



## 鴿の声

今年の夏は全国各地で天候不順による大雨に見舞われております。幸いこの辺りは高い山を背負っていないせいか、降ってもそれほど大雨とはなりません。それでも例年に比べると日照時間は少なく雨の多い夏で、稲作を始め農作物に生育障害が発生しております。自宅もお盆前に庭木の手入れをしようと始めたのですが、ハチが高いところに巣を作っていて、しきりに威嚇するので後回しにしました。余談になりますがハチが高いつとりに巣を作るとその年は台風が来ないという言い伝えがあります。科学的な根拠はありませんが、長い年月雑木に囲まれて生活していると、台風がこの地方に直接被害をもたらす様な年には、ハチの巣は低いところに作っており、特に気を付けなければならぬ事がある様な気がします。

さて、これからの季節の変わり目は、各事業所でお預かりしている方々の体調管理にはしっかりと気を配って行かなければなりません。職員、ご利用者とも夏の疲れがでてくる時期ですので見落としがない様、お互い声をかけ合いながら日々を進めて参りたいと思います。

私事で恐縮ですが、疲れがたまって来たと感じたら、時折、マッサージを利用して頂いております。その一時だけ体と心をもみほぐしてもらえるので、心身ともにリラックスします。マッサージは基本的に自分の意思で努力して行うものではありません。ただひたすら自分の体を丸ごと相手に委ねているだけです。実は、そのような態度こそが、本当の癒しを得るために必要なことなのではないか思う時があります。

東日本大震災以降、自然災害の発生も多く、経済の好循環も末端の人々まで享受できていな

い状況のなかで、苦しい中でも必死に生きている人達が沢山いると思います。人に愚痴も言えず、毎日必死に働いている人達、子育てに息切れしそうな母親たち、いじめや不登校に苦しむ子供たちなど、挙げればきりがありません。その様なき誰かがそばにいて寄り添ってくれるだけで救われるということもあると思います。

景色を変えればまずは相手の心に寄り添い、丸ごと受け入れる。そして悩んでいるのは一人じゃないと伝えることが、何よりの心の支えになるんだと思います。心と体をもみほぐす手の力をマッサージの力と重ねてみました。「手を当ててもらおう、手を当てる、手をつなぐ。」人の温もりを手は感じ伝えます。「二人ではないことを。」

※(文章中、一部、桜美林大学教授・臨床発達心理士、山口創先生の言葉を引用させて頂きました。)

# 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）

暑かったり寒かったりの8月。気温の差が激しく、体調が崩れやすい時期です。こまめな水分補給や体調管理は大丈夫ですか？高齢の利用者さんから若い利用者さんまで毎日一緒に散歩や買い物、ドライブをしながら景色や今有るものを感じたりしています。

ふれあいセンターの夏祭りに行った時のお話です。YさんとMさん、スタッフ2名で行き、私はYさんと手を繋いで1階から回って行きました。1階

で演奏を聴いていた時、Yさんが知っている曲（宇宙戦艦ヤマト）が流れ、手拍子をしたり踊ったりして、笑顔が見られ楽しそうでした。Yさんの笑顔を見て、私まで笑顔になりました。その後、東金市のご当地キャラ「とつちー」と写真を撮りますか？と聞くと、「うん。」と喜んでくれたので、とつちーとYさんの2ショット写真を撮りました。撮った写真を見せると、ニコツと笑ってくれ、私の顔を撫でてくれました。

今度は、サンピアで行われた「やっさ祭り」のお話です。UさんとYさんとKさんとスタッフ3名で午後から行きました。私はYさんと一緒に、色々な屋台を見て回りました。何か欲しいものはありますか？と聞くと、たこ焼きを買いたいとの事で、たこ焼きが売っている屋台に買いに行きました。家族にお土産が出来たと喜んでいました。

鴉嶺の家（児童）

長い夏休みも、あつという間に終わってしまいますね。毎日子ども達の声で賑わっていたので、何だか寂しいです。

鴉嶺の家（児童）では、8月24日に長生文化会館とアスモへ出掛けました。文化会館では、プラネタリウムを観ました。初めて観る子が多く、席を倒しリラックスモードで鑑賞することができました。スクリーンに映る文字を読む子、席から立ち上がるうとしてしまう子も居ましたが、色々な星座が出てきて良い勉強になり、ほとんどの子は落ち着いて観る事ができました。アスモへ移動し、ランチャイム。自分で注文したり、運んだり、できる事は自分で頑張りました。

