



## 第2号

発行日 2008.8.20

# ゆいかもめ

～自分を愛するようにあなたの隣人を愛せよ～

### 巻頭言

とても悲しい事故(事件)が起きました。7人の利用者が生活するグループホームが、火事になり、3人の方がお亡くなりになりました。原因は、放火と思われる、容疑者は元世話人でその建物の持ち主という、とんでもない内容でした。本来の世話人さんが留守にするので、代わりに泊り込んでいたとのことです。

利用者の皆様に安心と安全を提供するべき役割の者が、大きな犯罪に走ってしまうことは、いかなる理由があったとしても許されることはありません。ただ、この事故(事件)は、個人の犯罪ということだけではなく、制度としての大きな問題が隠れているように思えます。

報道によると、容疑者の元世話人は、入居している利用者さんとの折り合いが悪かったとのことです。グループホームの世話人さんは、たった一人で、状況によると24時間を支援にあたらなければなりません。基本的には一人での勤務ですので、困ったことや悩み事などの相談がしづらい状況です。この容疑者にしても、10年間を世話人として勤め、限界まで追い詰められた末に、消耗して、自分の心がコントロールできなくなってしまい、自身の大きな財産でもある建物に放火してしまったと思われます。容疑者ではありますが、逆から見れば、制度の犠牲者ではないでしょうか。世話人さんたちの心のケアができる体制の整備が、早急に必要なのです。

また、グループホームは、利用者の状況にもよりますが、夜間の職員が必置とはなっていない場合があります。10分以内に自転車で、駆けつけることが出来ればよい場合があるのです。これは制度の欠陥

### 施設長 須永 正

といっても過言ではないでしょう。

このたびの火災で、なくなった方の中のお一人は、向精神薬を服用していて、おそらく熟睡していただろうとのことです。また別のお一人は、一度屋外に避難したものの、再び建物の中に戻ってしまったとのことです。知的に障害を持った方の中には、向精神薬を服用している方は大勢いらっしゃいますし、自身の判断だけでは、危険へ向かっていってしまうこともありえます。つまり、知的に障害を持った方の安心と安全を守るためには、24時間365日を見守り、支援していく必要があるのです。緊急の時に10分は待ってられません。これでは、入所施設のほうが安全で安心です。

グループホームで生活する当事者の皆様に話をお聞きすると、グループホームでの生活はとても楽しいという意見が多く、その意味ではすばらしい制度なのだと思います。入所施設からグループホームへという流れは、ご本人の自立(自律)を支援するためには、とても大切なことだと思います。また、ご家庭からグループホームへというのも、今までのような、親亡き後は入所施設という構図から脱却するための大きな力にもなります。そのためには、利用者さんの安全と安心に加えて、世話人さんも含めた安心も担保されることが必要です。

私たちは、葛飾区内にグループホームを作ろうとしています。亡くなられた3人のご冥福をお祈りしつつ、今回の事故(事件)に学び、今の制度の中でも、本当に安心と安全が確保できるものにするための研究を進めたいと思います。



### 目次:

|                  |   |
|------------------|---|
| 巻頭言              | 1 |
| 運動会              | 2 |
| 個別外出             | 3 |
| 夏バテ防止 (給食・医務室より) | 4 |
| クラブ紹介(音楽クラブ)     | 5 |
| 法人創立45年の集い       | 5 |
| 第3者委員会           | 6 |
| 足跡・お知らせ・編集後記     | 6 |

### 後援会ご協力をお願い

社会福祉法人武蔵野会が経営する21施設の利用者のためによりよい環境や施設の充実・施設の円滑な運営などを物心両面から支える組織として、武蔵野会後援会があります。皆様のご理解とご協力により会の拡大をはかり、法人の運営基盤の確立を応援していますので、ご協力をお願い申し上げます。

