Yさんと一緒に同乗されているMさんも「キューティーハニー」を何度も聴かれていて、手拍子をしながらか、体を揺らし楽しそうにしていました。

Mさんは、海の方へドライブに行かれると、「ジャブジャブ」と言って水遊びをされたい様子が見られ、ドライブから戻ってきてからビニールプールで遊んでいました。鴉嶺の家の駐車場にビニールプールが出されている時は、ニコニコしながら「ジャブジャブ」と言ってプールの前から離れずにいます。声掛けで、スタッフと一緒にプールの中に足だけ入れて楽しんでいる様子が見られました。

鴉嶺の家（児童）

いよいよ暑い暑い夏がやってきました!!暑いのが苦手な私にとっては、長い長い夏休みの始まりです。いかに自分も楽しむかにかかっているのです。

まずは嬉しいご報告。『夢まるふぁんど』より助成金が授与されました!申請より多く戴きました(ポータブルDVD・タブレット・カメラ・防災頭巾)。心から感謝しています。大事に使わせて頂きます。

夏休みといえば、家庭用プールでの水遊びです。気持ちよさそうに水に浸かっている子、水鉄砲を手に通りかかるスタッフを狙っている子、ホースシャワーで虹を見つけた子等々、毎日のように楽しんでいます。雨の日には、スライムを作りました。長い時間手にして伸ばしたりモミモミしたり、指先や手の平の感触を楽しんでいました。

私も感触が気持ち良くて、懐かしかったです。

長い夏休み、ちよつとしたお出かけも計画し、成田国際空港に行ってみました。事前に地球儀で日本を探し、飛行機の紙芝居を見てから出発です。空港内ではキョロキョロわくわくの子ども達。色々な服装や人種の人々がいました。展望台から、間近に飛行機が飛び立つ所を見て大興奮。『ワン・ツー・スリー!』と、カウントをして見つけていました。

まだまだ長い夏休み。水遊びや物作り、色々な公園にもお出かけする予定です。元気が一番。熱中症等に気を付けて、楽しく仲良く過ごしたいと思います。



## ぼけっと

梅雨が明けたのに雨が降ったり、なんだかすつきりしない夏が始まりました。でも晴れると暑い！遊びにくい夏休みですね。環境省の熱中症予防情報サイトを参考にしながら、水遊びをしたり、カレーをみんなで作ったり、東金の科学館へ出かけたりしています。普段は学校が違ったり、利用する曜日が違うため、一緒に過ごす事のない友達と久しぶりに会って嬉しそうだったり、戸惑ったり、お子さんによって色々な表情が見られます。

今年1年生になったR君、長期休み中心に利用されています。そんなR君を見つけた4年生のK君。「ねえ。遊ぼうよ」と声をかけました。いきなりだったのでR君も「えっいいいよ」と最初は断っていたのですが、「いいじゃん、遊ぼう。こつちおいだよ」と誘われ

ボールハウスの中へ…。「何して遊ぶの？」とR君。「おままごとだよ。」と言いながら、何かを作るK君。「えっえ俺いよ」と断るR君。「なんでくも作っちゃったしさあ。せつかくだから食べてよく。せつかくだからさあ」K君がそう話すと、「ん〜じゃあ。」と差し出されたおもちゃの魚を食べ始めました。美味しいですか？と感想を聞かれると「美味しいです。」と答え、次々に出されるご馳走も笑顔で食べていました。いつもなら誘ってもおままごとをしてくれないK君なのですが、楽しそうに遊ぶ2人を見てうれしく思いました。



皆様、初めまして。新しくサポートセンタースピリッツの管理者になりました、亀山です。これから皆様に色々ご迷惑をおかけしてしまう事があるかもしれませんが、その都度、ご指導ご鞭撻のほど宜しくお願い致します。

