

自立支援局だより

第30号 2016. 3発行

所外レクリエーション

自立訓練部 生活訓練課 関口 雄介

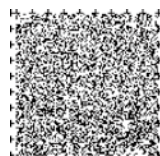
2015年11月4日、自立訓練部生活訓練課で利用者と職員計25名が参加する所外レクリエーションを行いました。普段の訓練とは異なる環境で、利用者同士や職員との交流を深め、リフレッシュすることを目的とし、「イオンモールむさし村山」と「森永乳業東京多摩工場」へ行きました。当日は天候にも恵まれ、所外レクリエーションにもってこいの天気の中、バスで出掛けてきました。

イオンモールむさし村山では、それぞれ自由に過ごして頂きました。限られた時間ではありますが、自分が読みたい本を選んでいる方や、服を買う方など、皆さん思い思いに楽しんでいる様子でした。

森永乳業東京多摩工場では、工場内で作っている商品の紹介や、チーズ作り体験などを行ったりしました。チーズ作り体験では、温めた牛乳にお酢を入れ、かき混ぜるだけですぐにチーズが完成し、利用者の方々は楽しそうに取り組んでいました。また、普段目にするものの出来ない工場内の見学では、皆興味深く説明を聞いていました。



今回は所外レクリエーションに先立ち、事前にグループワークを行いました。限られた枠組みの中ではありますが、それぞれでショッピングモールのパンフレットの情報を参考に、昼食を決めたり、買い物の予定を立てたりしました。また、実施後には全体で行ったお店や、工場見学の感想の発表を行いました。今後もこのような機会を大切にしながら、利用者の皆様により良いサービスを提供できるよう努めたいと考えています。



集って、歩いて、語らって、喰らって、体験する。

～発達障害支援室・平成27年宿泊体験訓練～

発達障害支援室では、体験を通じて就労に必要なことを習得できるよう支援しています。仕事を続けていくためには、仕事ができるだけでなく生活面の安定がとても大切ですが、通所の利用者のみなさんに一連の流れの中で日常生活を見せていただく機会はほとんどありません。そこで、一昨年より宿泊体験訓練を実施しています。平成27年度は11月12～13日の一泊二日で「YMCA 三浦ふれあいの村」で実施しました。

まずは下見

訓練は事前準備からスタート。実際のルートや宿泊施設を確認するための下見を行いました。今年の下見役は昨年の宿泊体験経験者。事前に様子を思い出しながらチェック表を作成し、当日は時刻表や乗換場所を撮影するなど、他のメンバーを気遣いながら下見を行いました。

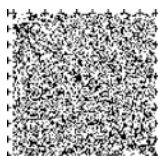
翌日はその結果を他のメンバーに伝達し、全員で一泊二日の荷物リストを作っていました。下見役が初参加のメンバーにアドバイスをする様子に、一年間の成長が見て取れました。



訓練当日は…

いつもと違う時間、場所への集合に、早めに到着する人、時間ギリギリでハラハラさせてくれる人…。でも全員揃って予定の電車に乗ることができました。やや混み合う電車を乗り継ぎ、乗換えもクリアして品川駅に到着。京浜急行に乗り、しばらくすると東京湾の水面が見えはじめ、ほどなく終点・三崎口に到着。さらにバスで大根やキャベツの畑を抜け、ソレイユの丘に到着です。

栄養管理室でご用意いただいたお弁当を美味しくいただき、その後は短いフリータイム。動物好きの利用者さんは園内にある小さな動物園を訪ねましたが、カンガルーを手懐けてしまった様子に、同行して下さった課長もビックリ！



プチハイキング！



食事休憩を終えたら、海辺の道で宿泊施設までハイキングです。公園から海に向かう道を下り、小さな漁港の一角で靴や荷物を再点検。靴に砂が入らないよう足元の装備を固めて全員で出発しました。しばらく歩いてふと振り返ると、なぜか一列隊形に…。

途中、少し高台から海辺を見下ろすと、白鷺が羽を休めて片足立ちし、その向こうには西日が水面を輝かせています。やや肌寒い気候でしたが、晩秋の相模湾の美しい景色を楽しみながら、三浦ふれあいの村に到着しました。

ベッドメイクに四苦八苦

自分の荷物を片付け、二段ベッドで布団敷き。日頃は全員がベッドなので、掛け布団、敷き布団を広げたものの、狭い空間でうまく敷くことができなかつたり重ねる順番がわからなくなつたりと悩みながら、ようやく寝床が完成しました。



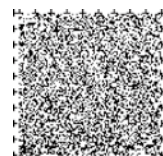
食事や入浴、そして zzz.

