

SSKR まうんてんえこお

No.304

社会福祉法人 練馬山彦福祉会

本部

〒177-0034 東京都練馬区富士見台2-19-9
TEL(03)3998-5023 FAX(03)3998-5035
http://nerimayamabiko-hukushikai.jp/

山彦作業所(就労継続支援B型)

〒177-0034 東京都練馬区富士見台2-19-9
TEL(03)3998-5023 FAX(03)3998-5035
Email: ymbk@mvi.biglobe.ne.jp

山彦相談支援事業所(相談支援)

〒177-0034 東京都練馬区富士見台2-19-9
TEL&FAX(03)3970-2365
Email: ymbksoudan@xqd.biglobe.ne.jp

やまびこ第二作業所(就労継続支援B型)

〒179-0081 東京都練馬区北町7-20-36
TEL(03)3933-8935 FAX(03)5398-7681
Email: ymbk2@mue.biglobe.ne.jp

やまびこ第二相談支援事業所(相談支援)

〒179-0081 東京都練馬区北町7-20-36
TEL&FAX(03)6906-9803
Email: ymbk2-soudan@xvd.biglobe.ne.jp

ワークショップ石神井(就労継続支援B型)

〒177-0041 東京都練馬区石神井町7-17-4
TEL(03)5923-9811 FAX(03)5923-9812
Email: work@msd.biglobe.ne.jp

チャレンジワークやまびこ(就労移行支援)

〒177-0041 東京都練馬区石神井町7-17-4
TEL(03)5923-9864 FAX(03)5923-9865
Email: c.w.ymbk@xvg.biglobe.ne.jp

ワークショップ石神井相談支援事業所(相談支援)

〒177-0041 東京都練馬区石神井町7-17-4
TEL(03)5923-9818 FAX(03)3997-3650
Email: wkcs@kzh.biglobe.ne.jp

やまびこ三原荘(共同生活援助)

〒178-0063 東京都練馬区東大泉
TEL(03)3978-6352 FAX(03)5935-6520
Email: miharaso@mue.biglobe.ne.jp

目次

表紙 新年の挨拶

P2 山彦作業所 近況

P3 やまびこ第二・ワーク 近況

P4 チャレンジ・相談近況

P5 三原荘 近況・新人職員挨拶

P6 署名のお願い

P7 やまびこのペン(職員より)

P8 やまびこのかぜ(メンバーより)

付録: 請願署名用紙

謹賀新年

理事長 明星 晃

皆様にありましたは、新型コロナウイルスの感染が続く状況のもとでの新年をいかがお迎えでしょうか。

この感染症の収束の日の一日も早いこと、また、皆さまがその時を健康で、喜びをもって迎えられるように、心からお祈り申し上げます。

わたくしたちも昨年はこのパンデミックと称されるできごとに直面し、皆様からさまざまな貴重な体験からのお知恵や、具体的なご支援、ご協力をいただいて、試行錯誤と微力ですが努力を重ねて参りました。

おかげさまで、一同、年頭のご挨拶を申し上げさせていただけること、深く感謝を申し上げます。

なお、今年もまだ厳しいことがあるでしょうが、皆様と共に手をたずさえ、経験を共有してこの困難な日々を乗り越えさせていただきたいと思っております。

よろしくお願いいたします。

法人の八事業所の「新型コロナウイルス」関連の対策は、それぞれの現場事情に応じて実践しています。

まず、三つのB型作業所では時期に応じた、作業の休止や作業時間の短縮を実施しました。朝の通所の時間帯や終了後の帰宅の時間帯での感染を防ぐことを考えての対応です。そのためにお休みして在宅されて

いる方々への連絡や、毎日どのような過ごし方をしているか、日々のニュースなどで不安になったり、ストレスで気持ちが落ち着かなくなったりなどの相談にも対応して参りました。

作業所内では、出入り口などでの消毒やさまざまな場所の衛生対応、一人ひとりの作業場所(座席)の距離を保つこと、アクリル板を設けて飛沫防止の対応をすることなど、こまごまとした配慮を行いました。

通所される方々や職員がこうした普段とはちがう雰囲気慣れるにしたがい、お休みする方は徐々に少なくなり、お弁当づくりも再開しました。こうした中で就労に結び付いた方もおられます。しかし、まだお休みされている方もおられます。

