



齊信会

ガーデンプレス

(冬号) No.4

平成29年1月 発行

発行元：社会福祉法人齊信会


編集人：山田隆志 田上篤 本岡美奈子

発行責任者：渡部忠夫

住所：〒262-0018

千葉市花見川区畑町 591-17

電話：043-350-1550



新年明けましておめでとうございます。

寒さがこの数日間でより一層増してきましたね。利用者の方、職員ともに体調管理に気をつけて、今年も一年一緒に頑張っていきたいと思えます。

皆様、今年も一年宜しくお願い致します。



計画相談支援事業について

支援課長 山田隆志

皆様、明けましておめでとうございます。本年もどうぞ宜しくお願い致します。相談支援業務を担当させて頂いております山田隆志です。この冬は暖かい日が続いていましたが、年が明けてから本来の冬の厳しさを感じる毎日ですね。皆様も体調を崩さぬようお気をつけください。

さて、今回は私が担当させて頂いております相談支援業務についてお話させていただければと思います。目まぐるしく法制度等が変化していく中で現在の「相談支援」の形になったのは平成24年度からです。「相談支援」は大きく分けて2つに分かれます。ひとつは「計画相談支援、障害児相談支援」。もうひとつは病院に入院している方等への地域移行やその後の地域生活を援助する「地域相談支援」となります。

「計画相談支援（障害児相談支援含む）」は障害がある方が自立した地域生活を送れるよう、抱える課題の解決や適切な（その方にあった）福祉サービスの利用へつなげられるよう相談にのり、きめ細かく支援していくというものです。…と書くと非常に抽象的な業務なわけですが、実際はどのようなことをしているのでしょうか。

障害福祉サービスを利用する方は『サービス等利用計画案』という計画書を作成しなければな

りません。それが業務のひとつの大きな柱と言えます。この計画書を作るタイミングは新規の方

はもちろん最初の段階です。そして、これまでも福祉サービスを利用されてきている方に関しては受給者証の更新のタイミングで作成することになっています。平成24年から始まり3年間は移行期間として設定されていたので、今では斉信会の事業を利用されている多くの方が相談支援事業所（畑町ガーデンとは限らない）に「サービス等利用計画案」を作成してもらっているのではないのでしょうか。

計画相談は斉信会を利用している方だけとは限りません。他の事業所の他の福祉サービスを利用している方からも依頼があります。それもそのはず、花見川区で「サービス等利用計画案」を作成できる相談支援事業所はたったの8事業所。新規の方は福祉サービスを利用する前にまずはサービス等利用計画案を作成してくれる相談支援事業所を探さなければならないのが実態です。現在は斉信会を利用してくださる方はもちろん、新規の方や斉信会以外の事業所を利用される予定の方も幅広く作成依頼を受け入れる努力をさせてもらっています。割合としては斉信会以外の方が斉信会を利用している方の2倍位でしょうか。

対象の方ですが、成人の方だけではなく「障害児相談支援」もしていますので、小さなお子さんやその保護者の方とも繁盛にやり取りをさせてもらっています。一番下だと1歳児ですね（ちなみに一番上は60代の方です）。計画相談支援の面談は家庭内状況も把握する必要があるとの考え方からご家庭訪問を基本とさせてもらっており（場合によっては畑町ガーデンで面談することも多々ありますが）、小さな障害のあるお子さんのいるご家庭に毎日のように訪問させてもらっています。そこで聴かせてもらうお話は様々な方向に広がりを見せます。そもそも小さいお子さんを育てるということ自体が喜びと苦勞の結晶で、そこに障害受容の話が加わると生後間もないお子さんの話でも、いや生後間もないからでしょうか、保護者様からはたくさんのお話をいただけます。「1歳半健診」「療育センター」「言葉、歩行の遅れ」「こども病院」「早期療育」といったよく耳にするワードはあるものの、10人のお子さんがいれば当然10のストーリーがあり、お父様お母様の熱い言葉からは、こちらも真剣に臨まなければいけないと日々感じているところです。

