

インミタカ通信

50号

発行：NPO法人障害者生活支援センター インミタカ

発行日：2020年7月

「支援者たちの葛藤と奮闘」

ぼつぷ施設長：金子 洋祐

コロナ禍(コロナウィルスの流行による災難や危機的状況のこと。)で世界中の人が不安やストレスを抱えて生活していると感じます。障害者の生活を支える支援者たちは、日々緊張感を持ち、より安全で健康に暮らして頂けるよう、模索しながら支援に取り組んでいます。

今回は、三鷹市を中心に在宅医療ケアを行っている「たんぼ訪問看護大沢 所長：中沢公紀氏」に感染症と上手に付き合いながら、ストレスなく暮らしていくため、どのような取り組みをしているのか、お話を伺いました。

コロナウィルス感染予防のため「ソーシャルディスタンス」「消毒」などが必要であると言われていいます。しかし、そのことの意味が理解できずにストレスを抱えたり、人に頼まないと、感染予防が取れない方の話を聞き、障害があるが故のもどかしさを感じました。

中沢さんは日頃利用者のお宅を訪問する中で、利用者をお願いしている事や、何か感じている事はありますか？

金子



中沢氏



私が医療従事者として意識していることは、「利用者の生活スタイルを変えない」「利用者のありのままを受け入れる」ことなので、利用者をお願いしていることはありません。逆に、利用者に気を遣われているなど感じていることはあります。

私たちはお客ではなく、仕事として訪問しているので、体の不調や、違和感があるときは遠慮なく相談してほしい、と伝えています。

金子



コロナ禍での訪問時に気を付けていることはありますか？

裏のページに続く...

なかざわ し
中沢氏



わたし には なんけん りようしゃたく ほうもん わたし じしん きん も こ
私たちは、1日に何件も利用者宅を訪問します。私たち自身が菌を持ち込んでしまいう
スクがあるため、訪問時には都度アルコール消毒をすることを徹底しています。また、
しょうどく さい りようしゃ ほんにん め まえ おこな み あんしん はいりよ
消毒する際には、利用者本人の目の前でも行い、見て安心できるよう配慮をしていま
す。

かんせんしょう うたが かた ほうもん いちばんさいご
感染症の疑いがある方の訪問は、一番最後にするようにしています。

かねこ
金子



かんせんしょう うたが いりよう ほうもん ひつようせい
感染症の疑いがあるからこそ、医療としては訪問の必要性がありますよね。そのよう
な方へのヘルパー訪問は、どのように考えますか？利用者宅へ訪問するヘルパー
は ひびふあん おも
は 日々不安があると思います…。

なかざわ し
中沢氏



ざいたく ほうもん よ ほんだん はけんじぎょうじょ はな あ
在宅にヘルパーが訪問しても良いかどうかの判断は、ヘルパー派遣事業所と話し合っ
て決めています。

ポイントとしては、「利用者の体調・精神状態を把握し、不安軽減に努め、ヘルパー
派遣の必要性を見極める」、「ヘルパー派遣事業所の不安を軽減する」です。

ほうもん かんご りようしゃ ふくし あいだ はい はしわた やくわり にな
訪問看護は、利用者と福祉サービスとの間に入って、橋渡しの役割も担っていると
日々感じています。

ホームヘルパーを利用している障害者が、『私の触れた場所を消毒されるのを見ると、この時期は
適切なことと分かっている、自分がばい菌のように思えることがある。』と言って苦笑いしていま
した。

まだまだコロナウィルスの終息には先行きが見えず、第2波、第3波の襲来も懸念される中、消毒を
初めとした徹底した感染症対策は重要である一方で、実際に生活している障害者の心情に配慮した
支援を心がけていかなければならないと痛感しました。

どんな状況であれ、障害者の日々生じる困りごとや不安に、変わらず寄り添い、地域で
当たり前で暮らせることをサポートしていきたいと強く思いました。

また、今回、中沢氏と対談させて頂き、一人一人の利用者に寄り添いながら、地域で
医療を提供し、支援する方々の思いも聞くことができました。ありがとうございました。



なかざわ し 中沢氏のプロフィール

こうそつ しないせいしんかびょういん ねんきんむ あと たま かいご てんしよく
高卒から市内精神科病院に18年勤務の後、多摩たんぽぽ介護サービスセンターに転職。
へいせい ねん どうしや むさしのし いてん ほうもんかんご まか かたち どりつ
平成30年に同社が武蔵野市に移転のため、訪問看護を任される形で独立。
しゅみ くるま けい たしゅみ はたら かたかいかく りかい かんりしや
趣味は車、テニス、クラフト系と多趣味。働き方改革に理解のある管理者です。