三浦ふれあいの村の夕食は、グループごとにセルフ給仕でしたが、国リハでの調理訓練の成果が活かされて、盛り付けやお茶入れも自然に分担しながらスムーズに準備完了。後片付けもとてもスムーズに終わりました。

食後の自由時間はそれぞれゲームやおしゃべりに興じて、その後は入浴タイム。湯冷めが心配という方もいましたが、大きなお風呂で全員がしっかり暖まり、気持ちよくリラックス。しんと冷える中をあたたかい部屋に戻ると、疲れが一拳に出たのか、みなさんスムーズに床に就くことができました。

いざ、三崎港へ！

二日目の朝は6時起床。目覚めた後はてきぱきと動き出したのですが、布団をたたむのに四苦八苦。他の人のやり方を見ながらなんとか完成させ、清掃を終えて朝食に向かいました。食後に身支度を調べ、肌寒い中を三崎港に向かって出発しました。



市場は働きやすそう？

三崎の魚市場では、魚の競りを見学しました。マグロの町、三崎を楽しみにしてきた人も多く、カチカチの冷凍まぐろを見ながら「美味しそう」と感想を述べる人もあり、市場の賑やかな雰囲気「このくらい賑やかな方が働きやすいです」と、仕事を考える人もいらっしゃいました。



お土産、お昼ご飯、そして帰路。

その後はお土産を買ったり、ちょっぴり買い食いをしたり。職場へのお土産選びの練習を兼ねて、留守番チームの訓練生にお土産を選んでいただきました。入っている個数、渡しやすさなどを全員で相談し、よいお土産を選ぶことができました。

お土産の後は待望のお昼ごはん。名物のまぐろを選ぶ人、好物のカレーを選ぶ人などさまざまでしたが、皆で美味しくいただき、帰路につきました。乗換をしっかりと確認し、やや混み合う山手線に乗って、少し疲れた様子でしたが全員無事に到着することができました。

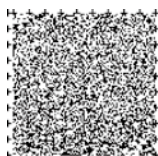


訓練はまだまだ終わりません

訓練の締めくくりは、週明けに書いていただいた感想文。2日間一緒に楽しく過ごしたことはもちろん、悩みや苦勞を話し合ったりと新たな交流が生まれた様子なども書いて下さいました。行く前は具体的なイメージが持てなかったみなさんでしたが、訓練を通じて、また新たなイメージが生まれた様子でした。職員も、普段は見られない意外なところに得意や苦手があることを見せていただきました。



支援機関や企業の方とお話しをすると「仕事を続けていくためには生活面がしっかりしていることが必要」と言うことが増えています。今回の訓練でも、意外なところに苦手なことが見え隠れしていましたので、楽しく、気持ちよく仕事をし、生活していけるよう、今回の訓練の内容を、日常の支援につなげていきたいと思います。



所外レクリエーション

自立訓練部 機能訓練課 市川 喜章

去る12月2日と16日に、2グループに分かれ「ららぽーと富士見」へ出掛けました。

日頃あまり出かけない場所への外出体験を通して、他利用者や職員とコミュニケーションを図り、外出への意欲を更に高めることを目的としました。

リーフレットで事前にショップを選んだり、観たい映画の情報を集めたりと計画的に準備を進めました。利用者の皆さんも、「早く行きたいな。」と当日を待ち望んでいる様子でした。

2日とも天候にも恵まれ、それぞれ決められた時間内で自由に行動し、思う存分楽しむことができました。昼食時は、食べたいメニューを選んで、談笑しながら満足のいく時間を過ごすことができました。店舗のフォークが小さすぎて、他のお店に借りに行くという場面もあり、外出の際は使い慣れたものを持参した方が良いと気づくことができました。

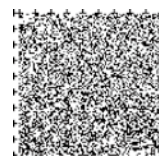
帰りのバスでは、利用者から「楽しかった。」「今度は行ったことのないお台場に行きたい。」と声があがり、今回の体験を通して外出機会が増えることに期待し、今後も所外レクリエーションを企画したいと思います。



