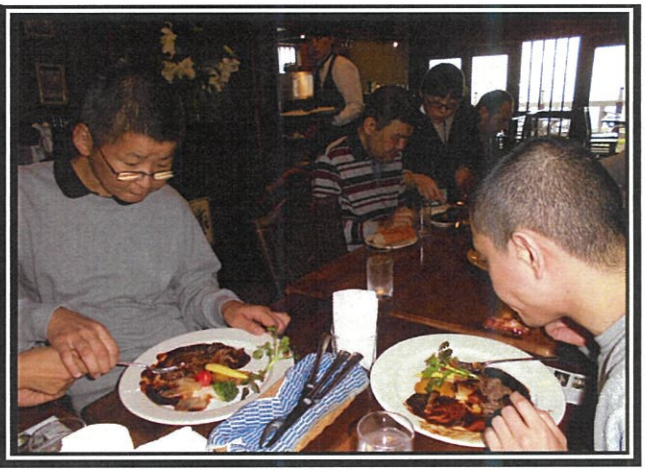
Cotton Up

こっとんあっぷ　Vol. 129

忘年会へ行って来ました！！



目次

・「T・D・S・N（Tanpopo Daily Support News）５２ 」
～支援として利用者と共に過ごす時間が長い故に陥りがちなこと～ <2～4 ページ>
・ものとらっくまるちとらっく～わたげでの実習を経て学んだこと～<5～6 ページ>
・「お～い、ごとーくーん！！」 <7 ページ>
・後援会のご案内・ボランティアの募集・編集後記（編集部） <8 ページ>

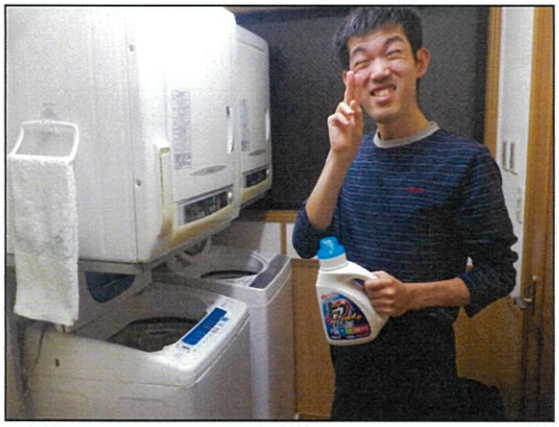
「T・D・S・N（Tanpopo Daily Support News）５２ 」

～支援者として利用者と共に過ごす時間が長い故に陥りがちなこと～

突然ですが皆さんは家族・友人・恋人等、自分の周りの親しい人、付き合いの長い人の事を理解しているという自信はありますか？頭に思い浮かべて、あの人の事なら大体わかってる、という方、もしかしたらそれは決めつけであり、わかった気になっているだけかも知れません。私はこの世で人の心ほど複雑でわかりづらいものは無いと家庭、職場、大切な人と過ごす日々の中で実感します。

今回、ある利用者(以下Ａさん)の支援を行う中で、支援者として利用者の方達と長く過ごす中、自分自身が気付かぬ内に陥っていた固定観念や決めつけ、それに対する気付きとなったエピソードについて支援者としては、お恥ずかしい話ながら支援の場で同じような状況というのは、意外とあるのではないかと考え、報告させていただきたいと思いました。

Ａさんはこっとんはうすを利用して２年目の方ですが、以前にも利用していた事があり、トータルでは10年以上こっとんはうすを利用している、こっとんはうすに関しては全てを知り尽くしていると言っても過言では無い、私より遥かにベテランの方です。私自身もＡさんとはわたげやこっとんはうすも含め４年以上関わらせていただき、Ａさんとはグループホームでの生活を通して一緒に過ごす中で、Ａさんの行動や特性に関してはある程度の理解があるものと思っていました。それが自分の慢心である事、そして利用者自身の持つ本来の力を信じる事の大切さに改めて気付いたのが今回のエピソードです。

