

一歩

社会福祉法人 アルカディア

令和 4 年 1月 発行 第40号



2022年、新年を迎えて

～みんな、今年も＜自分らしく＞生きよう～



2022年の年明け、おめでとうございます。ただ「おめでとう」と言っているもののやら複雑な気持ちです。コロナ禍は3回目の冬を迎えています。まさかこんなに長引くとは思いませんでした。多くの国民は、＜日常＞を取り戻しつつあります。しかし、オミクロン株とやらが再び拡大の兆しをみせています。年末年始も＜自粛＞で過ごさざるをえませんでした。

なにか、パッと明るい出来事はないのでしょうか？自分たちの身近なところで＜小さくても心から喜び、幸せ＞を感じる出来事を作ったり、見つけ出したりしなくてはいけないご時世なのかもしれません。コロナ禍の影響か、TVでは＜昭和歌謡曲特集＞、＜寅さんシリーズ＞などが放映されて、結構楽しませてもらってます。＜フーテンの寅さん＞、もう何度も観てますが、何度観ても、ストーリーも覚えていても、同じ場面で笑いがこみあげてきます。

シリーズとして始まったのは確か1969年。学生たちは暴れまくり、新宿周辺は、地方からの出稼ぎ労働者や花の東京を目指した若者たちが階段、東口を占拠して、昼間から酒、シンナーをやっていた。＜よき時代＞だったなあ…そこには金はなくとも＜自由＞があった。

現在、他方に目を向けるとアフリカでは今なお、飢餓に苦しむ人たちが数えきれないほどいます。シリアをはじめとする難民はヨーロッパ諸国を目前にして足止めされ、寒い中、毛布一枚で耐え忍ぶ生活を余儀なくされています。世界には、私たちの想像をはるかに超えた生活環境下で生きている人たちが、沢山います。それを思うと日本ではクリスマスを楽しみ、正月をコタツでTVを観ながら過ごす＜ゆとりと安心感＞があり、些細なことながら＜シアワセ＞なことなのです。

今年はどんな年になるのか？したいのか？全くわかりません。昨日より今日、今日より明日という日が少しだけでも＜いい日＞と感じられることを…願う気持ちです。全ての国民がそう願えば、なんとか＜明るい未来＞はやってくるものです。辛いこと、暗いことは、そう長くは続かないもの。

頑張らなくてもいい、無理しなくともいい。平凡な日々を過ごしているうち、（それは素晴らしくバラ色に満ちたものではないかもしれないけれど）きっと明るくて楽しい笑顔で過ごせる日がやってくる。みんな＜自分らしく＞生きていきましょう。

そんなことを思いながら、新年を迎えています。

～不自由さ・貧困は、人間の創造性をはく奪する、だからこそ、よりよき世の中を求めて～

中田 駿



第6こむぎハウスの場合

	利用者	世話人
8時	起床	出勤・朝食・バイタルチェック
9時	就労 デイケア 地活Ⅲ型 自室 買い物 訪問看護 等	業務日誌記入・清掃・消毒
10時		食材等買い出し
11時		相談対応・支援会議同席
12時		休憩
13時		相談対応・支援会議等同席etc...
14時		
15時		
16時	帰宅	調理・翌日準備
17時	夕食・片付け	配食・夕食・服薬確認
18時		退勤

洗濯 6：00～23：00 入浴 24H 当番(共有スペース掃除やゴミ出し)

第6こむぎハウスは男性3名、女性3名の利用者さんが居ます。新築移転して男女一緒の棟となりました。障がいも様々、こだわりや趣味も様々です。グループホームの利用の仕方はそれぞれで单身生活へのステップアップ、ずっと居たい、いずれは介護施設希望希望、親や家族に迷惑をかけたくない人、单身生活は不安だから入居している人。20～70代と年齢層が広く、グループホームの利用目的も違います。

皆さん、育ってきた環境、発病時期、病状、生活スキルも違うので、单身生活希望の方には自立に繋がるよう声掛けを、不安な方には安心できるよう声掛けを心がけています。部屋は6畳で、皆さん思い通りの使い方をされています。ゆっくりリラックスできる空間にしたい人、ゲームを部屋で楽しめる人と、性格もライフスタイルも違うので6人6色です。共同生活で多少の価値観の違いはありますが、障がいをお互いに理解しながら、生活を楽しんで頂けたらと思います。帰宅すると、今日はこんな事があったよー、今日の夕飯は何ですか？などとてもアットホームです。経済背景も様々で、就労（障がい者雇用）、年金、生活保護など。各人がその範囲内で、土日祝の食事代、お昼代、趣味嗜好などのやりくりが出来るよう頑張っており、応援の声掛けを日々行っています。自己管理される方や、第三者の協力のもとで管理を頑張る方など、多様ですが、お金の使い方は、その人の重視している所がよくわかるので、その人を知るために重要な部分だと思っています。