## サポートセンタースピリッツ

はじめに、九州北部豪雨の被害に遭われた皆様にお見舞い申し上げます。このような悲劇が繰り返されないことを切に祈っています。

さて、今年の梅雨はどこに行ってしまったのでしょうか。例年ならジメジメした空気の中で、気分も憂鬱になりがちですが、今年はずっと雨が降らないために、ジメジメではなく、ジリジリとした雰囲気です。暑さや体が堪える季節を迎えています。みなさん、こういう時はよく冷たいものを食べたりしませんか。

しかし、そういう時ほど常温に近いものを摂ることをおすすめします。こういう時に冷たいものばかり摂取してしまうと、お腹を冷やしてしまい、逆に体調不良の原因になってしまいう可能性があるのです。できるだけ冷たいものは控えて過ごした方が体にとってはちょうどいいのではないかと考えています。

同じように、冷房のつけすぎはあまり身体によくありません。冷房が強い時には一枚余分に羽織ったりして、体調不良のもとを自ら作らないようにしていきませんか。

早いものですが、暦は秋を迎えます。お手紙に書く文章も、残暑と書く季節になって参りましたが、夏はこれからが本番です。楽しみながら夏を過ごしていきましよう。



子供たちが夏休みに入り、庭先で水遊びをしている姿をみかけます。気温は各地で30度を超え、暑さに負けそうになります。が、その中でも楽しみを見つけよう！と思ってはみたものの、結局、冷房の効いた部屋で過ごしています。これも一つの楽しみではありますが、「涼」を感じる方法を昔の人の知恵に倣い実践できればと思います。

昔といえば、学生の時、国語の授業で現代語以外に古典を習いました。当時は昔の言葉に興味もなく、読みづらい文章だなという印象が強かったのですが、自分たちが使っている言葉たちの歴史をたどることが出来る授業であったのかもしれない。美しい日本語を話す人、もしくはそのような場面に遭遇した時、自分が使っている言葉を振り返り、改めて言葉の意味を見直すようになりました。

以前、入浴時に湯加減をたずねた時、「いい塩梅」という言葉が返ってきました。最近では使われなくなりましたが、とても印象深く、ところがほっこりする言葉のひとつです。電話で話す時、計画書で文章をまとめる時、適当な言葉が使われているか、相手の気持ちを代弁しているか、あらためて気を付けていきたいと思います。



毎日毎日うだる暑さですね、皆さんいかがお過ごしですか？今回は、ハンドワーク就労B型と生活介護の合同にさせていただきますました。

ハンドワークに生活介護サーブスができて1年と数か月が経ちました。もともとは一緒に過ごしていた皆さんですが、今は生活介護の利用で毎日A棟で過ごす人、就労B型の利用でB棟で毎日お仕事の人、両方のサーブスを交互に利用している人とさまざまです。

両方のサーブスを使っているCさんは、A棟の日はB棟には行っただけはないと思っただけらしく（逆も然り）、となりの棟へおつかい事を頼むととてもうれしそうに行ってくれます。それを見て「私もおつかいする」と他の人からも声があがります。Dさんは、A棟から毎日B棟のカレンダーや日付を替え

に来てくれます。

就労さんは、期限付きのお仕事もあり、全員で何かをする事が減りましたが、時々手の空いた時に就労と生活介護全員で散歩に行く事があります。歌好きの就労のEさんと生活介護のFさんは手をつなぎながら2人交互に唄いながら歩いています。そんな中、先日7月20日に手をつなぐ親の会主催の山武地区スポーツ・レクリエーション大会が東金アリーナで開催されました。毎年参加させてもらっています。今年もハンドワークは就労、生活介護共にみんなで参加してきました。前日から当日を楽しみにしているAさん、いつもは朝が苦手なゆっくり来所しているBさんは当日の朝は集合時間に余裕をもつての登場。みんなそれぞれ楽しみにしているのが伝わってきました。会場ではありさとも合流し、今流行り？の恋ダンス、綱引きに障害物競争、玉入れ、リレーなどを行いました。得意不得意

