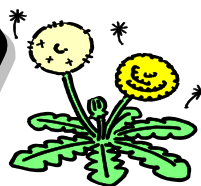


KAS

Cotton こっとな Up あっぷ

Vol. 101



年末の大イベント！！

忘年会でおいしい料理を堪能中！

目 次

- ・「W・D・S・N 24 (Watage Daily Support News)」
～わたげ アラカルト～ 《2～6 ページ》
- ・ものもらくまるちとらつく 《6 ページ》
- ・おーいごとうくん 《7 ページ》
- ・後援会のご案内 《8 ページ》
- ・ボランティアさん☆大募集中！！ 《8 ページ》
- ・編集後記（編集部） 《8 ページ》

発行人 神奈川県自閉症児・者親の会連合会

代表者 内田照雄 〒243-0035 厚木市愛甲 2 - 11 - 6 - 109

(毎月1回15日発行) 購読料1部 50円

【 買い物を楽しむ 】

海江田笑子

わたげで毎日ケーブルの皮剥きを仕事として頑張っている英高さん、時々外に出てリフレッシュしよう、ということで、外出の機会を作ることになりました。

ご家庭ではお母様と一緒に買い物に行く機会が多い英高さん、買い物するときには店内をのんびり歩いたり、袋を持つ手伝いをしたりしているそうです。お母様のお話では、買い物は好きとのこと、そこで、わたげでも仕事の合間の楽しみとして、買い物に出掛けることにしました。



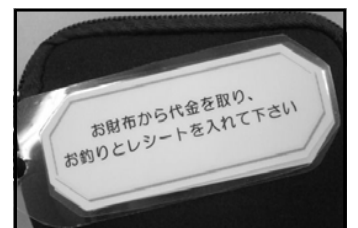
購入する物はお家族と相談をし、お菓子を買うことにしました。ご家族から本人の好みのお菓子をお聞きし、事前に施設の近隣のコンビニやスーパーをリサーチ、取り扱っている商品の中からご本人が好みそうな（私が食べたいなと思ったものも、ちょびっと入っています・・・）お菓子を見つけました。

わたげでは、自閉症の方に何か伝える時、写真や文字、実物など視覚的な情報を活用し、具体的に分かりやすい形でお伝えしています。英高さんの場合、見ることに不自由があるため、「視覚的」な情報ではご本人に何かを伝えることができません。そこで情報を「具体的」にすることで、英高さんにお伝えすることになりました。

何を買うに行くかイメージし易いように、買う予定の商品を予め職員が用意しました。中身が入っているとその場で食べるのかと思ってしまいかもしれません。そこで中身はお先に職員がいただき(^^)中にはお菓子と同じような感触になるように詰め物をしたサンプルを作りました。

買い物に出発する前に、事前に用意したお菓子のサンプルを触って、大きさ、形などを確かめます。お店に到着した後は職員と一緒に売り場まで行き、お菓子の位置は職員が手を引いて案内します。商品を手に取って大きさ、形を一緒に確認したら、レジにいきます。

お財布には右上の写真のようなカードがついています。店員の方に協力をしていただくことで、英高さんはお財布を出すだけでお会計を済ませることができます。



お菓子は毎回違う種類のものを購入しています。購入したお菓子は自宅に持ち帰り、ご家族と一緒に食べています。毎回、美味しく食べていると感想をいただいています。普段、お菓子を食べる時よりもよく食べているそうです。「自分で買ってきたもの」という気持ちがあるからかな、と思います。

買い物に行くたびにサンプルを作っているの、今後はサンプルの中から自分の食べたいものを選び、買い物に行くことが目標です。これからも買い物を励みに、毎日のお仕事頑張ってください！いろいろなお菓子、開拓していきましょうね！

寒い冬。ほっとする甘いおやつが恋しい季節。今回は、鈴木崇さんのほっかほか蒸しパン作りをお伝えします。作業とはまた違う、崇さんにとっての「楽しみ」につながる活動を探す中で、ケーキや甘いものがテレビに映ると、指をさす崇さんの姿から、おやつ作りが始まりました。

おやつ作りの場所は、生活体験室（キッチンや浴室、和室などがあります）。ポイントは、「いつもの作業とは違う場所」です。「いつもの作業とは違う活動」ということを、場所を変えることで伝えました。

