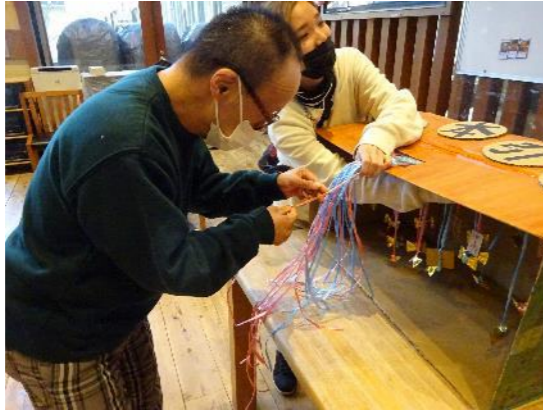


千本引きで
どれが当たるかな♪



施設長 貝沼 寿夫

あるとない

年明けからオミクロン株の猛威により、こぶし内に大きな影響はないものの、身近なところで感染者や濃厚接触者の声を聴くようになりました。より一層感染予防に注意してまいります。

場合によっては、再度緊急事態宣言が发出されるかもしれません。そうすると、さらに制約を設けざるを得ません。制約を設けるといことは、今までと同じことができない状態になるということです。こぶしで言えば、人が集まる行事はできないとか、行きたいところに行けないとかが挙げられます。1日も早くこのない状態から脱却して、自由がある生活に戻りたいのが本音です。

これまでを振り返ると、ないという不足している状態や欠乏している状態がモチベーションになったり、成長のきっかけとして捉えたりもできました。それらは一時的にはプラスに作用するのですが、ないものはどこまでたってもないと感じるが多くなります。

ここまで豊かになった現在でも、社会にはないがたくさん溢れています。不平不満のほとんどは、このない状態が大きな要因になっているのではないのでしょうか。仕事をとつても、「知識や技術がない」「経験が足りない」「思い通りにいかない」等々、挙げればきりがありません。しかし、ここに挙げた物で考えてみると、知識や技術・お金も思いも、望めば望むほど高くなります。高くなっていくということは、どこまでいって

も不足感や欠乏感はなくならないといふのが実感です。そればかりかこれらが不平不満の温床になりますし、こぶしのバランスを崩してしまいかねません。

反対にあるに目を向けると、これもまた身の回りには溢れていることに気が付きます。知識や経験も数年前と比べてみると増えていますし、思い通りにいくこともあるわけです。制約のある環境の中でも、できないこともあれば、できることもあるのです。障害の有無にかかわらず、残念ながら人は誰しもに、できないこともわからないこともたくさんあります。利用者さんの支援計画や新任職員の育成計画策定のアセスメントをする際には、できないこと・できること、わからないこと・わかることを、しっかりと見極めます。そして、計画ではないもの(短所・苦手)ではなく、あるもの(長所・得意)を出来る限り伸ばしていくように考えています。

結局のところ、何に注目するかの違いだけなのかもしれません。コロナ禍の制約がある中で、ないものに目を向けるのか。それとも、あるものに目を向けるのか。こぶしの職員も、この環境下でできることは？ 楽しめることは？ そう考え、様々な工夫をしていく必要があります。同じ状況でも、目を向ける方向が違うだけで、きっとその先に大きな違いを生んでいきます。ないは不平に繋がりますが、あるは感謝に繋がります。あるから始めることを心掛けたと思います。

フォトニュース ~豪華お弁当~



今年も新年会は開催できませんでしたが、保護者会の皆様からお弁当とデザートを頂戴しました。ありがとうございます。皆さんとても喜んで召し上がっていました。

紹介されました!

人権プロジェクト課の取組が、東京都社会福祉協議会の知的発達障害部会広報誌「かがやき」に掲載されています。ぜひご覧ください。

【広報誌 QR コード】



こぶしのホームページからもご覧いただけます♪



Cafe ふわっとな 元気に営業中です!

感染防止対策を行いながら、営業を行っています。皆さまのお越しをお待ちしております♪



東京都清瀬市上清戸 1-15-18
TEL : 042-497-9482
OPEN : 10 : 00 ~ 16 : 00 (LO15:30)
定休日 : 土・日・祝日
駐車場あります☆

お勉強

私事ですが、この度試験を受けます。まさか 30代になって試験を受ける、勉強するとは思っていませんでした。学生時代を振り返ると、中学生の時は授業中に先生にばれないように居眠りする方法を研究し、高校受験は推薦入学でできるだけ勉強しないようにと考え、高校入学後は授業中に居眠り。部活にだけ一生懸命で、高校卒業後は部活の延長で専門学校へ。専門学校は実技試験で入学し、在学中も身体を動かすだけででした。

そんな私が今、勉強しています! (勉強してきた人からすれば、勉強している内に入らないかも...)。やってみると意外に集中している自分に気付き、新しい知識が増える喜びのようなものも感じている今日この頃。後悔先に立たずですが、もう少し学生時代に勉強しても良かったかとも思い出しています。

まだ合格したわけでもないですし、資格取得するだけでは意味がないですが、得た知識は仕事や後輩育成の為にアウトプットできるよう意識して取り組みたいと思っています。

生活支援員 土橋 龍介

見える化

「提出物を忘れずに出せる -もう少し-」お恥ずかしい話ですが、小学生の息子の通知表にそう書かれていました。それを昨年12月末に見たとき「忘れ物ばかりでダメじゃないか」と最初に思ってしまったのです。