ペッパークくんが居たので興味津々！取り合いになっていました（笑）帰りは公園に寄って帰る組と、中・高生お兄さんの電

車組に分かれて帰りました。楽しい事はもちろんですが、外出することで公共でのマナーや、振る舞いを身に付ける事も目的としています。これからも、子ども達に合った外出プランを考えていきたいと思っています。

夏休み中は、小学生のお友達が増え、ケンカをすることもしばしば：そんな時、まずは嫌だった理由をきちんと伝えるようにすることや、相手に譲る気持ちを育てるようにするなど、子どもによって目標があります。子ども達だけで話をする機会を設け、意見を出し合います。自分だけが良ければよいのではなく、人の事を考えられるように、色々な経験を積んで成長していつてくれると嬉しいです。

## ぼけっと

今年の夏は雨も多く、いつもの夏とは明らかに違っていたのに、8月の終わりには鈴虫がなき、キンモクセイの香りがしてくる。自然の力に感動しつつ、「夏の疲れが〜」なんて口に出している自分のちっぽけさを感じてしまいます。

子ども達は、2学期が始まり「疲れたあ」と帰って来ますが、おやつを食べ終えるとそれぞれの活動へ元氣よく向かっています。子ども達のパワーも凄いですね。

そんな中、先日子ども達と夏休みの写真を見ました。自分が写っているだけで嬉しい子、友達探しに没頭する子など様々でしたが、色々な意見も出ました。お弁当持って、どこか行こうよ。飛行機に乗りたい。もう一度人参切りたい等々。子ども達の率直で貴重な意見、出来そうな事をまず計画の段階から一緒に進

めて行けたらと思っています。



## サポートセンタースピリッツ

仲秋を過ぎていよいよ秋らしくなってきましたが、皆さんいかがお過ごしでしょうか。

この時期は夜空が美しいのですが、じっくり眺める機会が少ないのがとても残念です。星があまり見えないところは、空気が汚れていたり、周囲が明るかったり、環境が大いに影響しているみたいです。

最近ゴミを集めても、そこにガラスや猫などが現れて散らかしてしまう被害が多くみられますが、それは私達が生み出してしまったものなのかもしれません。

「環境を大切に」という言葉がありますが、それは私達に問われた課題なのかもしれないですね。星が見える見えないは何かない些細なことかもしれませんが、今年の夏の極端な変動を見てみると地球の温暖化は進んでいるのかもしれない。

私達にできる事は少ないのですが、周囲にゴミが落ちていれば拾ったり、ペットボトルなどは洗って回収するなどの小さい努力は必要なのではないのでしょうか。

「環境を大切に」これはみんなで頑張りながら実現していきたい目標です。最後に九月は長月と言いますが、長月とは夜が長い月から付いたようです。確かに十三夜や十五夜や十六夜など夜をじっくり味わう出来事が多くあります。夜をじっくり味わうためにも環境を整えていきたいですね。



それぞれの夏の思い出を残して秋を迎えようとしています。ニュースは様々な情報を伝えてくれますが、気象に関するニュースは毎日のように目したり、耳にしたりします。物理的にも精神的にも人の暮らしは天候によって左右される部分が多いように感じます。

ふと、自分に目を向けてみると、るとの周りでも日々色々な出来事が起こっています。本人、家族から直接聞いたり、関係機関から聞いたり様々ですが、今までひとり占めしていたおもちゃを友だちに譲った、動き回ってばかりいたけど座って作業をするようになった等の出来事はこちらも嬉しくありません。一方で、病気やケガ、人と揉めたなどの出来事も聞きますが、良い事、良くない事両方の出来事があるのが私たちの暮らしなのですから、どちらかの出

来事しかないということはないのだと思います。相談支援のお付き合いが一度途切れた方が、その後どうしているかなあと思いを馳せることがあります。人との縁は不思議なもので、意外なところでばったり会ったり、別の人を介して話を聞いたりと、どこかで繋がっているように感じます。その先に別れがあるとしても、これからも素敵な出会いを期待したいです。



