こぶしだより

2026 年 1 月 10 日発行

社会福祉法人　龍鳳ライフパートナーこぶし
〒203-0004　東久留米市氷川台 2-31-19
TEL:042-470-2385　FAX:042-470-2386
清瀬事業所/ふわっとん
〒204-0013　清瀬市上清戸 1-15-18
TEL&FAX:042-497-9481
https://www.fukushiryuhoh.or.jp/kobushi/

伝統

フロア支援部　部長
土橋　龍介

真剣な表情で作業中・・・
完成が楽しみです♪

あけましておめでとうございます。本年もどうぞよろしくお願いいたします。

こぶしが運営を開始して二十五年が経過しました。十一月には二十五周年記念と銘打ってこぶし祭り、そして十二月の初旬には法人全体研修と同時に、記念として日頃の支援の実践報告会も開催しました。支援実践報告会については、僭越ながら私も報告者の一人として参加させていただき、良い経験をさせていただきました。

私がこぶしで働かせていただくようになって来年度でちょうど十年になります。今日に至るまで、私も関わりのない歴代の職員、利用者、関係者が大勢いたことと思います。こぶしで過ごす中でそれぞれに想いがあり、日々があり、取り組んできたものがあると思います。いま現在、それらを意識しながら、日頃の業務にあたっているかと言われると、必ずしも全員がそうしているとは言えないと思いますが、無意識にでも引き継がれていくものや、こぶしに刻まれたものがあると私は信じています。

例えばイベントに取り組む中でも、前年度は何をやったのか。その前は？図らずも過去を振り返りながら、新しいものは作られていくことがあるのではないでしょうか。そしてそこには伝統として息づくものがあり、決して忘れてはいけないこぶしの精神のようなものが存在します。

まったく以前と同様のイベントを繰り返すことは、面白味もなくなるし、飽きもきてしまいます。しかし、どこか雰囲気や今年もイベントを実施することができて嬉しい気持ちになるのも、その精神のようなものが宿っていることを表していると考えられます。

しかし今を働く人々にとっては、伝統を意識することは変化を嫌うこと、新しいもの生み出すことは余計な業務が増えることと捉えられる場面もあります。意味もなく伝統という言葉を使って、前年度踏襲のような同じ業務を繰り返すことで取り組んだ気になることもしばしばあるように感じられ、伝統の捉え方に問題があるのではと考えさせられます。

意識や心持ちとして残しておくものと、過去を見直し、関わる人々がすっきりとした気分で取り組めるよう新しくする部分と分けて考えながら、目に見える取り組みは真新しくても、根本にある目に見えない部分の、核のようなものは変えてはいけないものとして残る、それが伝統なのかなと個人的には考えさせられることが、ここ最近あるなと思わされています。

こぶしが運営を開始して二十五周年を迎え、更にこの先こぶしが存在し、運営が続いていく為にも、時代の流れや刷新された取り組み、新たな障害福祉のあり方には合わせながら、こぶしとして大事にしていくもの、変えてはいけないものを意識し、残していくことも今働かせてもらっている私たちの大事な役割だと感じています。

Cafe ふわっとん　日帰り旅行に行ってきました♪ ～in つばさカフェ～

所沢にある就労継続支援 B 型事業所「つばさカフェ」に行ってきました！施設内を見学し、厨房での仕事やレストラン名の由来など、皆さん気になったことを質問しながら学びを深めました😊美味しいランチ＆デザートに大満足の１日になりました♪

ねぇねぇ、きいて

生活支援員　馬場 翔哉

お風呂後の整髪準備をしていると、横で坊主スタイルの利用者さんが櫛で自分の髪を梳いていました。羨ましかったのでしょうか、そのあと同じ坊主スタイルの利用者さんの髪も梳きに行って気持ちよさをおすそ分け。幸せな空間です。

キラリ☆と光るこの一枚

実は・・・今年のクリスマスは私が飾りつけました！ワハハハ（服部　優奈）

次の通りご寄付をいただきました。

・ライフパートナーこぶし保護者会	30,000 円
・ご利用者ご家族様	100,000 円
・ご利用者ご家族様	20,000 円

頂いたご寄付は大切に使わせていただきます。ありがとうございました。

「知る」ということの楽しみ

「人と関わることがしたい」この言葉は、自分が仕事を探す上で最も求めていたことで、支援者の仕事を選んだのは「最も近くで関われる」ということが当時の自分にとってかなり魅力的に映ったからです。

関わりを求めていく中で感じたのは「関わり」とは利用者の方々を「知る」ということでありそれと同時に自分がどういう人間か「知ってもらう」ことであり、お互いに「知る」ということで関係は構築されていきます。

