

# 西駒郷だより

NISHIKOMAGOU DAYORI

No.152

発行

長野県西駒郷

指定管理者：(社福)長野県社会福祉事業団

長野県駒ヶ根市  
下平2901-7



## 令和二年度の始まり

目指すは「自律」

今年度のスタートは新型コロナウイルスの関係で一種異様な空気となっています。西駒郷では、絶対にウイルスを持ち込まないという強い決意の下で感染防止に懸命に取り組んでいます。

さて、今年度の西駒郷が最も重点的に取り組もうとしていることは、職員の支援力の底上げです。日々繰り返し支援は、利用者に何を求めて支援しているのか、しっかりと職員の中に位置づけていきたいと考えています。

人間が幸福を感じることに自分の意思に基づいた行動の実現があります。利用者の皆さんにとっても同じですが、施設特有の環境や支援力の不足の中で実現できていないことが多いのです。意思を持った行動とは「自律」です。この自律の獲得と実現に向けた支援を実践できるように目指します。

どんな人にも意思があります。障がいや重たい方の意思を把握し実現するのは難しいことです。ですから職員の支援力の向上が必要となります。単に知識・技術を習得させるだけでなく何を指すのか、その先が何につながるのか、職員はそのところを描けるように感性を磨き、確固たる理念を持つことが重要です。

この取組みの先には必ずや利用者の喜びとともに職員の自信と喜びにつながるものと確信しています。

きっと近いうちに新型コロナウイルスも終息に向かい光明が差してくることを願うとともに、今後とも関係者の皆様の御理解と御協力を賜りますようお願い申し上げます。

# 質の高いサービスの提供で利用者に喜びを

## 〈令和2年度事業計画〉

令和2年度は昨年度に引き続き利用者本人の意思や特性に配慮した質の高いサービスを提供するため、職員専門性を高めることを進めます。

そのために昨年度から実施している外部講師による「強度行動障害支援研修」の充実を図ります。

今年度は、研修で得た知識・技法を身近なケースに当てはめ、その効果や利用者の反応などを検証し、今後の支援などに活用して参ります。

また、昨年度も実施しました行動障害のある者を受入れ、先駆的な取り組みをしている施設に職員を長期間派遣し、実践的



### 令和2年度長野県西駒郷重点事業（抜粋）

#### ○提供するサービスの質の向上を図ります

- ・快適な生活が送られるよう、コンチネンスケアの考え方を参考に、排泄ケアの改善に取り組みます
- ・強度行動障害のある人の支援強化のため、日課の変更と支援体制の見直しを実施します
- ・意思決定支援ガイドラインに基づき「あなたが望む暮らしの調査」を実施します

#### ○障がいのある人もない人も充実した暮らしができる地域の仕組みづくりを推進します

- ・就労支援員等を中心に企業訪問を実施し、一般就労希望者の職場体験実習及び就職に結びつけます
- ・障がいのある方が自由にアート活動できるスペース、アトリエ「風と太陽」を毎月1回開催します

#### ○人事・労務管理の充実を図ります

- ・利用者の意思を尊重した質の高いサービス定着のため、意思決定支援ガイドラインを策定します

#### ○前向きで安定的な経営推進を図ります

- ・今後の利用者の生活場所等見通しを明確にし、必要に応じ内外への移行を進めるとともに入所支援課の空き部屋の解消に努めます

#### ○業務の安定化と効率性の向上を図ります

- ・日中活動のリハビリテーションや生活の余暇活動に映像装置「オミ・ビスタ」を活用します

な経験を積みませます。

利用者の意向に沿った支援を行うため、利用者及びご家族が今後どのような生活を望んでいるかを確認し適切な支援に結びつけられるよう意向調査を実施します。

平成30年度、当所は開設50周年を迎え、新たに地域に開かれた施設、地域から愛される施設として、中学校などと交流を図ってまいりました。今年度は施設内に障害を持った方も自由に参加し、アート活動ができる場としてアトリエ「風と太陽」を毎月第2土曜日に開催をします。ここでは、思いのままに絵を描いたりして、交流を広めていきます。

就労支援A型事業所「信州まめ匠」では、収益増と豆腐製品のバリエーションを広げるため、厚揚げと油揚げを製造することになりました。豆腐製品と同様に学校給食に採用されるよう販売活動に力を入れていきます。