グループホームでは食事サービスや生活の仕方などでの感染予防の工夫につとめています。

山彦作業所およびやまびこ第二作業所ではコロナ問題の以前から、建物の経年劣化での雨漏りや汚損の修繕、また施設全体の移転などの問題があります。区の担当の方々のご指導や専門技術分野の方、共同使用する施設との協働ですすめています。

わたしたちの法人、また各施設の務め、存在意義は、今の時代、この地域に在って、さまざまな心身の課題をもちつつも、だれもが人として、地域の住民として望む生活ができるよう寄り添い、支援することだと覚え、今年も働いて参ります。

最後になりますが、平素のご厚情に深く感謝し、皆様のご健勝とご多幸を心よりお祈りを申し上げます。



山彦作業所 近況

祝！キッチン・やまびこ！ 14周年記念弁当完売御礼のご報告！！



おかげさまで、キッチン・やまびこは2007年の販売開始以来、14周年を迎えました。毎年10月に節目として記念弁当を販売しています。コロナ禍の状況ではありますが、いつもキッチン・やまびこを御贔屓にしてくださっている区役所の職員さんたち、地域の皆様にお礼を込めて記念弁当を販売いたしました。赤飯、天ぷらの盛り合わせ、など豪華な内容であったという間に完売いたしました。

予防対策のため食事の形式を変更しました

コロナ以前は、対面式で一度に18人ほどが食事をしていました。しかし、コロナ禍の状況に合わせ、予防の観点からテーブルとイスの配置を変え、対面式ではなく、一方向を向いて食べる形式へと変更しました。隣の人ともなるべく距離をあげ、窓を開けて換気を取りながらの食事になりました。一度に食事をする人数も18人から11人程度に減らし、2回に分けていた食事も、3回へと変更し、三密にならないようにと心掛けています。



区役所限定でお弁当配達を再開しました

緊急事態宣言に伴い、4月中旬からキッチン・やまびこのお弁当はお休みをしていました。宣言解除後も、再開を検討していましたが、コロナウイルスが落ち着きを見せてきた8月の下旬から食数を減らして再開を致しました。お弁当の売れ行きも好調で、少しずつ食数を増やし9月、10月は例年の8割程度、11月に入ると9割に迫る勢いでご購入いただいています。しかし、まだ地域のお客様への配達はできておらず、状況がよくなり次第再開したいと考えております。



～地域とのつながり～ 作業所のブロック塀工事に 取り組んでいる(株)シマ建設さん キッチン・や まびこのお弁当を注文してくれています

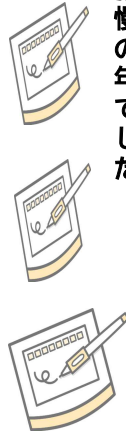
9月中旬から1月中旬にかけて、作業所を取り囲んでいるブロック塀の撤去工事が行われています。練馬に本社がある(株)シマ建設さんが工事の施工者です。毎日のお昼ご飯の用意は大変とのことで、山彦でお弁当を販売していることをお伝えしたところ、それ以来毎日お弁当を購入してくださっています。やまびこのお弁当がシマ建設さんのパワーの源になっているようで、大変うれしい出来事です。（山田）



やまびこ第二 作業所 近況

昨年は我慢、辛抱、
忍耐の年でしたが、
今年は？？？

昨年は新型コロナウイルスの影響により、イベントでは月に一度のボランティアさんによるランチサービス、秋に開催される予定だったバザーとバスレクが中止、また作業面では通称「外勤」と呼ばれている診療所の清掃が無期限の延期となっていました。本当に我慢の年でした。



今回の近況は、昨年11月に「メンバーミーティング」を行った際、議題の中で特に反響が多かった「街頭署名活動」についてです。昨年2月におこなった「街頭署名・募金活動」（本誌6頁参照）を今年も行おうのかで話し合いました。コロナ禍で活動が出来るのか？中止した方が良いか？行いたいのか？また行おうとしたらどのように工夫すれば良いのか等の意見、感想をまとめました。