その利用者の方々を知り、支援を実践していく事でその方の笑顔が見えたり、感謝がもらえたり、そんな時に「人を知るって楽しい」と感じました。

利用者の方々の個性を新しく知ることで、その方との関わりが強くなり、より深く信頼というものに繋がっていく。「知る」という学びを「楽しい」と感じ、人を知るのが好きになる。「関わり」を求めた上で知ることをこれからも存分に楽しもうと思います。

生活支援員　鈴木　理斗

写真についてはご本人（代理人又は成年後見人）の同意を得て掲載しております。

フォトニュース　～12 月の様子～

日帰り旅行特集

車椅子２台を購入しました

東京都共同募金会より助成を受け、車いす２台を購入しました。利用者さんの行動範囲を広げることができるよう、支援の場で活用していきます。

非常用車両接続型電源を購入しました

車の燃料を使用して使うことができるもので、東京都の補助金を受けてたんぽぽと共に購入しました。今後も災害時への備えを進めていきます。

洗濯機を購入しました

木下財団より助成を受け、洗剤自動投入機能付き全自動洗濯機を購入しました。利用者さんご自身のスキルの幅を広げるための支援に活用していきます。

栄養コラム「たまには胃腸を休めましょう」

年末年始はイベントも多く、クリスマス、忘年会、お正月とたくさんごちそうを食べ、だらだら過ごし、むくみや胃もたれに悩まされている人もいるのではないでしょうか。特に冬は冷えもあり、身体だけでなく内臓も不調になりやすいです。今回は、疲れた胃腸を休めるための食材や調理法の紹介です。

消化のいい食材：お粥、うどん、鶏のささみ、豆腐、大根、りんご、バナナなど。満腹に食べるのでなく、腹八分目におさえ、ゆっくり噛んで食べましょう。

調理法：煮る・蒸す・茹でるなどの調理法は油を使わずお腹にも優しいです。

NG：脂質が多いもの、繊維質なものは消化しづらいので、油分が少なく、消化のよい食材を使用しましょう。また、刺激の強い調味料（唐辛子、スパイス）やカフェイン、アルコールは粘膜を刺激するため、控えましょう。

管理栄養士　小林　由記子

起点

12 月に行われた支援実践報告会へ福祉関係者の方が多く来場してくださり、心より感謝いたします。私は「障がい者の方の望む暮らしの実現へ」という題目で発表させていただきました。一部ここでその考えに至った経緯をお話しさせてください。

今回の報告会をする前からずっと心に強く残っていることですが、2011 年 3 月 11 日に起きた東日本大震災の時に「必要なひとに必要な支援」が受けられない、人や物、場所もない状態で、人の心も置き去りになるような現実から、「必要なひとに必要な支援を必要な分だけ届けることができる」「スマートサプライ」という取り組みがありました。現地で必要としている物資や人材をインターネット上のサイトに細かく掲載することで、遠方からでも、必要な人に必要な物を必要な分だけ届けることができます。必要な物や相手が明らかなため、特定の物資が過剰に集まることはなく、確実に役立っているという実感と手応えのある支援が可能となることが出来ました。

私はこの考えこそが、相談支援専門員には必要不可欠なことだと思っています。制度やサービスに限らず、障がい者の方が必要としている、または生活が成り立つように支援出来る人や場所を探しだせるネットワークを作って、その人に合ったフォーマルやインフォーマルなサービスの「起点」に相談支援専門員はなるのです。そのために必要な情報を集め日頃から地域の方はもちろん、ちょっと頑張って手が届くような場所と馴染みの関係を作っておくことが重要だと思っています。

また、本人の生の声を聞き、または創造し、必要な情報を収集、分析、必要な対応につなげるためのアセスメントをしていきます。その人を中心とした専門職の集団が、どのように連携してそれぞれが出来る貢献を具体的にした、専門職同士の相談も重要であると考えています。

相談支援専門員が起点となり、様々な方に協力を仰ぐ中で、人とのつながりを大切にして、障がい者の方の望む暮らしの実現に近づけられるようにしていきたいと思います。

主任相談支援専門員　佐藤　幸雄

#なにゆえ私が福祉職

11 月に、東京都の福祉人材集中 PR 月間の企画に参加しました。

この企画は、福祉職員の生の声を可視化することで福祉の魅力を伝え、人材の確保・定着を図ることを目的として実施され、多くの投稿が寄せられていました。

こぶしでも「なにゆえ福祉職に！？」と質問したところ、

「ドラマがきっかけ」「人と最も近くで関われるから」「実習を通して考え方が変わった」「障害のある人のイメージを変えたかった」「障害児を持つ母親に感謝された」

など、さまざまなきっかけを聞くことができました。

私自身は、周りからしてもらったことへの恩返しがしたくて福祉職に就きました。就職して 5 年。仲間に助けられたり、ご利用者から笑顔や元気をもらったりと、“してもらったこと”がどんどん増えていくばかりで、返し終えるにはまだまだ時間がかかりそうです。

生活支援員　花岡　穂香