



2020年9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/ふわっとな
〒204-0013 清瀬市上清戸 1-15-18
TEL&FAX:042-497-9481
<http://www.fukushiryuhoh.or.jp/kobushi/>

サマーフェスティバルでは、職員による演奏もありました♪



夏に思う
平和なときを
理事長 荻部 一夫

コロナ禍の今夏は、なぜか夏が短かった気がします。梅雨明けが遅かったせいなのか、子どもたちの夏休みが短かったせいなのか、はたまた自分の歳のせいなのか、あつという間に秋が来た感じがします。いつもの年には必ず行われる各地のお祭りや花火大会なども軒並み中止となり、夏の風物詩があまり聞こえてこなかったから余計そう思うのかもしれませんが。

私の「夏」と言えば、スイカ割りやかき氷、蚊取り線香の匂い、花火、蚊帳の中の寝苦しい夜、父親が連れて行ってくれた川遊びの思い出など、どれも平和な時代だからこそ感じられた夏の風物詩の一つだと思えます。

思えば私が生きてきた六十余年は、かつてない平和な時代であったとしみじみ思います。両親の育った時代は、それは悲惨で不憫な思いを多くの人々が経験してきた夏だったに違いありません。だからこそ、子供には楽しい思い出をつくってあげたいと、休みの日には家族サーブに励んでいた姿を思い出します。

毎年迎える原爆記念日や終戦記念日に、命の大切さと平和の尊さを必死に訴え続けてこられた被爆者や戦争体験者の方々も、とより先人の尽力に敬意を表したいと思えます。そのお陰をもって日本の良き夏の風物詩を享受できたのだと改めて感じた夏でもあります。

しかし、最近世界は協調より分断の様相

を見せ始めています。経済の覇権争いが人の命を上回ることには絶対ないのに、まるでそれが正義のように核兵器をもちらつかせ、あたかも防衛という名の正義が戦争を正当化できるかのように論じられている。今の情勢に大きな危機感を覚えます。

一方では、コロナに罹患した人も、コロナで破産した人も、水害で家を消失した人も、身近な大切な人を失った人も、こうしている今も必死になって立ち直ろうと戦っているのに、人々の平和な日常を取り戻すことがどんなに大切かというのを誰も知っていないはずなのに、世界は、協力や助け合いではなく、自国中心的な奪い合いの方向に進んでいると感じてしまいます。とても残念なことです。

龍鳳はこうした道には決して進みません。向かうのは、「夢の実現」です。そのためにも大切なことは、「分断」ではなく、「共生」なのだと思います。「共に生きる」ことは、障害者が社会参加する上で根幹になる考え方だからです。互いに違いを認め合いながら、相手を尊重する。それが一人ひとりの自由と尊厳を守ることに繋がると信じています。

最後に、今年の「こぶし祭り」と「たんぼ祭り」は感染防止の観点から中止することを決断いたしました。楽しみにされていた皆様にはご迷惑をおかけいたします。一日も早く安心して楽しめる平和な時間が流れますようにお祈りいたします。

こぶし祭り中止のお知らせ

2020年11月3日(火・祝)に開催を予定しておりました「こぶし祭り」は、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から中止することといたしました。

開催を楽しみにされていた皆さまには残念なご報告となりますが、何卒ご理解いただきますようお願いいたします。



保護者会より頂きました

ライフパートナーこぶし保護者会様より

- ・特別行事費 200,000円
- ・お茶代 30,000円

ご寄附いただきました。

頂いた寄附金は大切に使用させていただきます。

ありがとうございました。



キラリ☆と光るこの一枚



バイキング給食の時の写真です。
お味は、グーの様です🍴! (大鹿)



取引先にも褒められるきびきびとした納品の様子です。(高野奈々)

風声鶴唳

少しだけ暗いお話をします(笑)

正直に言えば2年目を迎えられるのは奇跡なんじゃないか?と感じています。最初の4ヶ月余りで「無理」という言葉が常套句になっている自分が生まれました。自分が元々持つマイナス思考が要因なのか?…今でも分かりません(笑)。夜勤が始まる頃には「逃げたい」と強く思っている自分が生まれました。何から逃げたいのかは分かりません…「話す?誰に?何を?」2年目に入り、新職員がとてもフレッシュで(笑)🙄