おやつのメニューについては、

- ・おいしい！崇さんが好きな味
- ・崇さんが（必要な手がかり、補助があれば）自分で作ることができる
- ・材料のところから、完成するまでの変化を、目で見ることができる
- ・安全にできる
- ・その場ですぐに食べられる！

というポイントから、某インターネットサイトで探して、蒸しパンに決めました。

作り方は、とっても簡単。材料は、粉（ホットケーキミックス）とヨーグルトが同量です。

①粉の入ったボウルに、ヨーグルトを入れる

最初は、手添えでやり方をお伝えしました。スプーンでヨーグルトを丁寧にかき集めて入れています。回数を重ね、今ではパックのままのヨーグルトを提供しています。ご自分からフタを開けてボウルに入れられるようになりました。

②ボウルの中身を混ぜ合わせる

ここがポイント。全体が混ざらないと、粉っぽい蒸しパンになってしまいます。では、「全体を混ぜる」ことをどうお伝えしたのか。詳しくは後ほど・・・

③混ぜた材料を器に入れる

ボウルの持ち方を最初にお伝えしました。あとは、①と同じように、スプーンでボウルの中身を丁寧にかき集めて入れています。

④電子レンジに入れて、目盛りを合わせてチン！

目盛りを合わせるところに、赤いラインを付けて伝えました。あっという間に3倍ほどにふくらんで、ほっかほかふくらした蒸しパンが完成します。初回は、電子レンジの中を、出来上がるまでじっとりと見ていました。2回目からは、ちらりと見る程度。1回目で、どうなるのか分かったからかもしれません。

⑤できあがり

完成した、ほっかほかの大きな蒸しパンを、ハフハフしながらゆっくり食べています。毎回、きれいに完食です。





左：3セットを伝えるカード
右：30秒を伝えるタイマー

②の、材料をかき混ぜるところで、「どのくらい」混ぜるのか。「粉っぽさがなくなるまで」では、あまりにも曖昧です。そこで、タイマーを使って「どのくらい」を伝えることにしました。崇さんにとってタイマーは、他の活動で使ったことがあり、「鳴ったら終わり」と知っているもの。初めは1分にセットをしました。すると、30秒を過ぎたあたりから、職員にボウルを差し出すことが続きました。そこで、1回の時間を崇さんが見通しを持てる秒数から始め、回数を増やすことにしました。1回30秒で、職員と交代しながら3セットかき混ぜます。「30秒」はタ

イマーで、「3セット」は3枚のカードを1枚ずつ減らしていくことで伝えました。最初は、鳴る前にボウルを返すこともありましたが、「鳴ったら終わりです」と声を掛けて取り組んでいくと、途中で手を止めて一休みしながら、30秒のタイマーが鳴るまで、ボウルを返さずに自分のペースで混ぜることができるようになりました。

初回から、1つ1つの工程を、落ち着いた様子で取り組んでいます。ご家庭で、お母さんがケーキを焼く姿を見てきていることで、「材料がおやつに変わる」ことをよく知っていたからかもしれません。

今回ご紹介した蒸しパン作りの他に、お餅をレンジでチンする、ぜんざいも作っています。もう少しレパートリーを広げて、その中から崇さんが作りたいものを選ぶように、計画しています。おいしいレシピ、募集中です！



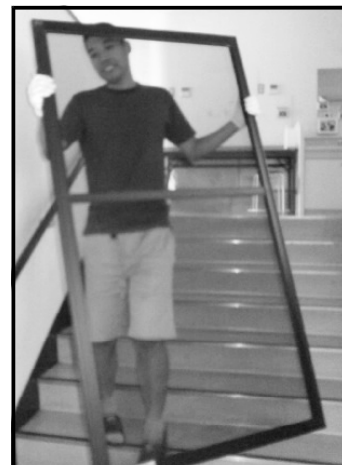
わたげの網戸をきれいにします！

今氏照樹

わたげ開所から16年目を迎え、わたげの網戸は経年劣化により穴が空き、すべての網戸を張り替える必要が生じました。最初の数枚は、職員が慣れない手つきで行っていましたが、利用者さんと職員とで一緒に出来ないかなと考えました。わたげでは、作業だけではなく、館内の清掃や昼食の食器並べなど、それぞれの利用者さんが自分の得意とすることを活かし役割を担うことを大切に、活動しています。