今年の8月はカットと晴れる日が少なかったですね。それでもむし暑さは相変わらずな日々、皆さんはいかがお過ごしですか？

暑くても毎日散歩に行く生活介護にとっては太陽が隠れる助かるお天気でした。

さて、今回もハンドワーク就労B型と生活介護の合同にさせて頂きました。前回、就労と生活介護との交流の時間が減っている事、今後は機会を作って行きたいとお話したのですが、8月中就労と生活介護で一緒に海に行った日がありました。今年の生活介護は午後の散歩で暑さをしのぐのに、たびたび海に行っていました。海風が暑さをふき飛ばしてくれるからです。

ある時、急ぎの仕事が終わった就労と一緒に海に行ける事になりました。1回目はみんなで砂浜を散歩し、2回目はみんな

で足だけ海に浸かってきました。1回目の散歩のあと、みんな腰かけ海を眺めていると、スーツと1人波うち際に近づいた就労のAさん。「海好きだな」とスタッフに言ったそうです。遠くから2人を見ていると、なにやら語りあっている友人同士のように見えて微笑ましかったです。生活介護のBさんは「海！バシャバシャ！」と言って海に入って遊んでいる人たちをよく眺めていました。他のみなさんもほんわか笑顔です。

そんなみなさんを見て、スタッフから「次は足だけでも海にはいれたらいいよねえ」と意見が。ご本人、ご家族に事前にお知らせして必要な物を用意して頂きました（ありがとうございます）。いつもゆつくり来所のCさんは、なんと当日は9時半に来所(+0+) みなさん全般的に早い来所でスタッフからも笑みがこぼれました(^^) 午前中は、いつもの通り作業

する人もしない人も、みなさん何処かそわそわしていて心ここにあらず。昼食を早めにすませ、海支度をして出発。

「今日は足いれていいよ〜」「足だけね!!」と声かけの中、皆で海を目指してレッツゴー!

車3台で片道約20分の浜辺に到着!この日は抜けるような快晴、海水浴日和だったようで、私たちの他にも遊びに来ている家族連れや子供たちが楽しそうにはしゃいでいました。私たちも遅れは取れない!!と早速靴を脱ぎ、ズボンをめくり上げ、いざ海へ!!

海が大好きなMさんは、海水に浸かるとず〜っとニコニコ。前回はしゃいで全身を濡らした事もあり、スタップからは口酸っぱく「足だけ!!足だけ(を海水につけて)ね!!」と言われ、今回は約束を守ってくれるかな〜?とスタップもハラハラ。そろそろ帰ろうかと浜辺を見渡すと、他の人より低い位置にMさんの頭が!!そこには座り込ん

で腰まで海水につかっているMさんが、ニコニコと砂遊びをしていました。水が大好きなMさん、やっぱり全力で楽しめたかったようです(^.^)

そんな全力で遊んでいるMさんから、ちよつと離れた場所では、いつも物静かで、控えめなSさんが海に入ろうか悩んでいました。「おいでよ〜」の声掛けに、ちよつとにつこり。おや?と思つて見守っていると、じわじわと波打ち際に近寄つてい

るではありませんか!!すると、ゆつくりゆつくり、この日の為に買ったばかりのサンダルを脱ぎだし、海水の中へ!!おもわず「お〜!!」の声。水に入ったSさんの顔を見ると今までに見たことのない、とびっきりの笑顔でした<sup>(^\*)</sup>

### ありさ (就労継続支援B型)

就労支援の場では、年々工賃向上が主な課題となつてきています。私たちありさも例外ではありません。これまでは「楽しくシゴト」の雰囲気だったありさも「楽しく稼ごう」という雰囲気になつてきました。色々仕事をこなしていく中で、やはり現状ではなかなか売り上げが伸びず、新たな販売先(イベントなど)や仕事を増やしているところ です。

それに対してメンバーたちの様子はというと、古くからいるメンバーは、少し雰囲気は変わつてしまつて仕事頑張ろう!!という気持ちと、今まで通り楽しさ優先!!という気持ちが半々なような気がします。また、新しく入ってきたメンバーはというと、高校からの新卒の人が多く、気持ち的にもまだまだ仕事をすること自体に気持ちがいつておらずな様子で、楽しさ優先

