

# 自立支援局だより

第25号 2014. 8発行

## 楽しかった野外訓練

### — 利用者の声 —

自立訓練部では、5月21日に、野外訓練を行いました。当日は残念ながら雨模様となり、自動車訓練場でバーベキュー、室内でレクリエーションをしましたが、通常の訓練とは違った環境の中で、利用者の皆さんがあたしに協力し合いながら、交流を深めることができました。

#### 船山 京子さん (機能訓練)

今年の野外訓練は、生憎の雨となってしまいましたが、普段、接することのない方々と交流を深めることができました。

私たち利用者のために計画を立て、準備を進めてきた職員の皆様のおかげで、楽しい一日を過ごすことができました。

午前中のバーベキューでは、雨水を避けるように鉄板の周りを囲み、場を盛り上げつつ、次々と焼けたものを親鳥から貰うかのように貰っては食べ、その間に雨水被害がありながらも楽しく過ごすことができました。

午後、室内で行ったレクリエーションでは、班で団結しクイズの回答を出したところ、良い結果を残すことができました。

来年の野外訓練は、天候に恵まれることを祈っています。



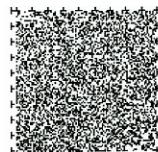
#### 谷 徹義さん (生活訓練)

私は今、健康管理を心がけていますが、野外訓練でバーベキューをやるという話を聞き、考えていたダイエットは、またこの次にして、楽しい時間にできたら嬉しいと思いました。

野外訓練の前日、生活訓練の仲間達と職員で準備をしました。私の担当は、肉を計量する作業と食材を入れた袋を閉じる作業でした。袋の結び方が上手だと褒めてもらったので、嬉しかったです。

当日は、皆さん活き活きとした雰囲気だったので、私も安心して過ごすことができ、充実した一日になりました。

今回の訓練を通じて、仲間と協力する大切さを学びました。これからも、いろいろな経験をしながら成長するために努力していきたいです。



# 就労支援セミナーの実施について

就労相談室

就労相談室では、利用者のみなさんに対し、就職活動について知ってもらうために『就職活動とはどのようなものか』『就職面接で聞かれること・身だしなみについて』といった内容の就労支援セミナーを5月に実施しました。就職活動を開始している方、これから就職活動を始めようという方、など多くの利用者さんにご参加いただきました。今回、実際に参加された利用者さんの声を紹介いたします。

## 【面接練習の様子】



### 三宅 雄大さん

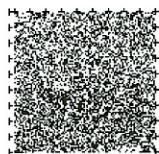
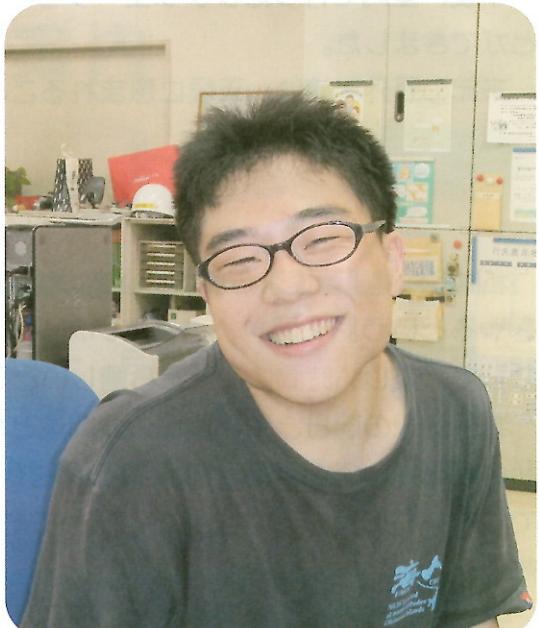
私は、今回で就労支援セミナーに出席したのは2回目です。セミナーでは、今まで自分が知らなかつた事や、間違つて覚えていた事などを教えていただきました。

スーツ・ネクタイ・時計等の選び方や、面接での受け答え方、質問の仕方などを一つ一つ就労相談室の方がとても丁寧に分かりやすく教えていただいたおかげで、自分自身を成長させることができたと感じています。

まだまだ未熟な私ですが、教えていただいたことを活かして、仕事を頑張っていきたいと思います。

※三宅さんは、6月6日付けで就労移行支援を修了し、

6月9日付けで就職されています。



## 青木 涼将さん

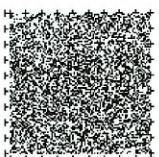
私は中学生の時に交通事故で受傷し、それからは本当に子どもに戻ったような感じで、このままで大丈夫なのか、自分に仕事はできるのかとあせる気持ちがとても強かったです。

でも、国立障害者リハビリテーションセンターにて、今はクリーニング訓練を受けています。先日の就労支援セミナーを受けて、仕事をしたいという気持ちがとても強くなりました。また、仕事をするにあたって、職場の人間関係が大切だということを知ることができました。