・（街頭署名に）行ってみたいとい

う気持ちはある。
・通所する曜日によっては参加したい。

・利用者の私たちが声を上げることは大切だと思う。実際、自分がやれるかどうかはわからないが継続してやって欲しい。

・駅周辺でおこなうとのことだが、もし声を出すのが大変ならば、プラカードを持って訴えるのも良いのでは。

・バーコードなど（デジタル方式）で署名できると良いと思った。

質問

Q. 今度の集めた署名は5月に国会へ持って行けますか？去年は中止になってしまいましたか？

A. 「きょうされん」からは、昨年11月の署名学習会をはじめ、12月の新宿駅西口での「がんばるDAY」が中止となりましたが、国会請願行動については未定になっています。実施するかは今のところ微妙な段階です。今後の新型コロナウイルスの感染状況を鑑みて、実行か中止、いずれかの判断をされるかと思っています。

署名活動への心のこもった意見や積極的な提案を聞き、改めてメンバーの意気込みを実感致しました。
（見米）

ワークショップ石神井 近況

去る10月30日に、メンバーミーティングをしました。テーマは新型コロナウイルスの影響で変わってきた生活について、工夫していること、心がけていること、生活を楽しむためにしていること、などです。

参加したメンバーからは様々な意見が出されましたので、少しご紹介します。

○感染を予防するため、家での過ごし方で工夫していること
・外出後、手洗い・うがいをしている
・外出時はマスクをする
・マスクをそばに置いてすぐ付けられるようにしている
・布マスクは一日ごとに洗濯している
・マスクの予備を確認している
・人がたくさんいて混雑しているところには行かない

○生活を楽しむためにしていること
・料理を作っている
・音楽を聞く
・テレビを見る
・読書をする
・ゲーム、スマホゲーム
・年末のイベント（クリスマス・正月）の企画を考える
・シャワー、お風呂に入る
・楽しみが無くなった

○自分がやっている身体にいいこと
・主治医の先生、保健師さんに自分の

ことを相談する

・服薬

・規則正しい生活をする

・疲れたときは寝る

・バランスよく食べる

・美味しいものを食べる

・ウォーキング

・室内で運動する

・ベスト体重を保つ

・お風呂に入る

・毎週日曜日に行きつけの店でパンを買う



感染予防のために気を付けなければいけないことが増え、これまで当たり前前にできていたことが制限されたりして、感染の心配に加え、生活のハリや楽しみが無くなってしまいうことも心配され、メンバーはどのように過ごしているのだろう、と考え、今回のようなミーティングをしました。

今回のミーティングで、他のメンバーはどうしているのかを知り、「楽しみが無くなった」と答えていた人も、他の人の意見を参考に、何か自分の生活にも生かせるようなことがあるといいなと思います。（渡辺）



チャレンジワークやまびこ近況

コロナ禍で新規求人数が大きく減少し、企業見学や実習の中止が相次ぎました。

その中でも貴重な実習の機会を経て、メンバーAさんは昨年12月に就労へ結びつきました。

今回はAさんにチャレンジワークやまびこでどんなことを感じていたかの聞き取りと実習体験について紹介します。

インタビュー



Q チャレワで良かったことはどんなことですか

A メンバーとの信頼が生まれ、たことでした。

Q チャレワで残念だったことはどんなことですか

A プログラムに慣れ、チャレワで働いてみたかったです。

Q チャレワではどんなことが役に立ちましたか

A 人間関係が課題でした。メンバーとの関係が良い方向で長続きし、日々安心して通うことができました。

ここで働きたくなるほど自信が付いたAさん。併せて企業で実習体験したことも就労への大きな一歩となりました。

貴重な実習体験

企業実習や見学の「体験」は就労イメージの獲得に大きく影響します。

実際の職場の様子を知ることと日々のプログラムのイメージが結びつき「あっ、この仕事はプログラムでやったあの感じかも」と就労への距離感がグッと近くなるのです。その反対で「あっ、この仕事はやっぱり向かないかもしれない」と転機になることも。いずれにしても本人がどう感じるかを主体にしてチャレワは二人三脚で歩んでいます。

就労後も様子を聞き、困りごとには相談に乗ります。就労のゴールは過ぎましたが、次は安心して職場に定着できるようにチャレンジワークとの二人三脚はまだ続きます。見えないタイプできつと繋がっています。