### 武蔵野会後援会事務局

〒193-0931 東京都八王子市台町1-19-3

電話 042-626-9772

# 合同運動会

6月14(土)に区内13の民間施設が集まっての合同運動会を行いました。

当日は天気にも恵まれ、運動するには最適な気温でした。

9時過ぎから始まり100M・50M・20M走、障害物競走を行っています。各選手好きな種目を選び元気いっぱいに走りました。障害物競走の見本では各施設長が自慢の足を披露し、走ってくれました。そして午前中最後の競技は各施設自信を持って送り出すリレー



## 意外に難しいパン食い競争

予選を行いました。我がきね川も施設内での予選を勝ち抜いた方々が走りました。

結果は・・・残念ながら力一歩及ばず2位で、予選通過なりませんでした。ちなみにきね川に勝ったチームが優勝でした。本当に惜しかったです。

昼食では皆で楽しく弁当を頂きました。

また【だるま屋】という男女2人組のユニットを招いての演奏がありました。演奏時には音楽に合わせて施設関係なく皆さん踊って楽しみました。



## 昼休みを楽しく踊る、ほんのひととき

午後の競技では全員参加のはてな送り(ビニール人形を全員で協力して運ぶ競技)やパン食い競争、そしてリレー決勝を行いました。

残念ながら今回で合同運動会が最後になってしまいます。しかし利用者の方々から来年度以降も合同で集まれる機会を作って欲しいと意見が多く出ています。何らかの形で他施設が集まることできればと思っています。(新田)



## 最後にみんなで はいポーズ

## 個別外出



人気のカラオケ外出！

皆さん心待ちにしている個別外出が始まりました。今年度は一人1～2回の実施を予定しています。目的は公共交通機関を利用して外出を楽しむことであり、マナー・ルールを学ぶ良い機会でもあります。

4月当初から「外出は？」との声が利用者の皆さんより多く聞かれ、急いでアンケートを実施。アンケートでは行きたい場所・一緒に行きたい人・付き添う職員を中心にお聞きし



たところ、カラオケ・遊園地・映画・買い物などがあがっていました。出掛ける人数では特色があり、遊戯施設に数名で行き賑やかに過ごしたいという方や、自分の趣味を計画に加えて職員と1対1で

メイク体験中「どうなるかな～♪」



鉄道博物館に行ってきました

ゆったりと外出を堪能したい方と様々です。

皆さんの希望に添えるようにと担当もねじりハチマキ？状態で頭をひねり、6月4日（水）を第一回目としてスタートしました。

外出の流れとしては、日にち、行き先、メンバー、付き添いの職員が書かれた手紙を配付し、その後話し合いの場を設けて計画を立てていきます。主な内容は、例えば映画だったら何を観るのか、買い物はどこですのか、またお昼はどんなものが食べたいのか等々です。その過程もまた楽しみのひとつであり、どんな外出にするか、メンバー・職員とで和気あいあいと話が進んでいます。

すでに1回目が終わった方からは「楽しかった」と笑顔が見られていますが、これからの方からは「私（僕）はいつ？」「まだ？」との声があり、その声に「楽しみにしていて下さ～い」と答える職員の日々が続いています。今後も個別外出を通して、仲間とのより良い関係を築いて行ける、そんな企画を考えて行きたいと思います。

（浦中）

六井栄養士・

酒井ナースの

## 夏バテ予防



立秋が過ぎても暑い日が続いていますが皆様いかがお過ごしでしょうか。  
今回は夏バテについてのお話です。夏バテは暑さより、むしろ湿度ともいわれ、  
高温多湿である日本は起こしやすい環境です。身体が気温の変化についていけず、  
自律神経調節機能が低下し、「身体がだるい」「食欲がない」「睡眠不足」等の症状が  
現れることをいいます。

## &lt;夏バテの主な原因&gt;

- 1) 大量の汗とともにビタミン・ミネラルが流出し、疲れが蓄積されやすくなります。
- 2) 冷房などで室内外の温度差が大きいと、体温調節がコントロール出来なくなり、自律神経の調節機能が低下し、頭痛・肩こり・神経痛などの症状を起こします。
- 3) 暑さのために食欲不振となり、必要な栄養素が十分補給されなくなり、その結果、体調不良・スタミナ不足になります。また、冷たい飲み物や清涼飲料水といった糖分の多い飲み物を多く取りすぎること胃腸の働きが悪くなり消化不良を起こします。