話を聴くのは最も重要な業務ではありますが、相談支援はそれだけではありません。サービス等利用計画案を作成し（もちろん本人あるいは保護者様に確認してもらう）、場合によっては望む事業所と一緒に探したり、契約に行ったりします。事業所を利用開始すれば対象者が適切にサービスを利用できているか様子も見に行ったり、職員の方にお話をきいたりします。それを定期的に作成することになっている「モニタリング報告書」に落とし込み、またそれを本人や保護者の方と確認していきます。

業務としてはその繰り返しですが、特に児童は成長するにつれライフステージも変化していきますし、抱える課題もかわっていきますので、「相談支援」という固い言葉ではなく手をつなぐ感じ、隣で伴走するイメージで関わっていただけたいなと思っています。

一人ひとりに深く関わりたい、より良い生活スタイルへと一緒に行きたいという気持ちがあります。すると、どうしても時間をかけなければならないのですが、先述したとおり相談支援事業所（というか相談員）の数に限りがありますので、やりとりさせてもらう人数は増加する一方です…。そこがジレンマ…。

「計画相談支援」に関してはまだ制度自体の日が浅く、これまでは行政としてもとにかく全員が「サービス等利用計画案」を作成してもらえるようにと促しがありました。しかし、今後はこれまでに以上にその計画案の質が求められる時代になってきています。障害のある方のご要望に応えられるように自分も勉強していきたいと思っています。

今回は、花見川ワークサポートを利用している角田さんのお父様より

文章をよせていただきましたので、掲載させていただきます。

「ワークサポートで頑張っています！」

角田紀夫

現在、花見川ワークサポートで男性の中に入って、女性一名で頑張っています。嫌がる様子もなく毎日通っています。

昨年の通所の途中、駅前ロータリーで電車が来たのが見えたのか、急いで乗車しようとして段差で足を踏み外して骨折し、二ヵ月近く休みました。怪我をした時点で、すぐに病院に行けば、そんなに長く休む事がなかったのではないかと思います。

しかし、何が何でも自分は皆と一緒に作業を行うという強い意思が働き、痛さも忘れて一日頑張ってきたようです。家に帰り、ホッとした気持ちから痛さが走ったのでしょうか、足元を痛そうにしてたので見て見ると赤紫色に腫れあがっていたので直ぐに病院に急行しました。

それからは、完治するまで毎日家と病院を往復し、たまに近くのコンビニでお弁当を買う事が日課になってしまいました。その間、コンビニでお弁当を買うのが楽しみだったのか愚痴も言わず通院していました。二ヵ月も長期間休んだので、ワークサポートに行くことを嫌がるかと思っていましたが意に反し、仲間に会いたいのか楽しそうにして、ワークサポートに通い始めました。

親としては、行く場所があって良かったと思っています。骨折した当初は、支援員の方々大変ご迷惑を掛け、そして敏速に保険の手続きをしていただき感謝しております。

新人リレー日記 ～今年度の総括と来年度の目標～

生活介護担当 山地直人

今年1年、職員として、主に入所・通所生活介護を中心に仕事をさせて頂き、新しい役割が与えられると共に、責任の大きさも強く感じています。日々先輩職員の方々に手助けをして頂き、自分自身、まだまだ至らない事が多いと感じる事がありますが、精一杯、仕事にあたらせて頂いております。

この1年を振り返りますと利用者の方々との日々の関わりは、私にとって新しい役割で疲れている時に、ふっと笑顔にさせてくれるビタミン剤の様で、私は元気を頂いていた様に思います。

利用者のAさんについて印象に残っている出来事があります。Aさんは帰省日が近づくとつれて落ち着かなくなっていってしまう可能性がある方です。声出しや表情が曇ってしまう等、その際には注意深く見守りが必要な方なのですが、ある日の帰省日前に不安定な時があり、その際Aさんが大きな声を出していました。その声出しに対し、強く私が注意をしてしまい泣き出してしまう事がありました。その後は特に大きな事は無く落ち着いて下さったのですが、我慢しているAさんに対し、強い声かけをしてしまい泣かせてしまった事に私は猛省し、Aさんをこれからは絶対に