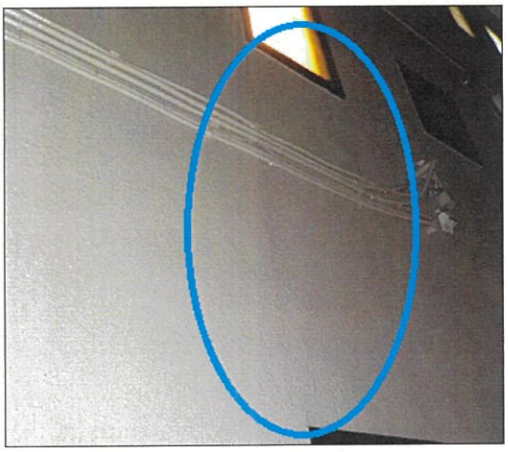


こっとんはうすを知り尽くすベテランのＡさん。生活スキルも高く、洗濯機を回す事から洗濯干し等もお手の物です。フローリング清掃の手伝いをしてくれている、その姿はまさにこっとんはうすの頼れる住人です。

経緯としては、A さんは入浴の際、最後に清掃として浴室の壁や床等をシャワーで洗い流しています。その際に、浴室の窓にも直接シャワーをかけるのですが、浴室の窓の密閉力が低い為に、隙間から水が漏れだし、こっとんはうす外壁を伝って地面にしみを作る程の量が漏れ出ているという状態でした。当然 A さんに悪気は無く、あくまで自らの入浴後の清掃という観点から壁に付着した泡などを自主的に洗い流してくれているだけで、根本は建物の構造上の問題です。しかし、この状態は以前も確認されており、水が壁に漏れ出る事で浴室下にある倉庫内のカビの原因になっている可能性もあり、対応を行う事になりました。

その際、A さんは自分のやりたい事や思いをやり通す事のできる強い意志の持ち主であります。また、以前は窓にパーテーション（仕切り）を貼る事で物理的に水が外に漏れ出てないように対応していた為、今回も私自身、当初は同様の内容で対応を行う予定でした。しかし、私が施設長に今回の経緯と対応方法を説明した際、仕切りでの物理的なシャットアウトをする前に、まずは正攻法で、本人にシャワーを窓にかけると水が漏れてしまい建物が傷んでしまう事や、水をかけないで欲しい事を伝える支援を、行ってみてほしいというお話をして頂きました。浴室窓から外や地面が漏れている水の写真を撮り提示物を作製して、本人が確認出来る方法で伝えました。建物が傷む事、窓にシャワーをかけない事は素晴らしい（本人が職員に評価を求める際によく使うモチベーションに繋がると思われる言葉です）等の表現を使い、本人に伝えたところ、翌日からは窓にシャワーをかける事は無く、職員に対しても「窓に水かけてない、素晴らしい」等の本人からの言葉もあり、こちらからも評価の声かけを行い、以降も窓にシャワーをかける事なく入浴を行う事ができています。

浴室内から窓にシャワーをかけると…



浴室窓から外壁に水が垂れている

地面が濡れている

『本人の力を信じて』伝え方を

工夫して支援をした結果は…、

今回の支援を振り返った時に、まず私自身がＡさん本人と長く一緒に生活する中で、ある種の固定観念に囚われていた事に気付きました。浴室という場所は、職員が常に監視するわけにもいかず、本人の自制心に任せる他ない密閉された空間で、窓にシャワーをかけないで欲しい等のＡさん自身の欲求とは逆の事を伝えても、入浴中というＡさん一人で自由に出来る空間の中で、自らの欲求や行動を律する事は難しいのではないかという一種の先入観を持っていたと思います。最初から仕切りという物理的にシャットアウトする手段に頼ろうとしてしまった事が、問題だったと思います。安易な手段に頼る事無く、本人の力を信じて、まずは最初にしっかりと正面から正攻法で伝える支援をするべきだったと反省をしました。また、今回の経験を通じて、こっとんはうすに限らず、どこの施設、支援の場、更に家庭の中でも、支援者や家族は、本人と一緒に生活している時間が長いからこそ、この人はこうだから、こうだろうといった、ある種の固定観念や決めつけが、意外と多く存在しているのではないかと感じました。特に私のように、勤務してから数年が経ち、ある程度仕事にも慣れた時が、今回私が最初に行おうとしたような固定観念に基づく支援に一番陥りがちなのではないかと感じました。