今後もクリーニング訓練を頑張って、仕事につなげていきたいです。



【就労支援セミナーの様子】





# 修了生のご紹介

総合支援課

当センターには、様々な分野でご活躍をされている修了生の方がいらっしゃいます。 今回、3名の方に、以下のインタビューを実施いたしました。

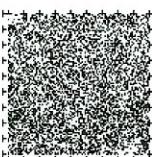
- ①現在の業務内容
- ②仕事をする時に大事と思うこと
- ③訓練で役に立ったこと
- ④訓練中の皆さんへのアドバイス

皿田 杏那さん

(就労移行支援2012年4月修了 聴覚障害)

株式会社大京アステージ 2012年5月より勤務

- ① 社内メール便の仕分け、グループ会社への郵便、宅急便の発送にかかる諸業務
- ② 皆が気持ちよく、スムーズに仕事をすることができるようになるためには周囲とのコミュニケーションが大切だと思います。そのためには、挨拶や報連相（報告・連絡・相談）をきちんと行うようにしています。
- ③ 作業内容を皆に報告する時があり、コミュニケーションの力を向上することができました。また、聾学校にいた自分にとって、訓練で耳が聞こえる人とのコミュニケーションをとる経験をすることで、自信がもてるようになりました。
- ④ 大変なことがあると思いますが、あきらめないで、勇気をもっていろんなことに挑戦をしてください。また、訓練を頑張るだけではなく、趣味も見つけて人生を楽しんでください。



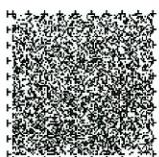
## 石黒 信行さん

(就労移行支援2013年12月修了 肢体不自由)

医療法人社団新都市医療研究会（関越）会

介護老人保健施設「すみよし」2014年1月より勤務

- ① 施設内の清掃業務
- ② 職場に早めに到着し、仕事（清掃）の準備をすること、職場の同僚や施設利用者の皆様とのコミュニケーション（特に挨拶）を大切に考えています。また、体調管理をしっかりとすることです。
- ③ クリーニング訓練では、直接人から感謝され役に立っていると実感でき、仕事に就きたいと改めて思いました。訓練をすることによって体力がつきました。パソコンを使用することができなかつたが、文書（手紙）などを書くことができるようになりました。
- ④ 今は、パソコンやクリーニングなどの訓練を行っていると思いますが、仕事をすることで給与を頂くことになるので、訓練以上にがんばってほしいです。また、給与だけで会社を選ぶのではなく、今の自分を受け入れてくれる会社を選んでほしいです。私は、良い会社と出会ったので、毎日楽しく出社させて頂いています。がんばってください。



## 石川 元気さん

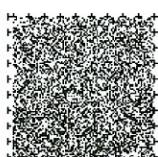
(就労移行支援<養成施設>2013年3月修了 視覚障害)

特別養護老人ホーム 2013年4月より勤務

- ① 特別養護老人ホームにて機能訓練指導員として勤務しています。利用者様へのあん摩施術、施術の記録、計画書の作成、計画書に基づく3ヶ月ごとの評価、計画書作成のためのケアプランカンファレンスへの出席、また私のデスクは事務員と同室にあるため、電話対応やご家族様などが施設にいらした際のお客様対応も行っています。
- ② どなたに対してもきちんとした挨拶と笑顔で対応することが大事だと思っています。
- ③ 臨床実習です。色々な方と関わる大事な時間をいただけて、自分自身の技術を確認できたからです。
- ④ 高齢者と関わることはとても楽しいです。人生の大先輩から教わることが多いです。  
毎日勉強は大変だと思いますが、私たちの仕事は他人を笑顔にできる仕事なので、仲間同士助け合って頑張ってください。



3名とも当センターでの訓練で学んだことを活かしており、活き活きと業務に取り組んでいました。また、挨拶をしっかりと行うことが大切と述べています。挨拶を行うことで、人とのつながりが円満になり、そこから働きやすい職場環境につながっているのでしょうか。ごく当たり前のことですですが、日頃から挨拶をする習慣を大切にしたいですね。