「コロナ禍で何してた？」

(コロナ禍とは…コロナウィルスの流行による災難や危機的状況のこと。)

コロナウィルスの影響で、皆さんの暮らしにも大きな変化が起きてしまい、不便に感じるものがたくさんあるかと思えます。

それでも皆さんが、毎日元気で少しでも楽しく過ごしてほしいと、いつも願っています。

何かと家の中で過ごすことが多い日々の中で、ぽっぷやヘルパー派遣部の利用者(知的、発達、身体障害など)や、関係者の方々に“何をして過ごしたのか”を聞きました。

今後、少しでも快適に過ごすための参考にして頂ければ幸いです。

大家族なんだけ
ど、自分一人で7
割程度掃除をする
ことになった。



家の中の壁を掃除して
いたら、色んなところ
が目について、あちこ
ち掃除していた。

特別臨時給付金(一律
10万円)の使い道を
考えていた。



携帯ゲーム
を死ぬほど
やった。



携帯電話でライ
ンやゲームをか
なりやって母親
から怒られた。

筋トレのユーチ
ューブを見て、
筋力アップに
努めた。



筋肉トレーニン
グで筋肉痛にな
って体中が痛
かった。

Kindleという読書
端末をお風呂に持っ
て行って楽しんだ。



勤務後寄り道せず、
自宅に直行するよ
うになった。



ダイエットのた
め、散歩と筋肉ト
レーニングをし
た。

デリッシュキッチン
で動画を観ながら
料理をしています。



自宅にいる時間が長かった
こと以外は、変化なし。

タレントを見
て過ごした。



「空想旅行」写真や動画
を使って好きなところへ
どこでも行ける。



普段から家にいて、必要な買い
物以外は外出しないので何も
変わらなかった。しいて言えば、
道路が空いてて車の燃費が良
かったような気がする。

障がい者の地域生活支援拠点を知っていますか？

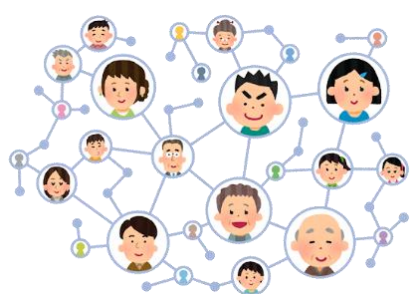
ぼっぷ職員：宮城永久子・金子洋祐

現在、三鷹市では、障がい者の生活が年を追うごとに変化していく過程において、どの段階になっても安心して暮らしていけるよう、障がい者の地域生活支援拠点の整備に向けた検討をしています。

障がい者が生活していく中で、高齢になったり、障がいが重くなったりすることがあります。あるいは一緒に暮らしていたご両親が亡くなってしまうこともあります。

障がい者が困ってしまった時に、すぐに相談できる窓口、緊急的に受け入れてくれる福祉施設を整備したり、上記のような事態を予測し、それに対応できる支援体制を、予め障がい者が体験しておく機会や場所を確保しておいたりすることは、とても重要なことです。

三鷹市には数多くの支援機関や福祉施設が点在しています。点在する機関を一つのネットワーク化することも、この地域生活支援拠点の機能の一つです。ここにコーディネーター(職員)を配置し、万一、障がい者本人や家族が病気になるなど緊急的な事態が起きた際にも、常時、職員に連絡できる体制のもと、三鷹市内のネットワークの中から必要なサービスにつないでいくことを想定しています。



まだ地域生活支援拠点は確立されておらず、より良いものを目指し、現在も専門家たちが検討を重ねています。

もし皆さんが今、今後の生活のことで不安を感じていること、「こういう制度やサービスがあれば安心」ということがあれば、その声を是非ぼっぷにお寄せください。頂いたご意見を確実に行政に届けていきます。直接的な声を地域生活支援拠点に反映していくことが、より実用性の高い支援拠点を作っていくことにつながります。