「窓に水かけてない、素晴らしい！！」

昨年の８月に全面的にリフォームしたこっとんはうすの浴室。ホテルにも負けない綺麗な浴室です！利用者の皆さんも綺麗に使ってくれています。

支援を行っている経験豊富なベテランの職員や関わりの年月の深いご家族の方達には、今回の報告はただの未熟な職員の反省話に過ぎないかも知れません。しかし、私自身の話を反面教師として、支援に関わる職員、ご家族の皆さんが、そういう決めつけや固定観念に囚われていないか。まず最初に利用者の皆さんそれぞれ本人が、本来持っている力を信じて、支援にあたる事の大切さ重要さについて、今一度振り返り考える機会になればと思います。また、私自身の戒めとしての意味も含め僭越ながら今回の報告をさせて頂きました。

田邉　拓海

ものとらっくまるちとらっく

このコーナーでは「横須賀たんぽぽの郷」ニュースをトピックスでお伝えしています。

～わたげでの実習を経て学んだこと～

神奈川県立保健福祉大学３年
実習生　矢島　響

わたげで実習をさせていただいて、日々沢山のことを学ぶことができました。私はこの実習で初めて自閉症の方と密に関わったので、初めの１週間は何をしていいのか全く分からない状態でした。しかし職員の方のご指導を受け、自分なりの方法で利用者さんと日々関わっていく中でいろいろな発見があり、楽しく実習が出来たと感じます。

今回は私が学んだ中でも特に学びが深かったなと感じた面を述べていきたいと思います。

一つ目は、利用者をいろいろな視点から捉えるということです。このことの意味が理解出来たきっかけは、グループホームでの利用者さんの生活の様子を見学させていただいた時でした。グループホームを利用している利用者さんの中に、日中の施設でよく注意が必要な行動があったという報告を上げられている利用者さんがいて、私はその報告を聞いて「この人は注意が必要だ」と判断していました。しかしグループホームでその利用者さんを見たとき、施設であげられていた行動は一つもなく、とても穏やかに過ごされていて、施設とグループホームでこんなにも違うのかと衝撃を受けました。支援者として利用者さんと密にかかわる場は施設の中が多いため、どうしても無意識のうちに施設の中でみる利用者さんの姿だけでその人を判断してしまうと思います。施設外での利用者さんの様子も把握することで、施設と施設外での違いは何なのかというような新しい視点から疑問を持つことができ、その人にとっての支援がより良いものへとつなげることができると考えます。そういう面でグループホームの見学は、いろいろな視点から利用者を捉えることの重要性を再確認できた経験でした。

二つ目は、コミュニケーションについてです。私は自閉症にはコミュニケーションがうまく取れないという特徴がありますが、関わり方次第でコミュニケーションが上手く取れるようになるのではないかと思っていました。しかし、実習が始まって実際に利用者さんと関わってみると、こちらからの一方的なコミュニケーションになってしまうことが多く、とても難しさを感じました。職員の方々から利用者さん一人ひとりの特徴を教えていただて、その人がどのような方法でコミュニケーションを取っているのかを学んでからは、コミュニケーションについての理解が変わりました。利用者さんには本当にいろいろな方がいて、その人によってコミュニケーションの方法が全く違うため、「自閉症の人に対してはこういうコミュニケーションを取れば良い」というような型にはまったものは一つもないと学びました。言語的なコミュニケーションができる利用者さんもいれば、カードや写真などを用いた非言語的なコミュニケーションを用いる利用者さんもいて、通所している３０人の利用者さん一人ひとり用いるコミュニケーション方法が異なっていました。コミュニケーションをどのようにとっていくのかを見つけるためには、日々の支援の中で利用者さんをよく観察して、その人がどういう人なのかを常に考えることが必要なのだと思います。