Aさん。就労おめでとうございます。新年の新しいステージを応援しています。（伊東）

やまびこ第二 相談支援事業所近況

コロナ禍で、多くの方が活動・運動不足となり、健康や生活を崩されています。が、中でも障害がある方とその家族にとっては一層それが際立っているように感じます。「大変なのは障害者だけじゃない！」と言われる時代ほど、当事者・家族にとっては辛いように思えます。何よりも無理をしたり、または医療控えのため、新たに障害のある人が増えてもいます。



「マスクがない、医療用のアルコール綿がない」は、困ったではなくて、それそのものが命の危険にさらされる重度の方もいます。今ま

で長年かかって積み上げてきたものが、コロナによって崩れていく場面を目にすることが増えていきます。一度、「作業所に行かなくても良い」状態になったことで、現在でも行けなくなっている方もいます。



こういう時にこそ、相談員は「何が出来るか」を問い続けることが大切だと考えています。話を聴くだけかも知れませんが、利用や工夫が出来ることを考えること、または多くのネットワークを持つことを大切にしたいです。

（相談員 池田）

やまびこ三原荘 近況

コロナ禍での生活について

対面の大切さを実感

新型コロナウイルスの感染拡大の影響により、三密を避けるためにこれまで交流室での全体ミーティングを2グループに分けての実施でしたが、昨年10月から地域の集会所を借りてソーシャルディスタンスをとりながら、全員でミーティングを実施しています。全体で集まったのは、およそ半年ぶりでした。集会所では飲食ができないため、誕生会や食事は実施できないので、引き続き交流室でグループに分けての実施です。

今年、入居期限の3年目を迎え、4名の入居者が本格的に今後の生活を考える時期に入っています。次の生活への心の準備期間として、退居期限の1年前に関係者を交えてのカンファレンスを実施するのが望ましいと考えますがコロナ禍など実施できない時期がありました。

昨年は「対面」での交流がいかに大切であるかを実感しました。顔の表情、間の取り方、しぐさ、その場の雰囲気など、意思の疎通は対面が一番伝わりやすいことを改めて考える機会になりました。

共同生活の良さ

先日、駅周辺のアパートの間取を見る入居者の話を聞きました。入居者同士でも良い物件があった、と話題に



2020年12月交流室にて食卓会
(消毒、換気、アクリル板の仕切りを使用)

なります。1人暮らしへの不安を抱えながらも、将来の生活に向けて気持ち前向きになる瞬間であり、一歩ずつ心の準備ができていくのが伝わります。生活環境が変わることは、障がいの有無に関わらず、多くの人にとって大きなストレスになるものだと思います。世話人としては、入居者と一緒に動く中で、諸々抱えている不安を軽減しながら、自信を持って次の生活へ移行できるように、関わっています。

入居者の希望や生活の様子を踏まえ今後1人暮らしをするのか、または他の入居施設などを探すことが必要か、関係機関と情報交換も交えながら、入居者と一緒に考えています。

時々、入居者OB（アパートでの1人暮らし生活）がやまびこ三原荘へ挨拶に来て、元氣な顔を見せてくれます。「共同生活」は、それぞれが自立へ向かう方向を見つめる入居者同士（OB含む）が共に励まし合い、支え合いあえる、欠かせない場所となっています。

（世話人 佐藤）

新職員挨拶

やまびこ三原荘 青柳謙介

9月1日から「やまびこ三原荘」の職員となりました青柳と申します。8月16日から入職いたしました。研修をさせていただき、9月より正式にやまびこ三原荘の職員として働くこととなりました。研修では各事業所のメンバーの皆様、および職員の皆様には大変お世話になりました。たくさんの方から暖かく声をかけて頂けたこと感謝しております。

簡単ではありますが、ここで私の自己紹介と三原荘で働く上での抱負を述べたいと思います。私は新潟県新潟市の出身です。皆さんのイメージ通りだと思いますが、田んぼに囲まれたのかなで育ちました。高校までは地元で、大学進学にあわせて東京へ出てきて卒業後はまったく福祉と関係のない職場で働き、色々な職場を転々としてきました。私自身、紆余曲折しながら社会生活を送っていたのですが、年齢も30代後半にさしかかりこれから人生を考えたときに人の役に立てる仕事がしたいと漠然に考えるようになりました。そして、何か自分に向いている仕事はないだろうか考えたときに、たまたま私の母が精神科病院の看護師をしていたことや、精神疾患