になつてしまつています。でもまだまだ10代です。無理からぬことだと思えます。

社会人のスタートをありさで過ごしているメンバーたち、一緒に働いていくことで「働くとはどういうことか?社会や人の関わりの大切さ」などを学んでいってほしいと思えます。



## 五根の家（グループホーム）

8月になり、7月の晴天続きと異なり、雨模様のお天気が続いております。今年の夏も終わりが近いと思うと寂しい気持ちもありませんが少しづつ涼しくなり、一安心しています。お年寄りの方々も大きく体調を崩されること無く、夏場を乗り切れたと思います。

先月は、五根の家で人事異動がありました。他事業所からの異動、グループホーム、小規模多機能ホーム間での異動です。私も小規模多機能ホームからグループホームへの異動がありました。2年前私はグループホームの方とも関わっていたのですが入居されている方たちは2年前とほとんど変わっておりません。中には、私のことを覚えている方もおり、「これからもよろしく願います。」と温かい声をかけて下さいました。異動ということもあり、心新たに

皆様が安心して、楽しく暮らしていけるよう心掛けて行きたいと思えます。8月は誕生月の方が多く3名の方が誕生日を迎えられました。3名の方とも90歳以上です。ささやかではあります。ケーキを準備し、歌をうたい、お祝いのお紙をお渡ししました。大変喜ばれ涙ぐむ方もいらっしゃいました。これから、ちよつとしたことで皆様に喜んでいただけるようにしていきたいと思えます。暑い日はまだまだ続きますが、皆様体調を崩すことがないようにお過ごし下さい。



## 五根の家（小規模多機能ホーム）

今年の夏は雨が多く、ここ数年の猛暑と比べるといくらか涼しい気候のようです。それでも夏特有の蒸し暑さがあります。この時期、毎年気をつけなければならぬのが熱中症と食中毒です。五根の家・小規模多機能ホームをご利用されているお年寄りの中には、一人暮らしで

ご家族が遠方の方も数名おり、その方々には送迎や訪問時には飲み物をしっかり召し上がれているか？、エアコン等、室温調整は問題ないか？食べ残しの食事が常温でそのままになっていないか？等いつも以上にスタッフも気を配りながらご支援させて頂いております。

そんな中、スタッフがエアコンをつけてももったいないからという理由で消される方や、認知症等で温度の感覚が曖昧で汗ばむ陽気でも「寒い」と訴える方がいたりするので、そのよう

な時はご本人に納得して頂けるように声掛けを工夫して適切な室温で過ごせるように配慮してあります。また、昔ながらの家屋の為、エアコンの設置が難しい環境の方もおり、日中、五根の家で過ごされている方もおります。

また、寝室にエアコンがない方は、エアコンのある部屋にベッドを移動して過ごして頂いたり、移動が難しい方は枕元にアイス枕を設置して暑さ対策をしている方もおります。事業所ではエアコン等で室温管理をして、ある程度環境が整っており、快適に過ごす事が出来ますが、在宅では様々な環境があり、置かれた環境と、その方がどう過ごされたいかを大事にしながら、一人ひとり個別の工夫が求められています。

みなさん、暑さを乗り切って元気に過ごして頂きたいと思っています。

## こころん

こころんには様々な方が相談に来てくださいます。普段当たり前のように使っている電話が使えなくなっている人も多いのです。訪問し、お話を伺うこと

になります。必ず会えるとは限りません。お手紙をポストに入れて次に来ていただきたい日やご訪問する日を伝えたりしています。それがベストなのかは分かりませんが「どうすればいいんだろう？」と職員みんなで試行錯誤して出来る事を行っています。

そんなこころんですが、城西国際大学とさんむ医療センターが共催している九十九里コミュニケーションヘルスケア夏季セミナー2017のフィールドワーク先として選んでいただきました。今回のテーマは「こどもを育てるまちづくり」。8月25日、「いきりん」、「ゆうすぽーと」を共に見学していただきました。