三つ目は、利用者の自己決定についてです。大学の講義では「利用者の自己決定を尊重する必要がある」と言われますが、自閉症の方々に対して自己決定を求めることは非常に難しいことです。実際にわたげでも、利用者さん本人の自己決定を促すことはなかなかできないと指導者さんも話していました。ではどのように支援の決定を行っているのかというと、個々の利用者のアセスメントを行い、利用者さんの日常の行動や様子を根拠として、本人が希望していると思われる活動等を想像し、獲得することで生活が豊かになるだろうことを検討します。さらにそれを複数の職員で話し合った上で、利用者さんのご家族との面談で説明し、家族の方の了承を得ることで支援の決定としていると教えていただきました。説明の際に気を付けている部分としては、どのような目標で支援を行っていくのか、どれくらいの期間で支援を行うのか、具体的な支援の内容をきちんと伝えることであると教えていただきました。家族の方の中には新しいことに取り組む支援に対して不安を感じる方も多いようで、こういったことをきちんと説明することで家族の方も安心できると考えます。利用者さんの支援を決めていく中で、利用者さん本人の意見を尊重することはとても重要なことであるが、それが難しい時は利用者さんの一番身近にいるご家族の意見を聞きながら支援を決めていくことが必要になると考えます。その上で、実際に本人に分かりやすい形で、説明したり、活動を提供してみて、利用者さんがやる気が出ない様子であれば、速やかに支援の方向性を再検討して、利用者さん自身が行動で示した自己決定を汲みながら、常に、支援は利用者さん主体であることを念頭に置き、目指しながら日々支援をしているとお話しされていました。

最後に、わたげで実習をおこなって私自身の成長に繋がったと感じる。大学で障害福祉については学んでいますが、机上での学びと実際の現場で得られる学びは全く異なっていて、実際に利用者さんと関わることで大学での学びをさらに深いものにできたと感じます。わたげで実習ができて本当に良かったです。

今までの評価を基に、Tさんにとって必要な場面で、Tさんに合ったコミュニケーション方法での支援を実習期間中に取り組みました。

「お～い、ごとーくーん！！」

今年は、これまでにあまり経験が無いような、暖冬らしい。少し前になるが、ある職員から、「施設長は、今年は全然上着のチャックを閉めてませんね。」と声を掛けられた。実に、観察眼の鋭い職員だなぁと感心した。もともと暑がりな私は、確かに、この冬は、秋物のジャンパーを１２月になっても着ていたり、「季節感のない人」だと、周囲から思われるのではないかと忖度して、無理矢理、冬物の上着を着てみたが、寒くはないので、チャックを閉めずに着ていることがほとんどであった。私たちの仕事では、「観察をする」ということは、とても大切である。例えば、利用者が、「なぜ、そのような行動をとるのか」ということを考える時に、前後の様子をつぶさに観察して、利用者の思いに想像を巡らし、仮説を立てて、支援のあり方を模索する。声を掛けてきた職員は、禅の世界でいえば、かなり修行が進んだ雲水ということができるのだろう。福祉の仕事の中では、「観察は大切だ」と講演や研修、事業所内でも言われることが多いだろう。初めは、見様見真似で、とりあえず観察しているような姿勢を見せるところから、段々、核心が分かってきて、誰に言われずとも、自然に実行、実践ができるというところに至るかが重要である。

