

# たんぽぽだよ!



一貫してなくても

## 自分是自己

理事長 荻部 一夫



コロナ禍で心まで病んでしまう人が増えているそうです。職場を解雇され収入がゼロになり貯蓄も底をつき、その日食べる物もない状態に陥っている人が数万人にのぼると言われています。一刻も早くこうした人々への支援を届けることが強く求められています。

私たちが担う福祉サービスも、社会的弱者のセーフティネットの一つとして機能しているはずですが、コロナの影響でその脆弱さが顕在化してきています。

先が見えない不安に駆られ、生きているだけで借金がかさみ、八方塞がり状態でも社会は助けてくれない。そんな思いの連続は、自身が存在する価値をも否定してしまう心境になることは容易に想像できます。しかし、私が見像できることは当人からすればほんの一片のことです、本当の辛さは共有できるものではないでしょう。

もちろん何も力にはなれないことを承知ですが、最近読んだ本に心に留まったことがありましたので紹介いたします。

脳科学者の中野信子氏は、著書「ペルソナ 脳に潜む闇」の中で、自身の一貫性のない人格について、「わたしは存在しない」と言っています。読み進むとペルソナ（人格をつくっている脳）は、透明でいつでも変化に対応す

ることができると。換言すれば、一貫性がないことに嘆く必要はないと繰り返し書いています。

確かに人は、知らず知らず人格に「一貫性」を持たせようとしています。過去の自分と現在の自分に一貫性があることで人格に自尊感情が生まれるようです。つまり安堵の気持ちで過ごすことができる状態です。それがコロナで今までの生活が一変したとき、夢が崩壊し、これまで思い描いてきたモノやコトが現実と乖離してしまい、それをきっかけに人格の崩壊の途を辿る事例もあるのかと思います。

しかし、中野氏は著書の中で人格は一貫していないということをもっと長い時間のもので論じています。「過去に存在した事実の集積で、人間はできている。」とし、現在から子ども時代までの自身の経験や環境を振り返るような構成になっています。「むしろ、脳は一貫していることの方がおかしいのだ。」置かれた環境により人格は絶えず変化し流動的であると述べています。

つまり、中野氏が言う「私は存在しない」とは、自分自身に一貫性を求めるのではなく、常に変化に柔軟に対応している自分を良しとする脳であることを勧めているのかもしれないと思いました。

冒頭の問題は、もちろん現実的な支援金や食糧の緊急援助が急務です。ただ、コロナは、目に見えていること以外に、社会の至るところで人々の心を悩ませ苦しませている状況を生み出していることも事実です。そんな時代だからこそ、この本に書いてある自身を壊さない考え方が必要なのかもしれない。

# 4月の活動予定

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17 開所日
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29 昭和の日	30	

## 研修研究・人権プロジェクト課

たんぽぽの研修は主に3本の柱で構成されています。内部研修・外部研修・権利擁護です。

今年度の内部研修のテーマは「意思決定支援を生かした個別支援計画について学ぶ」でした。利用者様に向ける視点の持ち方、言動の持つ意味を考える事、グループワークでは活発な意見を交換しながら、利用者様の気持ちに寄り添った支援を学びました。

権利擁護月間は7月と2月に実施しています。毎回標語を唱和し、権利擁護についての意識を再認識します。「出来ないところの注意ではなく、出来たところに注目した声かけをしていますか?」「命令口調で話したり、プライバシーにかかわる事を人前で話したりしていませんか?」などと、職員が自分自身に毎日問いかけました。私たち職員が毎日行っている支援を振り返り、利用者様の尊厳を守り毎日快適に過ごして頂く為に、職員同士でも相手に対する尊厳を持って接する事の大切さを学ぶ事が出来たと思います。

今年度はコロナの影響が有り、例年とは違う形での受講もありました。ZOOMを使用した研修、蜜を避けるための少人数制外部研修など不慣れな中でも職員はしっかりと勉強したことを活かし、これからもより良い支援をさせて頂く努力をしていきます。

研修研究課 課長 中之庄 由起子

## ～～就Bの1年を振り返って～～

1年を振り返り、今まで積み上げてきた習慣ががらりと変わり、はじめは“目に見えない敵から身を守る””常にマスク””人と距離を取る”という状況において、不穏な行動や不安な表情をされる方が多く見受けられました。今はこの変化にも少しずつ慣れ、なんとか皆様落ち着いて過ごされております。感染対策の手洗い、消毒、食事中は静かに食べる、食事以外はマスクを着けるなど支援者が声をかけなくてもほとんどの方がご自分で習慣化しております。自己管理の一つとして配布させていただいた健康チェックシートは、ご負担をかけてしまうのではないかと心配しておりましたが、自らご自分で検温し記入されており、皆様の頼もしさに感心しております。