食事に関してですが、基本的には平日の朝食と夕食を提供しており、2食分で1日750円を頂いています。平日の昼食や土日祝の食事は各人で用意して頂いています。利用者さんの中には、調理が苦手な方、自分の分だけなら作らず買った方が早いという方、寝たいので食べないという方、痩せたい方、便秘の方、血圧の高い方が居るので、野菜中心で季節感のあるものを意識して、色々なメニューを考えています。

「今日の味付け何？」や「作ってみたい」「美味しかったです」と言ってくれる時もあり、そんな時はとても嬉しいです。以前は月に1度の外食もありましたが、コロナで今は行けず…。テイクアウトで色々食べたいもののリクエストなどを聞いて、喜んでもらえるよう心がけています。ハンバーガーやチキン、お寿司が人気です。生活支援員、サービス管理責任者と連携したり、他のホームの世話人からアドバイスをもらったりしながら、利用者さん一人ひとりが生活を楽しんでもらえるよう心がけています。



第6こむぎ 施設紹介

令和3年4月に新築移転となったホームです！

○外観

写真では伝わりにくいですが、L字型の建物となっております。病院や、コンビニ、スーパーが近くにあるため、便利に過ごせる立地です。



○玄関

大人がすれ違える広い玄関です。窓もあるため、開放感のある玄関です。採光の良い玄関からお出かけもいいですね。



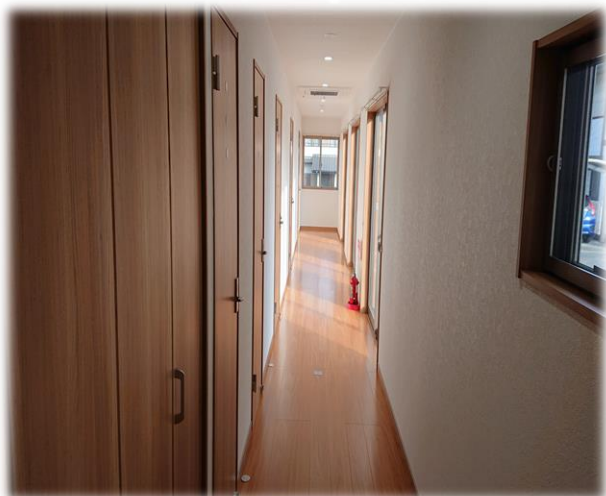
○共有スペース

広々としたスペースです。世話人とおしゃべりしながら夕食を待ったり、のんびり新聞を読んだり過ごすのも良いかも♪



○廊下

撮影が下手ですみません。大きな窓が2か所設置されており、光を沢山取り入れられる構造となっております。頑張れば、ちょっとしたボーリング大会くらい出来るかも！



○お手洗い
広々としたトイレです。
ウォッシュレットも初期装備です！



○居室

大きな窓があり、日当たり良好なお部屋です。写真では見切れてしまっていますが、ウォークインクローゼットもあり、収納スペースは充分！



○浴室

共有スペースとの会話機能やスロープも付いており、安心してご使用できるかと思います。追い炊きも出来ます!!



○テラス

第6こむぎハウス一番の特徴と編集委員が勝手に思っているテラスです。

入居者さん同士でコーヒーを飲んだり、職員と一緒に世間話をしたり。内緒ですが、パソコン仕事で疲れた時は、時々ここで入居者さんと一緒に気分転換も♪



編集後記

今回の一歩では、グループホーム(第6こむぎ)のご紹介をさせて頂きました。入居者の生活に一番に直面しているであろう世話人の生の意見を、こうしてうかがうことができ、ニュースレターという媒体で発信が出来ることは、編集委員としても、非常に価値のあることだと実感しております。入居者一人ひとりの背景から現状までを考えたうえでの声掛け。更には個人個人の食の好みに合った食事作り。イベント時には、皆に喜んでもらうため、装飾や時期にあった食事の提供など。人を喜ばせる・笑顔にすることの大変さ、それと同時に大切さや素晴らしさを感じることができました。令和4年は、法人内の事業所紹介等を発信できたらと考えております。本年もアルカディアニュースレター《一歩》をどうぞよろしくお願い致します。

編集委員