1枚の網戸を張り替えるには、6つの工程を経て1時間程かかります。そして、波打たないようにきれいに網を張るには、2人がかりで息を合わせて行う必要があります。その上、後ほど詳しく紹介しますが、1度失敗した網は使用できなくなります。工程が多く、正確さが求められ、他者との協力が必要な作業なのです。

そこで、以前ご紹介した「魚市場」での作業時、魚を袋に詰める係と袋の口を閉じる係に分かれ、相手のペースに合わせて自分の作業のペースを調整するという経験をしている坂口さんが思い浮かびました。また、わたげで行っているケーブルカット作業で、一本一本まっすぐに伸ばして切る様子から、根気と丁寧さも持ち合わせて



おり、坂口さんが得意とする活動ではないかと考え、お願いしました。

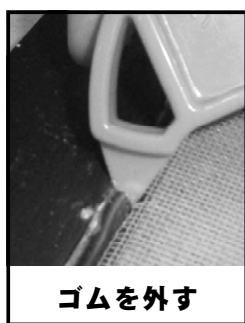
作業は以下の6工程です。初回の作業前に、作業工程を右の資料にてお伝えしました。

①窓から網戸を外す

職員が網戸を外す事を口頭でお伝えしたところ、初回から、網戸を上にもずらし外す事が出来ました。

②網を押さえるゴムを外す

職員が行う様子を見ていただき作業内容を伝えました。ゴムの境目は、目をこらして見ないとなかなか見つけれません。



ゴムを外す

坂口さんは、顔を近づけて、見つけることが出来ていました。ゴムを外すには、網戸専用のローラーの尖った部分を、境目に挿し込み、えぐるようにして外します。初めの頃は、職員が少しえぐって広げ、外し口を提供していましたが、現在は、坂口さんが最初から最後まで、道具を使ってゴムを外しています。



③網戸の枠やサッシの汚れを取る

雑巾と針金を用意することで、網戸の枠は雑巾で、サッシの隙間の土や蜘蛛の巣は針金と、用途に合わせて道具を使い分け、きれいに掃除することが出来ていました。

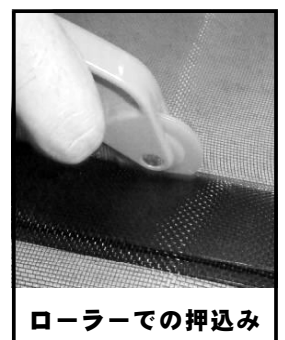
④網を張る

網戸の枠に網をかぶせ、ゴムを押し込んで固定します。押し込むためには、網戸張替え専用のローラーを使います。そして、この工程は、網の位置がずれないように固定している係と、ローラーでゴムを押し込む係の2人で行います。

網は、ローラーで押し込む力ですぐに伸びてしまいます。波打ってしまったからといって、再度外して張り直すと、伸びた部分が目立ってしまうので、見栄えが悪くなります。そのため、網戸の押し込みは一発勝負です。ここで、二人で協力し息を合わせる力が必要となるのです。

坂口さんには、ローラーで押し込む係をお願いしました。押し込みは、力をグイッと入れなければなりません。最初は、ローラーを転がした部分でも、ゴムが完全に押し込まれていない箇所があり、職員がその箇所を指差し、もう一度押し込んでもらっていました。回を重ねるごとに、押し込まれていない部分をご本人自ら見つけて、再度押し込むことが出来るようになっていきます。

さらに、押し込んでいくにつれて、徐々に網がずれてきます。修正するためには、網を固定する係が網を引っ張る方向を変える必要があります。その時に、職員が「待ってください」とお伝えすることで、すぐに手を止めて、相手のペースに合わせてくれるので、今まで作業を失敗した事はありません。どの作業も丁寧に行う坂口さん。中でも、この作業を一番丁寧に行っています。



ローラーでの押込み



⑤ 枠からはみ出た網をカッターで切る

鉋で切込みを入れた後、網戸張替え専用のカッターで切ります。その後、仕上げに鉋で整えます。当初は職員が切込みを入れ、それに合せてカッター、仕上げと行っていたのですが、現在は、3工程すべてをひとりで行うようになっていました。