があるので全部に参加する人もいれば、走らない綱引きや玉入れなどに参加する人、発作の心配があり応援に専念する人、途中からロビーで自由に過ごす人や寝てしまった人もいました。

しかし！パン食い競争だけは全員参加してきました。みんな好きなパンが取れたかな？

東金市山武市のマスコットキャラクターもたくさん登場し、かわいいものの好きのみなさんはすぐさま彼らのもとへ。キャラクターとの撮影時間もありませんで記念撮影もしてきました。

以前は一緒に過ごしていたけれど、最近はなかなか交流が来ず、寂しい思いをしていたCさんやDさんの笑顔が見ることが出来き、私達もうれしくとても励みになりました。これからこのようなイベントでの交流や普段の生活の中でもちよつとした交流の時間を提供できればいいなあと感じた1日でした。

これから8月を迎え、夏本番

となり、まだまだ暑さが続きませんが、熱中症に気をつけ水分をしっかり取りつつ、みんな元気に楽しみながらこの夏を乗り切りたいと思います。



### ありさ（就労継続支援B型）

ありさでは、今までおにぎりを作っていました。昨年より炊き込みご飯を主にしたお弁当を作り始めました。

お弁当と言っても、中くらいのフードパックに炊き込みご飯を詰めたものなのですが、最近では、私達職員やメンバー、ハンドの仲間もお昼に食べたいとの声もあり、簡単なおかず2種類も添えて作る様になりました。

今までおにぎりを販売しに行っていたふれあいセンターのふれあいショップや、山武合同庁舎では、おかず無しで販売をしています。それでも売れ行きはまずまずです。

毎回作るのは15〜20食で、その内のほとんどが注文になり、残りを販売に回しているのですが、自分たちで販売に行って売れていくのを見ると思わず、「やった!!」と喜びをかみしめています。また、帰りの会に

全部売れた報告をすると、みんな声を上げて拍手喝采で喜びあっています。

自分たちの作った物が売れたことを喜んでる姿を見ると、仕事にやりがいを感じてくれているかな？と思える瞬間です。





## 五根の家（グループホーム）

皆さん、七夕には願いをこめましたか？五根の家グループホームでも竹と短冊を用意し、七夕を行いました。皆さんに願いを伺うと「もう歳だから願い事なんかないよ。」とおっしゃる方がほとんどでしたが、スツプは願い事を聞き出そうとみなさんの話に耳を傾けたり、普段、生活されているうえで皆さんが大切にされていることを願う事として短冊に書きました。その願い事のほとんどが、家族の幸せを願うもの、おいしいものを食べたいというものでした。歳をとると夢や希望、想いや願いというものは自分のものというよりも家族や自分が親しくしている人に幸せになってもらいたいと思うということ、食はやはり大切だということを感じました。でもちよっぴり自分に対する願いを持っていただけたらなと感じ、その願いを

持っていたいたくためにはどういう働きかけが必要かなと考えさせられました。

季節を感じていただき、楽しい、うれしいという思いを年齢を重ねても感じていただき、何かしら「生きがい」を持って生活していただけるように私たちも知恵を絞ってやっていきたいと思えます。その中で、やはりおいしい食事は人を幸せにするので食事を大切にして行きたいです。

ご家族様より竹をいただきました。ありがとうございます。



## 五根の家（小規模多機能ホーム）

先日、入院されていた方が無事退院されました。入院の原因となった症状は改善されたものの、入院中に嚥下機能の低下があり経管栄養（鼻から管で、栄養剤を入れる）となりました。鼻への違和感で手が伸びる為、管が抜けやすいようにとミトンの手袋を着用して拘束された状態でした。退院に当たりご家族と相談の上、拘束はしたくないので手袋は外し、管が抜けたらその時点で考える事にしました。退院後に近医の先生に相談し、抜けた場合の対応についても選択肢を設けて検討しました。病院の嚥下専門スツプが機能を調べたところ口からの食事は無理との診断でした。入院前まで口から食事をされていたので、このまま諦めたくなく、ご家族と相談の上、リスクを理解した上で経管栄養をしながら少しずつ口からの食事