それぞれの機関が地域でどういう役割を担っているのか、どう連携しているのか、どの現場でも職員が熱く語り見学の方も熱心に質問をして下さいました。子供の問題に関心を持つ人が多いですが、その子供の帰る場所は家庭です。安心できる安定した家庭を目指して！こころんの暑い夏も終わろうとしています。



## いきりん

8月は、お日さまが出た日にはお散歩や公園へ行ったりいくりの野菜にお水をあげながら水遊びをしたり、室内では縁日ごっこをしました。

縁日ごっこ前日、鶺鴒の家やぽけっとの皆さんに手作りの招待状を届け、「みんな来てくれるといいね！」とワクワク…。当日のいきりんのお部屋はお祭りの雰囲気で盛り上がり、輪投げや魚釣りを楽しみました。そして本物の綿菓子機も登場！フワフワの綿菓子を子ども達目の前で作り、どの子ども皆目をキラキラさせてじゅっっと見ていました。食べると甘くて手で触るとフワフワとした感触に大喜びで食べています。

そしてお昼は、目の前でお好み焼きを焼きました。子供たちも興味津々♪ 普段は、野菜が苦手なRちゃん、食べ始めると「美味しい♪」とニッコリ。フー



シューしながら食べている姿はとてもほっこりしました。色々な人との交流や普段味わうことのできない事ができて、子ども達にとつて素敵な1日となりました。来てくださった皆様、本当にありがとうございました！

これから少しずつ涼しくなり、過ごしやすい季節になると同時に、季節の変わり目から体調を崩しやすい時期でもあります。健康面に重々気をつけながら体を沢山動かして遊んでいきたいと思っています。あんよも上手になってきた子ども達がいくりん号ではなくピカピカのシューズをはいてお散歩に行くのももうすぐです。

「誰かを困らせちゃうようなことも、その人の魅力だと思えるんです。」佐藤啓太さん  
朝日新聞―折々のことば―より。

場に慣れてきたこともあつてか、あるいは参加人数が増え一人一人の存在感が薄れたと感じさせてしまったのか、わがままな言動をとる子も出始めて頭を悩ませていた頃に遭遇した言葉。本当にタイミングが良く、衝撃でした。わがままが出てきたことは、子どもたちが「我が家」と認めてくれたからこそ出てきたもの。余裕があれば関係づくりの好機と歓迎すべきところを、いら立ってしまっていたのでした。赤面の至り、じっくり向き合っていきたいものです。

今回は、そんな様々な思いが交錯する舞台のゆーすぽーとの施設を紹介します。偶然に選択

することができた物件でしたが、ゆーすぽーとの設立趣旨に合致する施設でした。子どもたちにとつての第2の我が家、じ・ばばの家といえる戸建て2階家です。畳の部屋があり、廊下があり、縁側付きの部屋があつたりと大人たちが郷愁を覚える家です。しっかりと造作で、築40年を経過していますが、傷みがありません。加えて、最新設備にリフォームがされているので、快適な居心地です。子どもたちも、訪れるお客さんも一様に「この家いいな、住み替えたい」と言葉を発してくれています。廊下があり周回できる構造で、学習の合間の息抜きタイムにちびっ子たちが楽しみにしているかくれんぼや追いかけてこの格好の場になっていきます。リフォームされた広々としたキッチンには15食を超える食事作りも快適に感じさせてくれます。施設の活用法承りますので見学においでください。

企画・イベント情報

穂垂るの会

介護している方々が集まって日々の苦労話等を気軽に本音で話し合う会です。

日時：10月12日（木）

会場：ふれあいセンター

2階 創作室

経費：200円（昼食代）

主催・連絡先：

穂垂るの会・井上

(090・7171・1701)

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 10月4日（水）

10月18日（水）

※興味のある方はご連絡ください。

ありさ(50・0362)

編集後記

食欲の秋、ご飯が進む季節になりました。ちば舎の様々な事業所の方から給食でサンマやブドウ、新米などを召し上がったという話を小耳にはさみ、秋の到来を感じました。(S)

夏休みが終わり学校が始まったので、昼間子供たちの賑やかな声が聞こえなくなっていました。最近はややく学校から帰ってこないかな～と思いながら過ごしています。(W)



ちばしゃ通信  
(Vol.35)

発行日：2017年9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