美味しい食事のひととき



グループで記念撮影



修了生のご紹介

加藤 祥子さん

(就労移行支援 2015年12月修了)
(株)昭和飛行機工業 2016年1月より勤務

①現在の業務内容

工場内で栽培している、袋詰めされた低カリウムレタスの点検や、箱に詰めていく作業をしています。

②仕事をするとときに大事だと思うこと

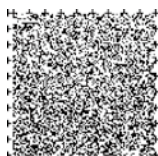
新しい職場では「新人である」ことを自覚し、謙虚な気持ちでいることが大事だと思います。

③訓練で役に立ったこと

身体に麻痺があるため軽作業は諦めていましたが、体を動かす作業への取り組みを通して、作業を一つ一つ丁寧にを行うことの大切さを実感しました。同じ作業を繰り返し行う忍耐力ができました。また、社会人としての言葉使いやマナーにも改めて気づかされました。

④訓練中のみなさんへのアドバイス

職員のアドバイスを素直な気持ちで受け止めながら、改善に向けて努力すると、きっとどんどん良くなると思います。訓練期間中はいろいろな可能性を伸ばせるチャンスがたくさんあるので感謝の気持ちを持ちながら、意欲的にどんどん取り組んで行って下さい。



リハビリテーション医学

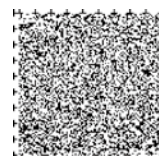
理療教育・就労支援部 理療教育課

高齢社会の進展に伴い、リハビリテーションの知識や技術だけでなく、その考え方を学ぶ必要性や重要性は高まっています。特に障害者として鍼灸マッサージ師の資格を取得し、就労を目指す理療教育の利用者にとって意義のある科目と言えます。授業の初めには、鍼灸マッサージ師として学習するリハビリテーション医学の目標や学習内容、授業の進め方に加え、我々視覚障害者が当事者として、また就労にとっても重要な学習になっています。この数年の就労先として、従来からの特別養護老人ホーム（介護老人福祉施設）の機能訓練指導員や、健康保険を利用した「訪問マッサージ」への就労が増加しています。

授業では、リハビリテーションの理念や国際生活機能分類の考え方、医学的リハビリテーションの概要、運動学概論を前半に学習します。後半では、脳血管障害などの主な疾患

別のリハビリテーションを学習します。授業では教室での座学に加え、実技室で機能訓練の基本実技などの指導を行います。特に毎年、当センター病院のリハビリテーション部の協力を得て、病院見学実習を実施しています。利用者が互いに片麻痺患者役や、対応する鍼灸マッサージ師となり、車いす操作、起居、ベッドへの移乗などの介助、平行棒や杖を用いた歩行訓練を実際に体験します。座学では得られない貴重な体験として、重要な実習です。病院見学実習で得た体験は、その後の学習にとどまらず、臨床実習や就職活動にも役立っています。このように資格取得に必要な一科目にとどまらず、今後の就労や施術、日常生活にも重要な科目が「リハビリテーション医学」になります。

（文責 飯塚 尚人）



利用者募集のご案内

当センターでは、下記のサービスの利用を希望する方を随時募集しています。
利用を希望される方は、総合相談課までお問い合わせください。

自立訓練（機能訓練）

主に視覚に障害のある方や頸髄損傷等による重度の肢体不自由の方が、地域や家庭、職場などで持てる力を最大限に生かし、より充実した社会生活を送れるよう支援します。

- 視覚に障害のある方：移動（歩行）訓練、日常生活訓練、コミュニケーション訓練など
- 頸髄損傷等による重度の肢体不自由の方：理学療法、作業療法、運動療法、職能訓練など

自立訓練（生活訓練）

主に高次脳機能障害のある方が、日常生活や社会生活に必要な手段を理解し、生活能力を高められるよう、個々の生活状況に応じて支援します。

- スケジュール管理、生活管理能力の向上、社会生活技能の向上、作業力の向上など

就労移行支援

就労が見込まれる主に身体に障害がある方に、企業への就職、また、復職に向けて、各種訓練や職場実習により、働くための力を付けることや就職活動を支援します。

- 職場体験訓練、技能習得訓練、職場実習、就職活動支援、など

就労移行支援（養成施設）

視覚に障害のある方が、あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師の資格を取得し、あはき師として就労することを支援します。

- 授業、実技実習、臨床実習、就労マッチング支援など

※通所で上記サービスを利用することが困難な方には、施設入所支援（宿舎）を提供しておりますので、あわせてご相談ください。

<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：04-2992-4525（直通）
E-mail：soudan@rehab.go.jp