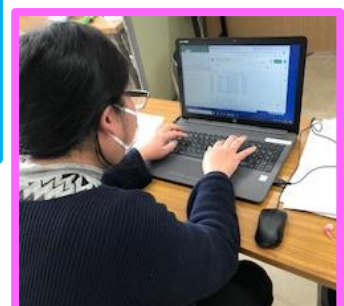
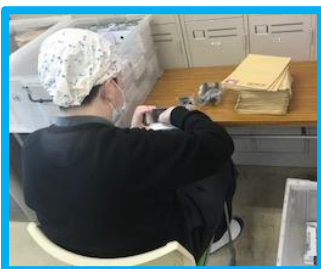
さて、環境が変わった事で、今まで見過ごされていたご利用者のスキル面や環境面での課題が顕著になった事がありました。ある方は、通所時間が変わった事で時間に合わせて通所することが難しくなり、時間の理解があやふやである事が分かりました。再度アセスメントを行い、生活リズムの聞き取りをしながら、電車など移動の時間を考慮して家を出発する時刻が分かるよう、時計のイラストで示した予定表を作成し、対応をさせて頂きました。もう一方、通所の日数を減らしていただいた方の体重の増加傾向・健康維持の課題に対して、グループホームの職員と相談し、通所以外の日に移動支援を活用した散歩を行い、運動の機会を得た事で大幅な減量に至ることがありました。

こうした課題に対し、暮らしの部分を含めて支えていくというのは、日中活動事業所では限りがあります。しかし、共同生活援助(グループホーム)、地域活動支援センター、移動支援(ガイドヘルパー)など、その他のサービスや社会資源を活用する際に連携を図ることで、ご利用者が利用しやすい環境を整える事はできるのではないかと考えています。

また自宅で過ごす時間が長くなった中で、ご家庭での過ごし方として「料理」「ペットのお世話」「ゴミ出し」「掃除機がけ」などご本人が役割として担い、培った力を発揮されているご様子もお聞きしております。支援者として、その姿を想像しとてもうれしく思います。

在宅支援として電話連絡を行っている際に「おうちのお手伝いをして下さい」とお伝えすることがあります。連絡を通して、身の回りの事など自分ができることを行うきっかけづくりが出来たら幸いです。

最後になりますが、就Bの皆様には日々感染対策などを行い試行錯誤した中、特に一年間を通して作業室の密を避ける為に通所日程を減らし在宅支援という形でご対応を頂きご不便をおかけいたしました。お陰様で感染者やクラスターが発生せず無事に継続したサービスを行う事が出来、ご理解ご協力を賜りました事、誠に感謝申し上げます。今後も先の見えない状況が続いていきますが、ご利用者の方と過ごす時間を大切に、今できる事をしっかりと支援させていただきたいと思っております。





## ～生活介護 1年を振り返って～



1年というのは早いものであっという間に過ぎてしまいました。“コロナウィルス”という見えないものとどう対応して過ごしていけばよいのか、利用者・支援員・ご家族 全員で考え、協力することができた1年だったと思います。

最初に考えなければならなかったのは人との距離を空けて活動を行う・マスクと消毒をしておくことでした。

まず、通所したら入り口の水道で手を洗う事から始め、それが終わったら玄関にて消毒を行うことを支援員も一緒に行いました。数日ほどで、丁寧に手を洗い消毒をできるようになったのは凄いなと感心してしまいました。

次に、テーブルに空間を空けて座ってもらい飛沫防止用のカーテンをテーブルの真ん中に下げるなど環境の整備も行いました。急に皆が離れて座るという事に利用者の方々も戸惑いもあったかと思います。

さらに、今まで行っていた活動の内容を変更して行うことにしました。調理の活動では「おやつ作り」と、「距離を空けた状態でも行える料理（お好み焼き・ホットケーキ等）」を作りました。週1回ウォーキングも兼ねて近くのスーパーに、活動の際に潰したペットボトルを回収ボックスに入れる活動を行ったり、社会福祉協議会に使用済み切手を持って行ったりしました。急な活動内容の変更で、利用者の方々には不安にならないかな・困ったりしないかなと心配をしていましたが、余計な心配でした。利用者の方々は積極的に活動に取り組み、新しくなった活動に挑戦をしてくださいました。私たち以上に環境に対応しようと頑張る姿にただ感動するばかりでした。



作業の活動も変わりました。生活介護では風船の封入作業というものがありますが、利用者の方々には「並べる作業・まとめる作業・袋に入れる作業」と分担してお願いしています。途中で風船の種類が増え、行う工程も変化をしましたが利用者・支援員と一緒にやる事で戸惑うこともなく今まで通り作業を行うことができました。特に嬉しかったのは、風船を並べる作業があまり好きではない利用者の方が、自分の好きな色が増えたことで自分から積極的に作業を行う様になってくれた事です。変化することが良いきっかけになることがわかった瞬間でした。



利用者の方々が通所できること・活動できることはご家族の力なしでは絶対にできません。在宅支援の電話連絡や急な予定の変更など、ご家族に協力・対応していただき、1年間本当にありがとうございました。先がどうなるのか不安なこともありますが、必ずいつもの生活に戻れると信じて、職員も利用者のご家族と一緒に頑張っていこうと思います。これからもどうぞよろしくお願いいたします。