しかしよくよく考えてみると、私自身は子供の学校の持ち物に関して何も把握していないなと思いつきました。持ち物はどのように把握しているのか、持っていくものは家庭にあるのか等、知ろうとしていなかったのです。さてどうしようか・・・話し合った結果、ホワイトボードに手紙を貼る、今週の持ち物を記入しておくという取り組みをすることにしました。その効果は100%とまではいきませんが、以前に比べてお互いが確認し合える仕組みができ、忘れ物は減ってきました。

私自身も100%出来ているかと問われれば、決してそんなことはありません。むしろ抜けが多くなる時があり、焦ってしまうこともあります。先日、自分の業務をリスト化する機会があり、箇条書きで書きだしを行いました。自分の中だけで暗黙となっていた業務を改めて視覚化すると、この業務はいつも忘れがちだから分かりやすくしておこう、この部分は他の人に助けてもらえるかも等、効率化できる部分が出てきました。

「見える化」の起源はトヨタ自動車といわれているそうです。例えば製造工程の場において、機械の正常・異常をランプの色で表し、どの従業員でも目で見て分かるようにするなどの取り組みです。ミスを少なくする、効率化を図る、目標・目的をしっかりと明示して体制を強化するなど様々なメリットがあるようです。無意識に行っていた部分も改めて「見える化」というワードを用い、意識していくことで自分自身に落とし込んでいこうと思います。

個人・家庭・地域・会社など様々な部分で他の人と取り組みや考えを共有するというのは大切だと改めて感じました。また、生活の色々な出来事に学ぶチャンスがあるのだなと思います。今後ちょっとした気づきを大切にしながら、仕事に私生活に頑張っていこうと思います。

運営環境整備部部长 剣持 勇氣



大好きな笑顔

龍鳳に就職して10カ月になりました。私は一昨年ライフパートナーこぶしに実習でお世話になり、朝出勤した際に利用者の方々が毎回笑顔で「おはよう！」と言って下さるのが嬉しく、この事が一つのきっかけとなり、「ここで働きたいな」と思い採用選考を受けました。

無事に採用となり、いざ現場に入ると実習の時とは全く違い、本格的に支援に入る為覚える事が沢山あり「大丈夫かな、独り立ち出来るかな」と不安になったり、時には泣いたりした事もありました。また、一昨年はコロナで一年間学校に通っていなかった為、社会の事について十分に学んでいないのに働いて大丈夫かなという不安もありました。

そんな辛い中でも利用者の方々の笑顔に何度も励まされ、元気をもらいました。私はそんな利用者の方々の笑顔が大好きです！まだまだ未熟で課題もたくさんありますが、大好きな利用者の方々の笑顔に元気をたくさんいただいた分、私も利用者の方々にたくさん笑って過ごして頂けるような支援をしていきたいです。

生活支援員 宮島 千夏

★「人生に喜びを！印象に残る行事にしよう♪」～行事紹介のコーナー～★

行事企画課では、利用者さんにとっても、支援者にとっても、印象に残る行事になるよう企画をたてています♪「あの時の行事は楽しかったよね～」「またやりたいな～」と言って貰えるようにアイデアを振り絞っています！



①最近の行事で一番印象に残っているものは？

12月に開催したクリスマス会です🎄🎅

②印象に残ったその場面は、どのような場面ですか？

なんとと言っても、こぶしにサンタクロースがやって来た場面！写真撮影や質問コーナーで盛り上がり、とにかく笑顔の絶えない1日でした♪

③目新しい斬新な行事企画をコッソリ教えてください。

4月は入所式🌸新しい仲間を迎える準備は既に始まっています！新しい1年の始まりですね！当日は楽しいレクリエーションがある！かも！？

④最後に…こぶしだよりを読んでいる方へメッセージをお願いします。

「〇〇やったよ！」「たのしかった！」「おもしろかった！」など、利用者さんがニコニコと伝えてくれる感想を聞くと、イベントをやって良かったなあといつも励みになっています！

利用者さんも職員も、皆で一緒に楽しめるイベントをこれからも企画していきたいと思います👏

(行事企画課 江島 響)

★「日常をおもしろ・楽しく出来るのは私たち次第♪」～余暇活動紹介のコーナー～★

余暇課では、利用者さんにたくさんの体験をして貰えるような企画をたてています。また、企画だけでは無く利用者さん一人一人に焦点をあてて「その人らしい余暇時間」が過ごせるように、時間に縛られない余暇が実現できるよう日々工夫を凝らしています！



①最近の余暇で一番印象に残っているものは？

☆冬休みに開催した『こぶしデパート』です！名前の通り、こぶし館内にて“駄菓子屋”“喫茶店”“洋服雑貨店”“ネイルサロン”を開いてデパートを再現しました！

②印象に残ったその場面は、どのような場面ですか？

☆初めての開催で利用者さんが新鮮な気持ちで楽しまれている姿が印象的でした。また、駄菓子屋や雑貨店の種類豊富な商品の中から目をキラキラさせて好きなものを選択されている姿が印象的でした！

③これから考えている新たな余暇チャレンジはありますか？

☆3月、昨年に続き『こぶし大運動会』を開催する予定です、体をたくさん動かし優勝を目指しましょう！

④最後に…こぶしだよりを読んでいる方へメッセージをお願いします

☆デパートの様子は“こぶしインスタグラム”にも写真を上げています！良かったらご覧ください～い(^)♪

(余暇課 城間 直哉)