## &lt;夏バテ対策&gt;

- 1) 体温調節機能が低下しないように、室内外の温度差は5～7度以内にします。
- 2) 軽いウォーキング・ストレッチなどは食欲増進につながり、寝つきもよくなり体内リズムも保つことができます。
- 3) 一日の疲れを取るため、シャワーではなくぬるめのお風呂に入り、睡眠不足は疲労蓄積のもととなるのでしっかり睡眠をとります。
- 4) 一日3回規則正しく食事を摂り、暑さにより摂取量が減っているタンパク質や汗とともに流出しているビタミン類やミネラルの多い食品を摂りましょう。



## &lt;秋口の用心&gt;

夏バテは秋口に出ることがあります。涼しくなっても油断は禁物です。体調には充分注意しましょう。

夏バテは基礎代謝(エネルギーを燃やす力)がガクンと落ち、知らない間に太りやすい体質となるため食欲が戻ったとたん以前よりも体重が増えてしまった等ということにもなりかねません。

夏こそ適切な食事と体調管理が必要です。

## 夏バテ予防メニュー ～きゅうりのコンソメスープ～

## ☆ 材料(4人分) ☆

- ・鶏肉 300g ・きゅうり 1本 ・たまねぎ 1個 ・にんじん 1本
- ・水 600cc ・固形コンソメ 1個 ・おろし生姜・塩・こしょう 少々
- ・サラダ油 小さじ1

## ☆ 作り方 ☆

- ①鶏肉は一口大に切り、しょうゆ・酒各小さじ1で下味をつける。
- ②たまねぎ・にんじん・きゅうりは1cm角に切る。
- ③鍋にサラダ油を入れ、おろししょうが・鶏肉を炒め、たまねぎ・にんじんも炒める。
- ④水と固形コンソメを加えて、柔らかくなるまでアクを取りながら弱火で煮る。
- ⑤きゅうりを入れて、塩・こしょうで味を調える。



ぜひ、お試しください!!

(六井・酒井)

## クラブ紹介 その1 ～音楽クラブ～

音楽クラブは総勢16名。毎週木曜日の午後になると、東四つ木地区センターの多目的ホールに移動し、活動を行っています(雨天時は所内)。その内容は多岐に渡っており、ストレッチやハンドベル、ラテン楽器の演奏を行うほか、手話で歌を歌ったり、音楽に合わせてダンスを踊ったりと、体全体を刺激するような内容を心掛けています。

毎月2回は療育音楽を専門とする講師の方を招いており、利用者の方々にとっては大いなる楽しみの時間となっています。講師が不在の時には、利用者の方々が手話やストレッチのリーダーを務め、自発的な活動を行っています。

現在は9月に開催されるきね川GENKIまつりに向けて猛特訓中。歌にダンスに合奏にと盛り沢山の内容を企画していますので、ぜひ音楽クラブの発表にご期待ください。

ハンドベル「まあるいのち」♪



ラテン楽器「アラウの呪文」♪



マイケル「みなさんこんにちわ」

## 法人創立45年の集い

6月21日(土)京王プラザホテル八王子にて社会福祉法人武蔵野会、法人創立45年の集いが開催されました。

以前は毎年行われていた催しですが、現在は5年ごとの節目開催となり、今回は3年ぶりということで法人21施設の利用者、ご家族、職員、関係者の皆様が一同に集まり、盛大に催されました。

第1部の記念式典に続き、永年勤続表彰、会食、そして今年の大相撲5月場所優勝力士、大関琴欧州関をゲストに迎えた大抽選会が行われ、きね川はなんと2本の当たりを出し、高野弘征さんが代表で大関からサイン色紙などをいただきました。間近に見た大関は予想以上に大きく、想像していたよりも柔らかく温かい手でした。