⑥ 網戸の設置

設置しづらい窓枠は職員と行っていますが、おおむね一人で設置をしてくれています。

9月から週に1回のペースで網戸の張替えを行っています。もう少しで、すべての網戸の張替えが完成します。

最近の坂口さんは、各工程を始める時、ご自分で道具箱から必要な道具を取るなど、作業に対して意欲的で、作業内容を十分理解している様子がうかがえます。また、作業に慣れたためか歌を歌いながら作業を行っています。これからも、2人3脚で協力して作業を行い、わたげの網戸をきれいにしていきます。



たんぽぽ・ヨコスカ ものどらつくまるちどらつく No.51

簗一誠先生 ケース会議について

10月19日（金）、簗先生（PDDサポートセンターグリーンフォーレスト）が来所されました。『変化と不変』というテーマで講義をして頂き、その後ケース会議を行いました。自閉症の人たちには、新し物好きの人、変化を受け入れにくい人がいて、それぞれ異なる対応が求められる。新し物好きの人には、慣れても続けていけるように継続して興味を持たせていく支援、変化を受け入れにくい人には、早めに変更を加えていき、変化に慣れていける支援。いずれにしても、事前に、分かりやすく伝えることで、納得し、受け入れてくれる人たちであるというお話でした。支援次第で、変化を楽しめる方たちであることを改めて意識しました。

広瀬宏之先生 ケース会議について

11月30日（金）、広瀬先生（横須賀市療育相談センター所長）が来所され、ケース会議を行いました。職員からの質問に対し、先生のご経験を基にアドバイスを頂きました。「フラッシュバック」とは、記憶が自分の意志ではなく出てくる、受動的なものである。落ち着いている状態の時に、フラッシュバックを起こすきっかけとなる記憶を、自分の意志で主体的に話していくことで、受動的に思い出すことが減り、記憶の風化、つまりフラッシュバックが減っていくというお話でした。記憶の内容や人、時により、対応は微妙に異なるとは思いますが、つらい記憶を再生し続けている方への支援に活かしていきたいと思います。

赤い羽根共同募金について

平成24年度共同募金配分金を頂き、AED（自動体外式除細動器）一式、わたげ2セット、こっとなはうす1セットを購入し、設置をしました。ありがとうございました。



『お～い、ごとく～ん！！』

2012 年も 12 月になりました。あっという間だったと感じている方、長かったと感じている方、それぞれいろんな想いで、師走を迎えていらっしゃることでしょう。子どもの頃、先生も走るほど忙しい月だから、「師走」と書くのだと教えてもらったように記憶しているのですが、語源を調べると諸説あるようです。師匠の僧侶がお経をあげるために、東西を馳せる月と解釈する「師馳す（しはす）」その他にも、年が果てるという意味の「年果つ（としはつ）」が変化したとする説、一年の最後になし終えるという意味の「為果つ（しはつ）」からとする説があります。その言葉の成り立ちや語源を調べてみると、いろんな説があり、興味深いものです。

今年も残すところ、あと 2 週間ほどですが、“暮れも押し迫る”と“暮れも押し詰まる”という言い方、皆さんはどちらの表現を使うのでしょうか。どちらもよく耳にします。“押し迫る”は間近に来るという意味で、“押し詰まる”は事態が切迫するという意味と、ある決まった時期が迫るという意味があります。“迫る”とは近づいてくる、狭まるという意味があり、“詰まる”にはものがいっぱい、それ以上余地がないという意味があります。こうしてみると、“詰まる”の方が目一杯な感じで、より大晦日に近い言葉というイメージを感じます。

神奈川県では、現在この“迫る”なのか“詰まる”の方なのかどう表現すべきか分かりませんが、県の財政がとても厳しい状況なのです。県は、外部有識者からなる調査会を設置し、その答申を受けて「神奈川県緊急財政対策」を実施しようとしています。聖域なくすべてをゼロベースで見直すとのことです。その中には、重度障害者医療費助成や障害者グループホーム等運営費補助も含まれており、地域で暮らす障害を伴う方たちの暮らしや命に関わるものが含まれているのです。その補助金等も障害者団体と県との話し合いの中で我慢すべきところは我慢し、実施されてきた経緯もあり、県政への信頼を維持するためにも現行制度の維持拡充を願って止みません。

師走なのに、これから衆議院選挙があるなど、例年以上に慌しい年の瀬になりそうです。2013 年は、穏やかな気持ちで過ごせる年であることを願いつつ、今年もお世話になった大勢の皆様に感謝すると共に、来年も変わらずご指導くださいますようお願い申し上げます。

わたげ 施設長 後藤博行