### 今年度の行事カレンダー

7月：「山の遊び舎 はらぺこ」

との交流会（中旬）

8月：アンフォルメル中川村美術館展示会（中旬）

9月：宮田村福祉ふれあいまつり（上旬）

障がい者文化芸術祭（中旬）

10月：にしこま祭（17日）

1月：成人式、還暦祝いの会

3月：駒ヶ根市福祉大会（上旬）

※新型コロナウイルス感染の状況により、延期又は中止の場合があります

### 駒ヶ根日中支援課

駒ヶ根日中支援課では、12月にクリスマス会・1月に新春コンサート2月に節分の行事がありました。

それぞれの行事に利用者の皆さんは多く参加をされて、とても楽しそうな笑顔をされていました。

### クリスマス会

令和元年12月25日にクリスマス会が行われました。サンタクロースが各部屋を回り一人ひとりにプレゼントを渡しており、利用者の皆さんは嬉しそうな表情をされていました。



### 新春コンサート

1月9日に一年の始まりをお祝いしようと、いなちゃんカルテット様をお招きし、新春コンサートが行われました。



### 節分

2月7日に節分の豆まきが行われました。手作りのお面と衣装を身にまとった利用者と職員が鬼に扮し、各部屋やゆうあいホールに集まり、豆まきを楽しみました。

太鼓の音や怖い音に誘われるように鬼が登場すると、怖がって泣いてしまう利用者や果敢に鬼を退治しようと鬼の近くに寄って行き、大きな声で「鬼は外、福は内」と豆を投げ、無病息災や家内安全を願いました。利用者は「鬼を退治ができて良かった」と喜んでいました。



# ひまわり支援課

## ● 余暇時間の過ごし方

ひまわり支援課では、休日の余暇時間の過ごし方の一つとして外出支援を行っています。その中で、過日・日中支援課と合同日課を組み、平日にも余暇時間を充実させるという取り組みを行いました。

午前中の時間を確保し、マンツーマン・少人数対応での個別支援で利用者さんとしつくり向きあう時間を作りました。



足湯でゆったり～

お部屋の掃除、飾りつけてニコリ!



かんてんぱぱゼリー美味しいですか?



この他にも、買い物に出掛けたり市内のスキー場で雪に触れたり日頃なかなか出来ない体験が出来たと思います。日課の実施に当たっては日中支援課始め他部署の連携が欠かせず、今回も多大な協力のもと実施することが出来ました。今後利用者さんがより充実した余暇時間を過ごせる様、各部署と検討を重ねていきます。

## ● ひなまつり

3月8日(日)午後のひと時、ひなまつり行事を行いました。手作りの着物風衣装を身にまとい、写真撮影にニコリ♪



おやつは桜餅・プリンを美味しく食べる皆さん



春の足音が聞こえてくるのを耳に、ゆったりと過ごすことが出来た一日でした。

# さくら支援課

## ● アイボとの触れ合い

今後の利用者さんの余暇支援につながることをねらいに1月30日(木)アイボと触れ合う機会を作りました。アイボは子犬に似た動作をする動物型ロボットです。

今回、多くの利用者さんは初めてアイボに触れ合うため、最初のうちは少し戸惑ってありました。「名前を呼んでください。」「こんなふうにご話しかけてください。」「と接し方について教えると、徐々に慣れてきて、嬉しそうに触れ合いました。ただなかにはアイボを見て怖がる利用者さんもありました。

今後とも触れ合う機会を重ねつつ、怖がる方にはどのように楽しんでもらえるか工夫していきたいと思っております。



## ● ホットケーキを作る

1月12日(日)午後、ボランティアの方2名にお手伝いをいただきながら、5・6歳でホットケーキ作りを行いました。

まずはボランティアの方にホットプレートでケーキの生地を焼いていただき、利用者さんにはホットケーキの飾り付けをしてもらいました。そして、出来立てほやほやの温かいホットケーキをおいしくいただき、笑顔なひとときとなりました。