（ミキサー・トロミ食）を試みました。スツプ間で嚥下が正常に行われているかを確認する方法や食事前に唾液の分泌を促すマッサージ、飲みやすい食事の形態や一口の量など確認し合いました。退院当初はむせ込みがあり、数口で無理せずに中止して慎重に行い、主たる栄養は経管栄養で行いました。徐々に飲み込みもスムーズになり食事が量が増えていたある日のこと、自宅での夜間中にご自分で管を抜かれました。ご家族と相談し、口からの食事も増えていたことで、これを機会に口からの食事だけにしてみる事になりました。食事が進まない場合に備え内科の先生にも報告して何かあったらすぐに対応を検討する事になりました。多少の波があるものの、ある程度口から必要量の食事や水分を召し上がった為、経管栄養は暫く考えずこのまま出来る限り、口から食事が続けていけるように充分気を配り、ご支援していきたいと思

## 「ころん」

暑い日が続いていますが、お元気ででしょうか。ころん職員は相談に来た人の話を聞いた後、手続きに同行したり、日々頑張っています。

日頃、心掛けていることは、

「①出来ることはご自分で。」

「②ご本人が決める！」です。

①は相談者の能力、体力、体調（精神状態）の把握が大切ですが、これは簡単にはわかりません。なので、大丈夫と思ってお任せした準備が出来ていなかったり、逆に介入が必要だと思っていた事をご本人がきちんと出来たりという事があります。お付き合いを重ねてその方に必要なサポートがわかってくると思います。頼りにしてもらえ、事は光栄ですが、依存になつてしまつとご本人の自立の妨げになります。この見極めも大切だと思います。②はご本人が納得していないと、どんないい提案も

リスクをはらみます。逆に色々アドバイスをしても違う方向でご本人が決めた事は、結果が悪くても納得して次の手を打つことが出来るようです。そういうケースでおひとり、「専門職なら止めて欲しかった！」と言われて随分困りました。無理にしていたことは出来ないし、強引に止めることも難しい…。寝苦しい日が続きますが、夏風邪などひかないようお気を付け下さい。



## いくりん

いくりんでも猛暑との闘いがスタートしています！と言っても、いくりんのお部屋は快適そのものですが…

お外が大好きな子ども達の為に、夏の間は午前おやつを早め、朝のお散歩に出かけています。一度、鶉嶺の家の前で皆さんに「いつてきま〜す！」と手を振り踏切へ：踏切のカンカンカンが聞こえてくると、もう子ども達は大興奮！覚えてたの「カンカン」を力強く連呼します。電車に向かって「ばいばい」と手を振ったり、ジャンプしてみたり♪すると運転手さんもポーンとやさしく警笛を鳴らしてくれたり、手を振って応えてくれます。この時間は子ども達にとって最高に素敵な時間なのです。

また、生後5ヶ月になるRちゃんにとっては初めての夏。いくりんの賑やかな環境にも慣

れ、今ではミルクの量が増え、お昼寝の時間も長くなりました。スタッフの顔も覚えて、あやすと満面の笑み<sup>（寝返りももうすぐ見せてくれそうです）</sup>。

この夏は11名の子ども達とカブトムシ3匹、ザリガニ1匹、時々来てくれる可愛いボラントイアさんも一緒に、いろいろなことにチャレンジしながら猛暑を乗り越えていきたいと思えます。



子どもたちの学習支援の場「学び舎 ゆーすぽーと」が船出して2ヶ月を経過し、荒波にもまれている近況をお知らせします。

法人内外の本当にたくさんの方のご協力をいただいていたわたくしは、最初の子どもを迎え入れたのが6月21日でした。関係機関への周知が行き届いていない状態で当たり前といえども、半分以上の時間が経過し1件の入舎相談もない状況だったので、中学3年生の男子が扉を開けてくれた時は安堵し、感慨を覚えたものでした。