# あん摩マッサージ指圧理論、はりきゅう理論

理療教育・就労支援部 理療教育課

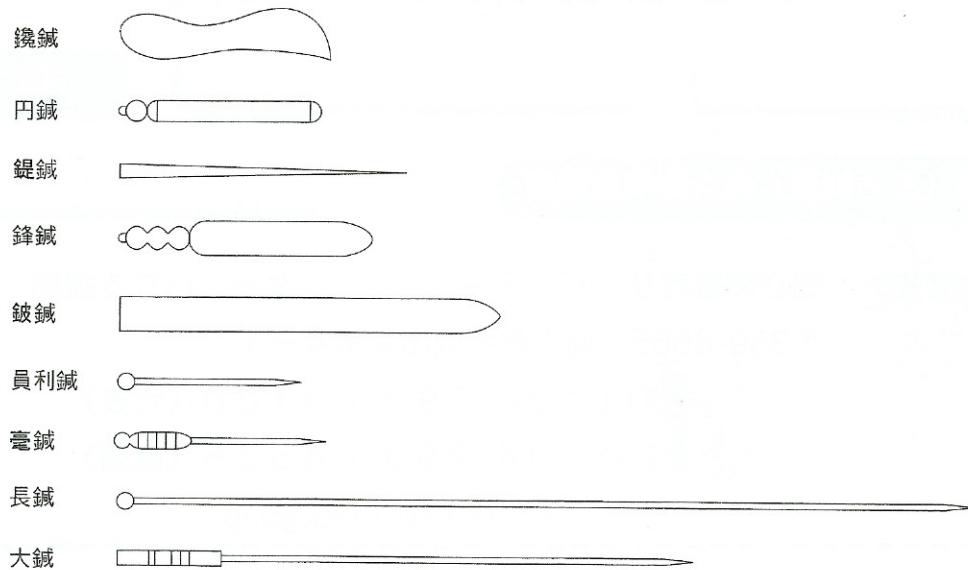
## ● 溫故知新

人類は、太古の昔から身体に痛みや痺れなどの異常を感じた時、その場所に本能的に手を押し当てて撫でさすったり、暖めて冷えを取ることによって症状が和らぐことを知っていました。あん摩マッサージ指圧鍼灸（以下「あはき」と略す）が成立するずっと以前から経験的に外から生体に適度な刺激を加えることで、内なる知性が喚起され、結果的に回復メカニズムが機能して、苦痛の解消に役立つことが知られていたのです。やがてこのことは、学問の進歩、発展とともに体系化され、古代九鍼などの治療器具の飛躍的進歩もあって「あはき」の標準的治療として、広く行なわれるようになりました。このようにして、古くから、多くの人々の病苦からの解放に「あはき」が貢献してきたのです。あん摩マッサージ指圧理論、はりきゅう理論は、「あはき」の作用メカニズムに関して、まず先達の科学的研究について学ぶとともに、更なる医学的可能性を探求し、現

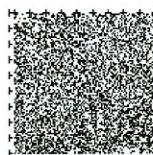
代医療との調和を図る態度を養うことを目的とする科目です。従って、これらの科目的学習には、解剖学、生理学、病理学、衛生学などの基礎医学の知識が必須となります。

## ● 痛みを和らげるオピオイドとは

鍼の効果というと皆さんには、まず、何をイメージするでしょうか。鍼の重要な効果の一つに鎮痛があります。多くの研究者が鍼による鎮痛機構の解明に取り組み、多数の仮説が提唱されました。中でもオピオイドによる鎮痛が有名です。オピオイドとは、脳内麻薬のことです。鍼刺激によって脳内にモルヒネ様物質が産生され、下行性神経系を介して疼痛抑制に関与するというものです。オピオイドは、鎮痛に関わるだけでなく、その効果発現によって幸せな気分をもたらすのです。すばらしい鍼に巡りあって毎日を楽しく、健やかに過ごしたいものです。



(写真1) 古代九鍼



## ● あん摩マッサージ指圧鍼灸の応用

現在、病院、産業分野、高齢者施設、スポーツ施設、一般家庭など多くの場所で「あはき」が人々の保健、健康増進に活用されています。医療の重要な一角を担っているのです。この流れをいっそう定着、発展させるには、「あはき」治療の特性をよく知り、治療の適否について正確に鑑別できる能力を養うことが重要になります。また、治療の標準化やリスク管理および衛生管理についても、よりきめ細かな知識が必要となります。あん摩マッサージ指圧理論、はりきゅう理論では、これらについても系統的に学習します。

## ◆ 後書き ◆

理論科目というと何か難解な固いイメージを持たれるかもしれません。また、国試の出題科目にもなっていますので、知識の詰め込みに陥る危険性も否定できません。授業では、できるだけあはき実技や臨床実習にも触れながら、利用者が興味を持てるよう工夫しています。また、利用者が理解しやすいように、教科書に記載されている専門用語を中心に極力、漢字の説明をする心がけています。理論と実技は、車の両輪のようなもので、どちらが欠けても臨床家としてうまく力を発揮できないと思います。利用者が、自ら考え、判断して治療ができる自立した施術者に成長していくことを切に願う日々です。

(文／丸山 隆司)



## 利用者募集のご案内

自立訓練（機能訓練）視覚障害

自立訓練（機能訓練）頸髄損傷

就労移行支援

自立訓練（生活訓練）高次脳機能障害

就労移行支援（養成施設）

<問い合わせ先> 国立障害者リハビリテーションセンター 自立支援局 総合相談課

〒359-8555 埼玉県所沢市並木4-1

TEL：04-2995-3100（代表）

FAX：04-2995-4525（直通）

E-mail：soudan@rehab.go.jp