ボランティアさんからも利用者さんに楽しんでいただけてよかったです。感想もいただきました。

今後ともささやかではありますが、ボランティアさんとの触れ合いをおして、笑顔となる時間を提供していきたいです。



# わーく宮田 おしるこ会

わーく宮田では、1カ月作業をがんばった労をねぎらうため、毎月工賃茶話を開いています。

2月は、ボランティアの方に来ていただき、みんなが楽しみにしていた「おしるこ」を作っていました。

各班から利用者も参加し、一緒に白玉団子を丸めました。



お豆腐と白玉粉で作った団子は、ちよっぴり水分が多く、形は不ぞろいでしたが、大きくてもちもちで食べ応え満点。

おいしくできたあんこに合わせて完成です！

各班でボランティアの方を交えて喫食し会話も弾み、双方から「あじしかった」「またやりたい」との声が聞かれました。



## ★ボランティア募集中★

わーく宮田では、昼食演奏ボランティアや作業ボランティアに来ていただいています。

「我こそはぜひ」という方、「こんな方います」というオススメがある方、情報お待ちしております。

## 給食のはなし

楽しみにしてくれている方も多い給食ですが、献立作成、食事提供をするにあたって、こだわっているポイントがいくつかあります。

### 一つ目、魚をたくさん提供する。

献立作成の際、栄養バランスはもちろんです。魚を使ったメニューをできるだけ多く取り入れてもらうようにしています。

魚には、よく耳にするDHA(人間の脳の細胞を作る働きがある成分の一つ)やEPA(動脈硬化や心筋梗塞、脳血栓などを予防する効果がある)の他にも、ビタミンD(単体だと体内吸収が悪いカルシムの吸収力を高めてくれる)、鉄分(数ある貧血症状の中で最も多く起こるのが鉄欠乏性貧血であり、これを予防してくれる)、セレン(抗酸化作用があり、がん予防や老化防止に効果がある)、タウリン(血管内をきれいにし、疲労回復効果がある)といった体に良い成分が含まれているため、提供回数を多くしています。

### 二つ目、季節に沿った食材を提供する。

果物や野菜はできるだけ旬のものを使用するようにしています。

旬の食材には栄養がより多く含まれているため体にも良く、また、季節を感じてもらいたいと思い、取り入れています。

### 三つ目、月に一回はお楽しみ献立やイベント食を実施する。

献立に「バイキング」、「選択食」などいつもと違うメニューや、ひな祭り、土用の丑の日などの「イベント食」を取り入れることで、食べる楽しみ、季節の流れ、そして大げさかもしれませんが、生きがいを感じてもらえたらと思っています。

一年を通して見ると、現在最も好まれている寿司のイベント食を実施することが多い傾向ですが、今後はできるだけ皆さんの意見を反映できるようにしていきたいと思っています。

給食を楽しみにしてくれている方々のために、これからも拘っていかねばいけないところには拘りつつ、新しい食材、普段とは違った食の提供により給食の楽しさ、嬉しさを感じてもらえるようにしていきたいと思っています。



## 企画調整課

当課は、3係により地域生活支援の体制作りや職員のキャリアアップを推進する業務などを行なっています。

### 【調整係】

西駒郷の利用相談や調整、利用者の方の心理分析、人材育成のための研修の企画等を行なっています。

### 【相談支援係】

サービス利用に関わるサービス利用計画の策定、モニタリングの実施の「特定相談」と地域移行・定着支援の「一般相談」を担当しています。

### 【地域生活支援係】

調整係、相談支援係と連携しながら入所利用者のグループホーム等の地域生活をイメージした自活体験や短期入所の方の生活支援と駒ヶ根市や宮田村で一人暮らしをしている障がい者の訪問支援を行なっています。

## 地域生活のサポート業務

当課が中心となって行っている「地域定着支援」と「自立生活援助」について紹介します。

駒ヶ根市や宮田村にて一人暮らしをしている方に自宅への訪問を通して困り事や健康面、経済面のアドバイスや関係機関との連絡調整のサービスを実施しており、現在5名の方にサービスを提供しています。

○「地域定着支援」を利用している2名は持病を持ちながらも自宅で一人暮らしをしています。生活する上での困り感への対応や緊急時の支援を行い、地域で引き続き生活ができるように支援をしています。