を持った友人の存在があり、病院の相談員の仕事に興味を持ちました。どうやら病院のワーカーとして働くことができるのかを調べるうちに精神保健福祉士という資格が必要なことを知り、2019年の4月から1年間、専門学校に通い資格を取得することとなりました。この一年間は学業と同時に精神、知的障がい者のグループホーム（以下GHで省略）でアルバイトとして働いていたのですが、このGHで働いたことがきっかけで三原荘の求人に応募することになりました。元々は病院のワーカーになりたくて精神保健福祉士になったのですが、1年間働いたGHで入居者の方たちと距離の近い部分で関わられたこと。職員、入居者というよりは、家族的な一体感で支援、サポートさせていただけたことにGHでの仕事に魅力を感じたことが、現在やまびこ三原荘で働くこととなった大きな理由です。

三原荘で働き始めてまだ数か月ですが、私はいつも入居者の皆様から学ばせてもらっているという気持ちで大切に働いています。まずは、支援者である前に「人と人」として向き合うこと。常に対等であり同じ目線で言葉を交わせる関係であることを大事にして、これから入居者の皆様と同じ時間を共有していきたいと思っています。



**署名・募金に
ご協力ください**

障害福祉についての制度の拡充を求めて

きょうされん 第44次

**国会請願署名・
募金運動
全国キャンペーン**

2020年12月～2021年4月

募金
の
お願い

いただいた募金は、本キャンペーンを展開するための費用や
当会が運動をするための活動資金として有効に活用させていただきます。

わたしたちは「きょうされん」です

当会は、旧称を「共同作業所全国連絡会」と言い、障害のある人たちが「働く・活動する」事業所をはじめ、グループホーム、相談支援センターなど、1,870カ所を超える事業所が会員となっています。

わたしたちは、障害のある人たちの暮らしをゆたかにするための制度の拡充を求め、活動を続けています。



1. コロナ禍でも、障害のある人が安心して生活できるように

ア 医療体制を拡充し、障害のある人や支援者のいのち・健康が守れるように

障害のある人たちは、新型コロナウイルスに感染すると重症化するリスクが高いです。障害のある人や支援者がPCR検査等を受けやすくするとともに、感染した際も安心して医療が受けられるような体制づくりを求めています。



メイン写真：前川麻子／佐藤健太郎（第二いのち・健康財団） 写真上：平田優作／中川啓（ハスの実わくわくセンター・弘前県） 写真下：十時たける／青木悠／芝田達雄（「越えちの」子作業所・埼玉県）

きょうされん第44次国会請願署名・募金運動にご協力をお願いします！

昨年の12月から、きょうされん第44次国会請願署名・募金運動がスタートしています。今年は新型コロナウイルスの影響を鑑み、とても残念なことではありますが、法人として中村橋駅前での街頭署名・募金を行うことを中止と致しました。またきょうされんに加盟している多くの法人で同様の理由で街頭署名・募金のお願いを断念していると聞いています。毎年、法人からは20名ほどの利用者が参加し多くの人に請願署名と募金を訴えています。その機会がなくなってしまったこと、とても残念に思います。街頭署名はありませんが、読者の皆様にはいつも以上に協力いただけると助かります。ご協力宜しくお願い致します。

やまびこのペン

コロナウイルスによる 生活の変化

ワークショップ 石神井

須天 有紀子

2020年を振り返ると、ほぼ1年中マスクをつけて過ごした、という印象が大きいです。1日1回はコロナウイルスについての情報を見聞きし、数か月経った今も心のどこかで緊張感があり、すっきりしない日々が続いています。昨年は想像もできなかった2020年でしたが、家族・友人含め周りの人と励まし合いながら、なんとかここまで過ごしてきました。

作業所ではメンバーの皆さんとコロナウイルスの感染対策について気を付けること、身体の健康のために工夫していることなど、職員もメンバーもお互いに「今自分でできるところ」を話し合っており、取り組んできました。メンバーの皆さんには教えていただく機会が多いので、今回は自分の話を少しできたらと思います。