泣かせる事はしない、逆に笑顔にすると心に誓いました。

Aさんだけでなく、他の利用者の方にも生活の中で1分、1秒でも多く笑顔で過ごせる場を提供できるよう努めてまいります。来年からは新しい新人の職員も入って来ると思いますが、少しでも力になれるように、またご家族の方々に利用者の方を安心して任せてもらえるような支援員を目指して行きます。ご家族の方々には暖かい言葉を掛けて頂く事が多く、とても感謝しております。この場を借りてお礼申し上げます。この1年本当にありがとうございました。

生活介護担当 嵐田悠斗

新年明けましておめでとうございます。

私が4月に畑町ガーデンの支援員になり、もう1年が過ぎようとしています。

この1年間は私にとって、とても多くの事を経験することが出来ました。最初は、この利用者の方にはどう接したらいいのだろうか？情緒が不安定な利用者の方には、どう対応すればいいのだろうか？何も解らないことだらけでした。しかし、先輩職員の方々に支援や対応について教えて頂き、徐々に日々の支援にも慣れる事が出来ました。最初は対応が難しかった利用者の方との接し方も、日々一緒に過ごしていく中で慣れ始め、今では手を繋いで歩くことや、一緒に笑いながら過ごすことが出来るようになりました。

今年1年間を振り返ると、とても充実した一年でしたが反省すべき点も見つかりました。私自身が最も反省すべき点だと感じたのは、入浴やトイレ介助後の利用者の方が着ている、身嗜みについてです。私自身が気持ち的に「あれもやらなくては、これもやらなくては。」と先走り過ぎてしまい、入浴後やトイレ介助後の利用者の方の着ている肌着がはみ出してしまうことや、靴下がしっかりと履けていない状態で、お部屋に誘導してしまう場面がありました。

来年の1年間は今までの反省をしつつ、私自身も気持ちにゆとりを持ちつつ、より丁寧な支援を心掛けていきたいと思っています。また、利用者の方と職員がお互いに気持ちよく、日々を過ごせるように努めていきます。これからも宜しくお願い致します。

生活介護担当 古谷なつみ

皆さんこんにちは、生活介護担当の古谷なつみです。時が過ぎるのは早いもので、1月の半ばとなりました。4月からは新しく新人職員も入職し、私は二年目の職員となります。

今年度を振り返ってみて、自分自身が楽しく仕事が出来た事がとても良かったな、と感じています。大学時代からの夢であった、福祉の職は想像以上に楽しいもので、やりがいを感じると共に自分と向き合う時間が増えました。

1人ひとり違う障害を持つ利用者の方と関わる中で、あの時の自分の対応は正しかったのか、もう少し違う対応が出来たのではないかと自問自答し、次の機会に利用者の方と関わる時の為に考える時間を作りました。

また、利用者の方と関わる中でやりがいを感じるだけでなく、支援をするにあたっての壁にもぶつかりました。今までは自分目線の関わり方しか出来ず、「どうしてこの利用者の方は何度言ってもわかってくれないのか」「私はわかりやすく伝えているのに」とばかり思っていました。しかし、先輩職員の支援にあたる姿を見て少しずつではありますが、利用者の方の目線に立ち、気持ちに寄り添い支援を行う大切さを学びました。まだまだ未熟ですが、利用者の方の気持ちを考え支援にあたる事が出来るようになり、自分自身も心に余裕をもって支援にあたる事がこの1年で少しずつ出来るようになれたかな、と思います。

そして、楽しいと思いながら仕事に取り組めたことが一番良かったのではないかと思います。利用者の方の物事に真剣に取り組む姿や好きな事をして心から楽しむ姿、好きなものを食べ喜んでいる姿や大好きな保護者の方に会い、笑顔が見られた瞬間。職員や他利用者とふれあい関わる姿等、例を挙げ出したらキリが無いのですが、この様な利用者の方の様々な姿を近くで見る事がとても楽しいのです。利用者の方が喜んでいると私も自然と笑顔になれ、また逆に利用者の方が悲しんでいると私も同じく悲しい気持ちになります。利用者の方が職員と関わる中で、少しでもこの様に思っていてくれたら・・・私はとても嬉しく思います。