○「自立生活援助」を利用している3名の方はアパートなどで一人暮らしをしており、それぞれの生活の中で自立した生活を送られる様にアドバイスをしています。定期的な自宅訪問等を通して経済的、健康面、対人関係等についてご本人の自主性を尊重しながら支援を続けています。西駒郷の生活から地域生活に移行された方については一人暮らしをする中で、西駒郷で生活していた時には見られなかった一面が垣間見られたり、今までできなかったことができるようになったりしています。それぞれの方が地域の方や支援とも関わりながら自分の生活スタイルで生活をしています。



支援がうまくいかず落ち込む日も多くありましたが、気持ちが通じた時はその分喜びも大きく支援のやりがいを感じた3年間でした。



その間、職場の皆様方には様々な面で助けて頂き感謝しています。これからも身体に気を付けて頑張ってください。ありがとうございました。

さくら支援課 野村

利用者さんが昨日と随分違う今の状態に戸惑い、衝撃的な行動の背景に在るものは心の落ち着く環境・居場所はどこだろう等々自問自答を繰り返す日々でした。そんな中思いが共有できたときに見せる穏やかな表情や笑顔は救いであり、心の清涼飲料水でした。



8年携われたことは、職員の皆様のご指導とご援助によるものと深く感謝いたします。有難うございました。ご活躍を心から願っております。

駒ヶ根日中支援課 宮脇



西駒郷ではさくら支援課に2年、わーく宮田林産班で1年勤務に就きました。林産班では利用者10名で主に新ストープの薪の生産と販売を行なっていました。利用者は高齢の方が多く、70歳代が3名、60歳代が3名と6割を占めておりますが、皆さん元気で年齢を感じさせない働きぶりですが、下がりました。これからも健康で安全に頑張ってください。

わーく宮田 小野沢

社会人になって初めての職場であり、不安もありましたが利用者さんや職員の皆さんに支えていただき充実した時間を過ごすことができました。

特に行事の企画、運営では利用者さんの笑顔や身体を使って喜んでいる姿等を見ることができ私自身も楽しませてもらいました。

3年間ありがとうございました。

ひまわり支援課 百瀬



西駒郷で初めて仕事したころは、楽しいこともありましたが疲れることも多くありました。

しかし、人として成長したことも多くありました。利用者さんと話をする中で、面白い話を聞いたりして楽しく過ごすことが出来ました。3月末で退職しますが、これからもみなさんの笑顔を胸に頑張っていこうと思います。7年間本当にありがとうございました。

ひまわり支援課 増澤



3年6カ月という短い期間でしたが皆さんには大変お世話になりました。ありがとうございました。

ひまわり支援課 堀内

ひまわり支援課ではたくさんの方の思い出があります。その中でも特に印象に残っているのは諏訪・群馬方面に出かけた1泊2日の旅行です。利用者の皆さんと一緒に諏訪湖で遊覧船に乗ったり群馬サファリパークで色々な動物を見たり鉄道文化むらで汽車に乗ったりして、とても楽しい思い出となりました。

### それぞれの思いを胸に新たな旅立ち

楽しかった 成長できた ありがとう

転退職する職員から

西駒郷では信州まめ匠のパート支援員として9年間お世話になりました。

これからは、一人の消費者として新商品などを楽しみにしながらまめ匠の更なる発展をお祈りしています。

まめ匠 太田



平成22年10月1日非常勤職員として採用となり10年余り利用者さんの送迎を担当して参りました。また送迎をしながらわーく宮田にて4年間利用者の皆さんと共に仕事が出来ました事は今では楽しい思い出として目に浮かんで来ます。

その間、無事故にて仕事が出来たことは、多くの添乗職員の方々を始め送迎業務に携わって様々なサポートをいただいた職員皆様方の賜と紙面をお借りしまして感謝申し上げます。

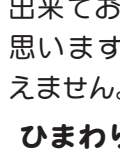
総務課 大沼



職員の方々の協力にとても感謝しております。

えい宮田 秦野

生業部農園芸科から生活介護えい宮田まで長く勤めさせていただき、ありがとうございました。契約栽培で野沢菜を収穫した頃、利用者さんと力を合わせて、雨の日もカッパを着て一週間作業をした事を思い出します。