さて、そんな職員に比べ、今もって全く未熟な私であるが、テレビをぼーっと見ていた時に、ＮＨＫこころの時代「禅の智慧に学ぶ」という番組が流れ、何となく見ていた。その中で、山川宗玄（正眼寺住職）氏の話に、惹かれる部分があったので、同名の冊子を購入して読んでみた。文中で、頭で考えた価値や損得を基準に行動するのは、現代人によく見られる生き方であると前置きした上で、更に次のような話があり、引用させていただく。「そのこと自体、楽しいから、夢中になれるからするということは、皆無では無いでしょうが、あまりないようです。それは一見合理的ですが、不自由でもあります。学歴とか他人の評価とか、収入とか、あらゆることへの執着が強すぎて、心が自在になれないのです」と。京都のある高僧が、突然、岐阜県の山中へ行き、雨露をしのげるだけの粗末な庵に引っ込み、村人には身分も告げず、貧しい暮らしを送り始めた。そこで、誰に頼まれることなく、野良仕事を手伝い、村人たちの日常に関わったというエピソードを挙げ、「何のお礼もお返しもない代わりに、何者にも縛られず、自由自在の境遇を楽しんでいたのだと思います。本来、人間とは、心とは、そのような存在であるのに、現代の私たちは、自分で自分を縛りつけているのではないでしょうか」「痛いものは痛い、冷たいものは冷たい。そんなまっすぐな世界を･･･」。近頃、自分自身のことを考えても、自分に近い距離を見つめても、世界を見ても、とても息苦しい気持ちになる。自分で、自分を、いろんな物事に縛りつけたり、自分の価値観に執着したりして、心に余裕がないように感じている。それに比べて、自閉症の人たちの行動は、なんとストレートで潔いのだろと、心から彼らに魅せられる時がある。自分が惹かれる物には、惹かれた時に、納得するまで、とことん向き合う姿勢が、見ていて羨ましいことさえある。支援をしているどころか、彼らと関わる中で、狭くなっている自分の視野や心の有り様に、日々気づかされ、励まされているのである。

今年度も終盤に差し掛かり、利用者の皆さんに寄り添う支援ができているのか、いつもながら、心許ない気持ちであるが、熱き思いを内に秘めた職員と共に、日々の関わりを丁寧に、淡々と進めながら、これからも前進していきたいと思います。

施設長　　後藤博行

たんぽぽの郷後援会のご案内

たんぽぽの郷後援会は、横須賀・三浦地区に在住の「自閉症」という障害を伴った人たちが、地域の一員として自分らしく生活していくために、必要な支援に取り組んでいる【社会福祉法人横須賀たんぽぽの郷】の活動を支援する事を目的に組織されました。

▼　年会費	個人会員 1口	3，000円
	団体会員 1口	10，000円

たんぽぽの郷後援会にご理解、ご協力くださる方は、下記の郵便為替口座をご利用ください。

郵便為替口座番号　00240－9－17474

郵便為替口座加入者名　たんぽぽの郷後援会

ボランティアさん　募集中

わたげ・ふぁず・こっとんはうすで、自閉症を伴う方々と一緒に何か活動してみませんか？

作業の検品、余暇活動の支援、清掃等

お手伝いをしていただける方がいましたら、ご連絡ください！！

〈連絡先〉

わたげ　電話:046－844－0038　(担当:いまうじ)

E－mail:　aaq40690@hkg.odn.ne.jp

ふぁず　電話:046－884-8040　(担当:さかい)

E－mail:　faz2018@wing.ocn.ne.jp

こっとんはうす　電話:046－852－8355　(担当:ひがしかわ)

E－mail:　tanpoponosato-ch-rg250e@jcom.home.ne.jp

編集後記

新年を迎え早１ヶ月。皆さん！年初めに「今年こそは○○するぞ！」等と立てた“誓い”は続いていますか（笑）。“誓い”を継続することって難しいですよね。バスケットボールに夢中な我が息子の“誓い”は既に１度途切れてしまいました…。その難しさを乗り越える。そうすることで、願いや想いを叶えることが出来るのかもしれません。そんな“誓い”の先にある代表的な場の一つとして、２０２０年東京を中心に日本で開催される“オリンピック”“パラリンピック”への出場があるのではないでしょうか。そして、今回の“オリンピック”“パラリンピック”では、各競技を示す上で、ピクトグラムが使用されています。

「このような合理的配慮」が、２０２０年を機に日本の街や地域社会で、今まで以上に増えていき、自閉症者の皆様方が、より地域社会にて自分らしく生活し易くなっていくことを切に願っています。

愛読者の皆様　今年も素敵な年になりますように。

編集部　酒井

編　集　社会福祉法人　横須賀たんぽぽの郷　〒239-0824　横須賀市西浦賀３－１３－２１
TEL:046-844-0038／FAX：046-844-0036　E－mail：aaq40690@hkg.odn.ne.jp