



2021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/>

ふわっとんだより

明けましておめでとうございます。今年もふわっとんを宜しくお願い致します。

この度、12月18日より所沢のTOCOTOCO SQUARE 内にある「わくわく広場」という直売所で、Cafe ふわっとんのサンドイッチや焼き菓子が販売されることになりました！
もっと多くの方にふわっとんを知っていただくチャンスだ
と思い、みんなで作ったサンドイッチやパウンドケーキ
を今は職員が納品しに行っています。



ゆくゆくは利用者さんが、ふわっとんの代表として納品をしに行ってもらえる日を、このコロナ禍が明けたらとわくわくと考えています（わくわく広場だけに）。

そして12月からは、利用者さんが企画し、製造した製品「ブルーベリーパウンドケーキ」「ブルーベリー米粉マフィン」も販売を開始しています！清瀬市役所などで行っている外部販売では既に人気メニューとなっています。

もちろんわくわく広場でも販売しています。機会がございましたら是非足をお運びください。
本年も、ふわっとんのスローガン「できた！」が増えるを合言葉に、職員一同支援に取り組みでいきたいと思っております。何卒宜しくお願い申し上げます。



3密

施設長 貝沼 寿夫



本年もよろしく
お願いいたします。

明けましておめでとうございます。コロナ禍ではありますが、皆様のお陰で無事に新年を迎えることができました。本年も、どうぞよろしくお願いいたします。
また、お陰様で先月こぶしも20周年を迎えることができました。1日も早い収束を願いつつ、障がいのある方とご家族、地域や関係各所の皆様からより必要とされる施設となるよう邁進していきます。これまで同様皆様のご支援をお願いいたします。
さて、昨年2020年の漢字として『密』が選ばれました。大方の予想通りでしたが、それだけ世間では、様々な形で影響を受けた証拠なのでしょう。密閉空間・密集場所・密接場面を避けるコロナウイルス感染予防の原則となる3密と言う言葉も、よく耳にしました。こぶしにおいても、障がい特性などからなかなか難しい課題でしたが、パーテーションや飛沫防止パネルなどを駆使して、3密の状況を回避してきました。
改めて3密を確認しようと、インターネットで調べてみますと、元々は仏教の中で生まれた言葉だそうです。
具体的には、身密（しんみつ）：身体・行動、口密（くみつ）：言葉・発言、意密（いみつ）：こころ・考え、以上3つの密を大切にすることを考えます。これは、コロナに関係なく、私たちの日常の中においても、とても大切な考え方だと感じました。新年を迎えたこともあり、今年こぶしで意識していきたい3密を考えてみました。

こぶしから学んだこと

今年の6月に育休・産休休暇から職場復帰しましたが、休暇の期間を含めるとこぶし在職5年目になります。その間、様々な経験の中で心身共に成長し、未知の経験も味わいました。支援の中で学んだ“待つこと”！当たり前で簡単に出来そうで、実は難しく大切なことだと思っています。危険が伴うことに関しては、見守りつつ状況を見ての判断となりますが、基本は利用者の方が何事も主体になって動きます。出来る・出来ないではなく、“自ら行うこと”が達成感や喜び、成長・自立心に繋がっていくのだと学びました。

上記のことを頭に私は今、もう時期2歳になる息子と関わっています。こぶしで学んだことを活かしつつ、息子が大きくなった時、今度は自分の学んだノウハウをこぶしに貢献出来たらと思います。

生活支援員 大鹿 真利会

『身密』：身体・行動

- ・健康を意識した食事や睡眠をとる
- ・適度な運動を生活や活動に取り入れる
- ・顔の表情を豊かにし、笑顔を心掛ける
- ・組織や他者へ思いやりある行動をする
- ・時間や効率を意識して行動する