10数年ぶりに西駒郷でお世話になり、ひまわり支援課で2年間過ごさせていただきました。ご自分の使える表現で気持ちをいっぱい表して下さる利用者さんと関わることができ、楽しく過ごさせていただきました。いただいた分を支援でお返しは出来ておらず、申し訳ないと思いますが、感謝に耐えられません。

ひまわり支援課 市村



# 北の空からII

櫻井 志帆

昨年度、5ヶ月間の長期派遣研修として北海道「社会福祉法人 はるにれの里」に行っていました。前回、北海道の様子をご紹介いたしました。今回、第二弾のコラムとなります。

今回は1月〜2月まで研修をさせていただいた生活介護事業所「ほめーる」のご紹介、研修を終えての感想と、冬の北海道のおすすめ観光地をご紹介します。

## 生活介護事業所「ほめーる」

10月から実習させていただいた「札幌市自立支援センターゆい」の次にお世話になった研修先は、通所利用者支援を行う「ほめーる」でした。

ゆいでの実習でも思いましたが、まず「ほめーる」の支援を見て感じたことは、利用者さん一人一人の個別的な支援がしっかり行われていることでした。構造化の支援に基づく視覚支援で、利用者さんによってどのくらいの予定の提示を行うのか、どのような形で提示するのかを、支援のアセスメントに基づいて支援員一人ひとりが理解されていました。

構造化の支援で、一つの場所に一つの意味を持たせる、という技法があります。

分かりやすい支援ですが、場所がないと難しいため、工夫を凝らしてその空間を確保し、場所が区分けされていきました。

また、ほめーるでは「サテライト」という場所を独自に作られています。「サテライト」は市内の空き家を借りて、そこで活動ができるようにして行いました。より静かな環境で活動を行うことができ、空き家の中にも、事業所と同じ支援ができるように空間の工夫がされていました。

また、実習を行う中で、ある利用者さんの余暇支援の実習をさせていただきました。その方の余暇の過ごし方について、アセスメントを取り、支援の段取り、準備をして実行することを通じて、支援の考え方、行い方を学ぶことが出来ました。

5ヶ月という長い期間受け入れてくださった「はるにれの里」の皆さんに感謝しています。丁寧に教えてくださった皆さんの思いを、今度は私が西駒郷につなぎたいと思います。



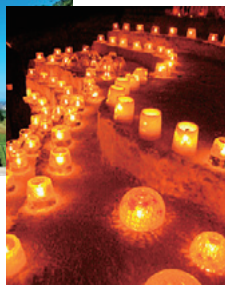
## 研修を終えて今思うこと...

5ヶ月間の研修を終え、現在再び西駒郷で支援を行っています。まだまだうまく支援に結びつかない部分もありますが、研修に行く前よりも、もっと利用者さんのことを知りたいたい、という気持ちが強くなりました。利用者さんが自律するような生活支援を目指していきたいと考えています。そして学んだ考え方を、周りの方に広めていきたいと考えています。

また、別の事業所での長期の研修は、改めて自分の職場を見つめなおす良い機会となりました。そして、改めて西駒郷という施設で働いている、という自覚が増し、よりよい職場を作っていきたいと思えます。



羊ヶ丘展望台



小樽

## 秋から冬にかけて！

### 北海道おすすめ観光地

北海道と言えば春先や初夏のシーズンのイメージが強いですが、秋から冬にかけてならではの観光地もおすすめです。

### ポーツビーアンピシヤス！

#### 羊ヶ丘展望台

秋の紅葉シーズン、天気の良い日はクランク博士を見に羊ヶ丘展望台へ。羊がいる丘の先には札幌市の全景が見えます。足湯もあり、ちょっとした散策ができます。

### 冬も幻想的♪小樽

小樽は札幌駅から約一時間で着く観光地です。小樽と言えば運河が有名ですが、冬は「雪灯籠」というイベントを行っており、夜は蝋燭の火が運河に照らされてとてもきれいです。もちろん冬は海鮮が美味しいので、市場の海鮮丼が、小樽のすし屋を巡ってみましょう。間違いなかつたです。

### 北海道を横断しよう！

#### 流氷ツアー

1泊2日の余裕があれば、2月〜3月にかけて見られる流氷を見に行きましょう！ロシアから流れてくる流氷をかき分けて船で進んでいくのは迫力あります！