第3部は弁護士・さわやか福祉財団理事長 堀田 力さんの記念講演会が「尊厳を支える福祉」をテーマに行われました。立ち見が出るほど超満員の中、したいことのできる暮らし、そして、人間としての誇りに満ちた暮らしを身体が不自由になってからもしたい。すべての人にそのような生き方を貫いてもらうために、みんなが最後まで尊厳をもって生きられるように、というお話に参加された皆さんは真剣に聞き入っていました。

あっという間の4時間でしたが、懐かしい顔にお会いできたり楽しいひとときを過ごす事が出来ました。参加された皆さんお疲れさまでした。次回の開催を今から楽しみにしています。

(宇田)



琴欧州関と並んで…

## 第三者委員会

葛飾地区の第三者委員(施設オンブズマン)が決まりました。白鳥福祉館、東堀切くすのき園と共同で、加藤 充さん、小田中純子さんの2名の方をお願いしました。加藤委員は葛飾区社会福祉協議会の職員、小田中委員は葛飾区社協権利擁護事業をされている方です。毎月1回3施設の中のひとつを訪問して、職員には直接言いづらい意見や苦情を聞いてくださる予定です。また、作業所玄関にご意見箱を設置しました。封書の場合は封を切らずにお二人にお渡ししますので、ご活用いただければと思います。きね川には8月29日にきてくださる予定です。(宇田)



## ボランティアを募集しています！

年間を通して、作業のお手伝い(軽作業・公園清掃)や、クラブ活動の補助(スポーツ、音楽、創作)、または行事(外出、旅行、お祭り等)のお手伝いをしてくださるボランティアを募集しています。曜日や時間帯、活動内容等で希望がありましたら、お気軽にご相談下さい。

(担当: 稲留)

## 軽作業請け負います！

当作業所では、一般企業・商店等からの下請け作業を、格安な単価で承っております。また、新小岩公園・近隣児童遊園の清掃業務なども行っています。

ご連絡いただければ、すぐに担当職員がお話を伺いに参ります。また当作業所に直接お越しいただいても結構です。

いただいた報酬は、必要経費をのぞき、すべて当作業所利用者の皆様の工賃とさせていただきます。

(担当: 浅見、関本)

## 足跡

### 6月

- 3日 利用者就労ミーティング
- 13日 保護者会  
工賃支給日
- 14日 葛飾区合同運動会
- 18日 ゆりかもめ創刊号発送
- 21日 法人45年の集い
- 25日 防災訓練
- 26日 施設長と話そう会
- 27日 利用者交換実習(白鳥)  
第1回歯科健診

### 7月

- 1日 利用者就労ミーティング
- 11日 保護者会  
第2回歯科健診
- 15日 工賃支給日
- 31日 施設長と話そう会

### 8月

- 1日～3日 ふるさと祭り
- 5日 利用者就労ミーティング
- 8日 保護者会
- 13日～15日 夏季期間行事
- 15日 工賃支給日
- 20日 ゆりかもめ第2号発送

\*毎週月曜日 内村 Dr. 受診日

\*毎週水曜日 田中 Dr. 受診日

第3回

## きね川GENKIまつり

9月13日(土)

11:00～15:00

## 編集後記

数十分前までは晴れていたにも関わらず、その後に土砂降りの雨という状況に今年は何度か遭遇しました。雨雲が急速に発達し、強い雨が降ることを「ゲリラ雷雨」というそうです。酷暑の中の夕立はひとときの涼を感じますが、ゲリラ雷雨ではそういう風情は感じられません。

呼び方一つで同じ雨でも、全然違ったものを感じてしまいます。呼び方というのは大事ですね。(U)



## 社会福祉法人武蔵野会

## きね川福祉作業所

施設長 須永 正

東京都葛飾区東四つ木3-8-10

電話 03(3694)1577

FAX 03(5698)1757

E-mail: klnegawa2939@coda.ocn.ne.jp