6月中は3人の登録、通ってくる子はほぼ毎日2人だったので、2人のスタッフがマンツーマン対応でした。週一度の3人体制の際には、環境整備に時間を割くことも可能でした。勉強の合間のティータイムは、いた

だきもののお菓子をつまみながら和やかなひと時でした。

夏休みが間近になった7月からは、にわかには様相が違ってきました。相談件数が増え、入舎希望者が続きました。3人兄弟、2人兄弟、3人兄弟と兄弟申し込みが続く、7月中に登録者数は17人に増え、通ってくる子ども連日10人越えの状況です。内訳は、小学生が1年生3人を含む8人、中学生が8人で内受験生6人、高校生1人です。併せて、12日から食事の提供を開始したため、慢性的な人手不足でてんやわんやの状況です。

総務の若手の応援やボランティアの皆さんの支えで凌いでいるというのが、現状です。でも、まだまだなんです。百聞は一見に如かず。どうぞお出かけください。そして喧伝していただき、ボランティアに繋がっていただけると幸いです。活発で可愛い子どもたちに元気がもらえ、という得難い特典付きです。

営業：午前10時～午後8時

場所：東金ショッピングセンター「サンピア」内1階

(ステージコート脇)

内容：福祉、介護、子育て、

ボランティア・市民活動に関する情報提供、相談

★福祉・介護・子育て等に関する情報の掲示・配布をご希望の方は、当法人までご連絡ください。  
(0475)533630



## 東金ひと・しごと・くらしサポートセンターころん

当法人では、平成28年5月より、東金市の委託を受け「東金市生活困窮者自立相談支援事業」の業務を開始しました。

概要は、ホームページ又はチラシをご確認ください。

- ◆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













# 1Day ボランティア 募集



- 子ども達に自分の「知識」や「技術」を伝えたかった人
- 子ども達と一緒に学びたいと思っている人
- 子ども達に「感謝」や「ありがとう」をつくってあげたいと思っている人
- 子どもに関わる活動がしたいと考えている人
- 子ども達に「教える」とはどのようなことか?を学びたいと思っている人
- 子どもに関わる仕事をしたいと思っている人
- 子ども一人ひとりに寄り添いたいと思っている人
- 未来をつくる子ども達のために何かしたいと思っている「あなた」...

**あなたの「思い」と「時間」と「力」を少しだけ、  
地域の子ども達のために活かしてみませんか?**

- 実施期間 平成28年6月1日～平成30年3月31日
- 活動日 月曜日・水曜日・金曜日・土曜日
- 活動時間 平常時 15:00～18:00  
臨時休業(夏休み・冬休み等) 9:00～13:00
- 活動内容 小学生・中学生への学習支援、学習の見守り・サポート、  
社会体験のサポート、食事づくり、読書会など。
- 活動条件 毎月1日、2時間程度

お問い合わせ先

学び舎 ゆーすぽーと  
TEL.0475-86-6543



学び舎  
ゆーすぽーと



東武金町より車で6分、徒歩15分

## 編集後記



ちばしゃ通信  
(Vol.34)

発行日：2017年8月15日  
発行元：ちば地域生活支援会  
編集責任者：宮下・太齋  
連絡先：0475-53-3630

まだまだ暑い日が続きそうですが、台風が多く発生する時期でもあります。突然寒さを感じる日があるので、羽織りものを持ち歩くようにしています。みなさんも体調に気を付けてお過ごし下さい。(S)

いくりんが開所してから早4ヶ月が経ちました。夏の暑さにも負けない大きな泣き声、そして大きな笑い声が聞こえます。そんな声を聞いてると夏バテが吹き飛んでいくような感じがしています。(W)