来年度も初心を忘れることなく仕事に取り組み、利用者の方、保護者の方、職員からも信頼され、笑顔が素敵と思われる様な職員になりたいと思っています。まだまだ未熟ではありますが、来年度も宜しくお願い致します。



家族会主催斉信会新年会

1月14日（土）に家族会主催の新年会がホテルグリーントワー幕張で行われました！年々、プログラムも充実していく中、今年はなんと特別公演で一條貫太さんが再び出演してくださいました。力強い歌声に会場が包まれました。余興では、利用者の方や職員によるダンス披露の他、プロジェクターを用いた映像もあり、家族会の余興では歌の途中で紙飛行機を飛ばす等、様々な演出もありました。今年も大変盛り上がり、利用者の方、保護者の方、職員と楽しい一時を過ごすことができました。家族会の皆様、ありがとうございました！



栄養だより 平成29年冬号

発行者：管理栄養士 城後



～自分で出来る”便秘改善法”に取り組んでみましょう

冬本番の今日この頃、寒くて暖かい部屋からなかなか出られず、つい運動不足になったり、暑い時期に比べると水分摂取量が減ったりして、便秘になりやすいのがこの時期。生活習慣をちょっと見直して、快食・快便で寒い冬を乗り切りましょう！！

食べ物で便秘を解消

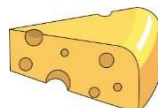
食事による便秘改善は、薬と違い副作用の心配もなく、手軽に安心して取り組みます。便秘解消に役立つ代表的な食べ物をご紹介します。



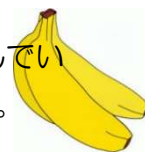
(1) プルーン・・・水溶性食物繊維が豊富に含まれており、ソルビトールという便秘薬に用いられている成分も含まれています。生よりもドライプルーンの方が効果的で1日2～3個が適量。1度に沢山食べると下痢する恐れもあるので注意！



(2) 乳酸菌・発酵食品・・・腸内の善玉菌を増やし、腸内環境を整えます。ヨーグルト、チーズ、ぬか漬け、キムチ、納豆、みそなど。チーズは加工されていないナチュラルチーズがおすすめ。



(3) バナナ・・・食物繊維が豊富で、善玉菌のエサになるオリゴ糖を多く含んでいます。目安量は1日1本程度。ヨーグルトと一緒に食べるとさらに効果的です。



(4) オリーブオイル・・・主成分であるオレイン酸は、ある程度の量を1度に摂取すると大腸まで届き、ぜんどう運動を促進し、潤滑油となり排便をスムーズにします。朝食と一緒に大さじ1杯摂るのが、最も効果的です。お浸しにかけたり、味噌汁、トマトジュースに入れるなど色々アレンジしてお試しを！！



冷えにも注意！

冷たい飲み物や食べ物の摂り過ぎ、運動不足などによって起きる「冷え」も便秘の一因です。下着や靴下を工夫したり、半身浴やマッサージなどで手足や下半身の血行促進を行うようにしましょう。特に冷え性の方は、身体を温める食材をたっぷり摂り、冷たい野菜やデザートは控えめにしましょう。身体を温める食材をご紹介します。

(1) 色の黒っぽいもの・暖色（赤、黄、橙色）のもの
黒豆、小豆、ひじき、黒米、かぼちゃ、人参、長ネギ



(2) 地下でエネルギーを蓄えたもの
根菜や芋類（れんこん、かぶ、ごぼう、生姜、さつまいも、山芋）

(3) 肉魚の赤身
カツオ、サケ、アナゴ、鶏豚のレバー、羊肉



(4) 香辛料
にんにく、唐辛子、わさび、シナモン