ここからまた暗いお話し…私は自身の思い(考え)にどっぷりはまる傾向があります。一度はまる中々抜け出せなくなります。しかし誰かに助けを求めるとはとても苦手で、自分の殻を大きくして小さく閉じこめるのが得意技です。2年目に陥ったのが「この仕事、向かないなあ」という考えです。それを誰かに相談するという手段も持ち合わせていなくて、結局ドツボにはまります。あーマイナス思考な自分(笑)。結局、号泣しながら相談することになり、ドツボから抜け出した自分と新たなツボにはまった自分が生まれました。

風声鶴唳という言葉を知っていますか?タイトルをどうしようかと思い Google 先生に聞いていたら偶然見つけて、正に自分だと感じ決めました。

生活支援員 風戸 学



サマーフェスティバル



今年は新型コロナウイルスの影響で毎年参加していた「夕涼み会」が中止となりました。そこで職員のアイデアで館内行事「サマーフェスティバル」を行うことに。昼間のかき氷作りや、夕方には花火やくじ引きも♪みなさん笑顔で楽しまれました。

持久力的集中力

猛暑を乗り越えて酷暑だった今年の夏も、気がつけば夜風が気持ちよく感じられるようになりつつあります。

今夏は新型コロナウイルス感染拡大の影響により、帰省も旅行も遠出もせず、子供と近所の公園か自宅で遊ぶ日々。自粛の影響で夏休みが短縮された学校もたくさんあり、企業も本格的にテレワークを導入し、身近な友人達からも在宅勤務に関する話をよく聞くようになりました。

そんな中この暑さと、厳しい感染予防徹底の中で仕事や学習を行うのは、集中力も能率も低下し、今までより本当に難しいと痛感しました。しかし今後はこの状態を標準ととらえ、「新しい生活様式」に慣れていく必要を強く感じています。

さて、集中力といえばあるブログで、集中力には持久力的なものと同発力的なものがあるという記事を読みました。前述のようなストレスを感じる時や体調不良のときは持久力的な集中力が落ちるそうです。瞬発的な集中力は無理がきき、自分を追い込むことで一時的に集中力を高めることができます。それを繰り返すことで体調が悪くても集中力を発揮できるが、そうすることで自分の体調管理を軽視するようになるとのことでした。1日や1週間なら瞬発的集中力でなんとかなるでしょうが、1年、10年、一生など長いスパンで考えると、結局は持久力的集中力が力を発揮するのではないかと記事では考察されていました。

日頃ふわっとんで利用者さんを支援していると、毎日同じ作業を、ほぼ同じペースでこなしつつ、気がつけば少しずつ速度が上がっていたり、クオリティが向上していたり、できる事が増えていたりしています。いわゆる持久力的な集中力が成果をあげているのだと改めて感じます。

自分の業務を振り返ってみると、少しばかりの手先の器用さや頭の回転に依存して、がむしゃらに量をこなす無理を重ね、しかしそれを当てにしてスケジュールを組んでいる自覚があるのです。これは完全に瞬発的な集中力に頼った生き方です。長く続けていけるのはどちらか、自ずと明白です。

持久力的集中力は、リラックスした状態でこそ発揮できるそうです。皆が安定した集中力を継続して発揮できるような、そんな環境作りの設定こそが、職場を管理するものの重要な務めであるのではないかと、自分の新しい生活様式には「持久力的集中力」を間違いなく追加すべきだと心に誓ったのでした。

清瀬事業所拠点長 大神田 千恵



やる気

仕事は何のためにするのか？→生きていく為。生きていく為には何が必要か？→衣・食・住。衣・食・住を得る為にはどうするのか？→得る為の対価が必要。対価を得る為には何が必要か？→仕事をして対価を得ることが必要。

以上の事が自分の考える仕事に対してのイメージであり、根本的な思想になっている。ここでひとつ疑問が浮かんでくる。対価が得られれば、どんな仕事でもいいのか？

やりたい仕事は何か？→対価が大きい仕事がしたい。対価が大きい仕事とは何か？→？？？
ちょうどこの部分で悩んでいます。対価とは何か？お金？やりがい？

自分のやる気を出させるのはお金だと思っていました。でも、こぶしで仕事をしていて思うのは、ご利用者の笑顔や支援者との良好な関係がいいなと感じています。今まで四年以上同じ職場で仕事を続けたことがありませんでした。今年で5年目、仕事のやる気、見出せたかな？

生活支援員 土橋 龍介