コロナ禍の中みなさんはどんな変化がありましたか？私は休日限定で「朝活」をするようになったことが、自分の生活の中で変わったなあと思います。朝活とは簡単に言うところ、いつもより少し早く起きて活動することです。

とです。始めたきっかけは弊所所長の休日には朝早く起きて散歩するという話、友人の朝早く出かけて午後の時間はゆっくり過ごすという話を聞き、私も何か生活に変化を付けたくて、やってみようと思ったからです。平日は睡眠時間をしっかりと取りたいので、時間に余裕のある休日から実践してみました。休日の5時は人や自動車の音も少なく静かな雰囲気でした。朝風呂に入ったり、動画を見ながらヨガをしてみたり、思いつきではじめてので首を痛めました、細かいところの掃除をしたり、普段やろうと思っていたけれどやらなかったことに時間を使うことができました。そして朝早い分、休日の時間が少し長く感じられたので嬉しさもあります。

最近朝活を教えてくれた友人と約10か月ぶりに再会でき、調布市の深大寺と植物園に行ってきました。秋バラが見ごろの時期でしたので、写真(下記参照)で紹介します。いつもより少し早い時間に待ち合わせをしたので、人も少なくゆつくりと自然を見ることができました。昼食は深大寺で有名な蕎麦をいただき、コロナを乗り切ったらどこかへ旅行に行きたい、と計画を立てながらのんびり過ごしました。



まだまだコロナウイルスへの不安が続く世の中ですが、いつか「あのコロナの時は毎日頑張ってたよね」と自信をもって振り返れる日が来ることを願って、今自分にできることをしながら、楽しみをみつけながら、過ごしていきます。

やまびこのかぜ

やまびこ第二作業所

T・Mさん(利用者)

大腸癌が発見された!...

普通の人なら頭の中が真っ白くなると思うが、幸か不幸か脳天気な私は『そうなんだ〜』と思っただけだった。とにかく、お医者さんの言う事に従って行こうと思っただ。手術前の検査は、ひと通り終わり現在に至る。

私は今思う。入院期間の2週間でどれだけ将棋が出来るかと。Oさんから正規な将棋を教えてもらったのだが、今では、女性やお酒より将棋が好きだ。下手ですが、5年間やっていて進歩が遅い。でも、それなりに好きだ。Oさんには感謝している。夢は、『七度生まれで、平手でOさんに勝つ』ことだ。そこには宿命みたいなものがある。さて、いま私は63歳。高校一年の時、16歳で自殺を考えた。『いじめ』のせいだ。大学一、二年生の時にも考えた。20歳に至らずとも『死』を意識していた。そして、人間の裏側を見てきた。以来、物事を裏側から考えるようになった。そんな奇人?に成長したのも、ま

た個性であり、数少ない価値となった。こんな風なので若い頃は散々アバレマワツタ。チンピラに近い存在だった。勿論、その頃は既に心の病にかかっていた。20歳の頃から服薬はしていたが...。そして学業が物にならなかったのも、劣等感が常にあった。

いろいろな異性とも語り合った。それは今になって、自分の思考の糧となっている。そんな成長期に、ウラ道を歩いていたから、人間不信はつづいた。そんなだったが、30歳の頃、転機があった。やまびこ第二作業所へ入所したことだ。ここは、私には『桃源郷』のように思えた。人間愛、そして社会愛を感じた。ここで私は、年月が経つことに変化していった。理想社



(自画像)

会の中で、私の心の中にも善行が育っていった。そして、今に至る。

話を癌のことに戻す。私の知り合いにも癌になった人は多い。無念の涙を流した人も多かった。もし私が死を告知されたりしたら、どう思うだろう。それは、おそらく、やまびこ第二作業所で初めて人生で人間らしく生活できたことを、神に感謝すると想うだろう。

(END)

・昨年末、元気に退院されました



編集後記

新年、明けましておめでとうございます。いつも「まうてんえこお」をご愛読いただきまして、誠に有り難うございます。今後とも宜しくお願い申し上げます。

まうてんえこお編集者一同

編集人

社会福祉法人
練馬山彦福祉会

東京都練馬区
富士見台2-19-9
TEL(03)3998-5023

発行人

障害者定期刊行物協会

東京都世田谷区
祖師谷3-1-17
ヴェルドゥーラ102号室

頒価 20円