『口密』：言葉・言動

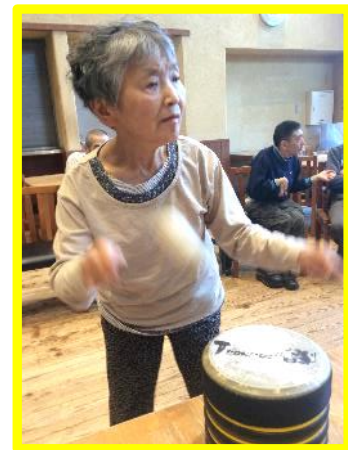
- ・お互いが気持ちの良い挨拶の励行
- ・感謝・謝罪は素直に速やかに伝える
- ・愚痴や悪口ではなく、褒める・賞賛などプラスの発言を心掛ける
- ・ネガティブなこともポジティブな言葉に変換して発言する
- ・自分の言動に責任を持つ

『意密』：こころ・考え

- ・相手のこころや考えに関心に向ける
- ・リラクセスして、冷静なこころでいる
- ・自分のこころを客観視して、自分をみつめ直す
- ・他者の考え方や価値感の違いを認める
- ・他者のこころや考え方から学ぶ

制限のある生活の中ですが、生き方や心のあり方を見直すチャンスなのかもしれません。まだまだ感染リスクは予断を許さない状況です。皆様も充分お気を付けてください。こぶしでは、避けるべき3密と大切にすべき3密のどちらもしつかりと守りながら、今年1年過ごしていきます。

日々の様子 ～余暇・日中活動など～



冬の澄んだ空気は、一年の中で好きな季節の一つです。今年の冬は昨シーズンとうって変わり、各地で積雪の記録を更新するなど厳しい冬となりました。季節を感じながら、今年一年も良い年にしていきたいと思います。

さて、昨年より新型コロナウイルスが猛威を振るっており、私たちの生活は大きな変化を強いられる事となりました。私生活や職場での環境など身の回りはもちろん、日本中、世界中で向かい合っている問題です。

昨年末に東京都内にある福祉施設の職員が集まる部会での、オンライン会議に出席した時のことです。議題は各施設でのコロナ対策についての情報共有。どの施設も初めての経験で混乱し、対応に追われていることや、利用者さん、職員の発熱時の対応などの話しが多く出てきました。福祉現場での対応の困難さを、改めて痛感する事となりました。

そんな中、取組の中でプラスに考えた内容があれば是非共有したいという話題が上がりました。それまで現場の辛い状況や今後への不安といった、言ってみれば受けの姿勢の話題が殆どでした。しかし、その話題になってからはコロナウイルスと向かい合いながらも、各施設での工夫や前向きな考えなどが見えてきました。利用者さんの余暇活動への工夫、オンライン面会の実施、こぶしではSNSでの情報発信の取り組みを始めました。会議に参加した誰もが考え方の大切さを実感したのではないのでしょうか。

私生活でいえば、夏は暑さの理由から出掛ける先は室内施設が多かったのですが、密を避けた公園や川遊びなどが増えました。手洗いうがいの習慣や、備える事への意識も向上しました。前向きに考えられる場面は多くあります。

もちろんコロナウイルスにはしっかりと向き合いながら、対応をしていかなければなりません。しかし、利用者さんに笑顔のある生活を過ごしていただくようにするという事は、今までと変わらないのです。「笑顔で支え合い、成長できる場所」というスローガンに立ち返り、困難な中でもどう捉え、考えていくのかを大切にしていきたいと思います。変わっていく生活の中でも、変わらない目標と想いを大切に、今年一年をスタートしていきます。

運営環境整備部部长 剣持 勇氣



言葉が増える喜び

コミュニケーション活動を担当させて頂き2年が経ちます。Aさんの自発的な言葉が多く聞かれるようになり、現在は場面に応じた言葉(ちょうだい)が言えるようになる練習をしています。

「ちょうだい」の言葉を練習しているうちに、支援者の促しがなくても言えることができました！その時ふと「ちょうだい」だけではなく、他の場面に応じた言葉も言えるのではないかと感じました。

別の日、扉の前で待つAさん。これはチャンス！と思い、紙に「あけて」と書き、私も口の動きなど伝えてみました。すると「あけて」と言うことができたのです！Aさんの言葉がまた一つ増えたことがとても嬉しい瞬間でした！

言葉が増える喜びを教えてくれたAさん！今は支援者の名前を覚え、呼んでもらうための取り組みを始めます。Aさんが私の名前を呼んでくれるのを楽しみに、活動に取り組んで行きたいと思います！

生活支援員 矢部 帆乃