ぼっぷも相談支援機関の一つとして、障がい者の生活の変化にも寄り添いつつ、緊急時にも速やかに対応し、地域生活支援拠点とともに、安定した支援体制を作っていきます。

新職員紹介

こんにちは。

相談支援センターぼっぷの非常勤職員をしている、細田圭佑です。

去年から少しずつ、ぼっぷでお仕事をさせていただいているので、もうぼっぷでお会いしたことがある人もいるかもしれません。

知らない人は、ぼっぷで一番に大きな職員さんとして、覚えていただければと思います。

まだまだ、一人で出来る事は少ないですが、皆さんと話せることを楽しみにしています。

よろしくお願いします。

ぼっぷ以外でも、同法人のヘルパー派遣部のヘルパーとして働いているので、どこかでお会いするかもしれません。そのときは声をかけてくださいね。



がつむいかきさてん
6月6日喫茶店でぐ～るぐる

はけんぶしよちょう こぼやし のぶよし
ヘルパー派遣部所長：小林 延芳

じへいしやう えー いっしょ で
自閉症のAさんと一緒にお出かけ。「オムライスが食べたい！」というAさんの希望があり、美食家小林オスメの“オムライスが自慢の喫茶店”へ。店員さんがAさんに障害があることに気付くと、店員さんがこぞつて「このメニューで分かりますか？」「箸のほうがいいですか？」「飲み物に氷入れますか？」「お菓子やペットボトルのごみは置いて行っていいですよ」「トイレは多目的トイレがあって、2人で入れますよ」などなど、ほかのお客をさしおいて過剰すぎる丁寧な接客。

びつぷたいおう えー はな
「VIP対応でよかったね～」とAさんと話しながらも、『店員さん気合い入れて接客してくれたんだよな』『ほかのお客と変わらない対応をしてほしいな～、特別視されすぎるのも気持ち悪い』でもAさんは話しかけられて楽しそうに答えていたから、Aさんにとってはそんなお店はあってもいいか『通い続けてAさんを知ってもらおうことで、接客も変わっていくかもな』などぐるぐると考えが回りました。

たもくてき ふたり はい
「トイレは多目的トイレがあって、2人で入れますよ」と言われた6月6日当時は何も思いませんでした。この記事を書いている6月12日は、なんともいえない思いもぐるぐる回りました。

はけんぶ
ヘルパー派遣部にできること

はけんぶしよくいん たき みお
ヘルパー派遣部職員：滝 美央

なに かんせんげん わ がいしゆつ ひか じたく こも さいぜん かんせんよほう おも
何が感染源か分からないからこそ、外出は控え、自宅に籠ることは最善の感染予防だと思えます。

じやうたい しゃかい と のこ おも
しかし、いつまでもその状態では社会に取り残されてしまうと思うのです。

くに う だ あたら せいかつようしき ひと たいへんきゆうくつ
国から打ち出された「新しい生活様式」は、人によっては大変窮屈なものかもしれません。

こんごせいかつ おく うえ きほん
しかし、今後生活を送る上での基本となっています。

あたら せいかつようしき し はけん りよう
新しい生活様式を知るきっかけに、ヘルパー派遣を利用してみてはいかがでしょうか。

しんしよくいんしやうかい
新職員紹介

こんにちは。

はけんぶ しよくいんけん ふくもと ゆりえ きゆうせいししど
インみたかヘルパー派遣部の職員兼ヘルパーの福本百合江(旧姓宍戸)です。

し かつ ねんまえ
知っている方もいらっしゃるかもしれませんが、4年前までインみたかでヘルパーをしていました。

しゆつさん いくじ ため やす また せ わ おも もど
出産や育児の為、お休みしてしまいましたが、又こちらでお世話になりたいと思い戻ってきました。

まいにち さい ちい かいじゆう いっしょ ひ びしやうじん
毎日3歳の小さい怪獣と一緒に日々精進しています。

しごと こそだ たぼう まいにち がんば おも
ヘルパーの仕事と子育てで多忙な毎日ですが、頑張っていきたいと思っているので、これからもよろしく
ねが
お願いいたします。



『聞いて、僕の一人暮らし!』

よしだけいち
吉田敬一さん



とある日、「インミタか通信で、是非僕の一人暮らしを紹介したい!」とぽっぷに連絡を下さったのは、吉田敬一さん。ぽっぷのフリースペースによく参加して下さり、インミタか通信の愛読者の一人でもあります。屈託のない笑顔と、親しみやすいお人柄で、ぽっぷでも一躍人気者です。吉田さんは全国各地を一人で旅する、知的障害のある30代男性です。

今回は、シリーズ『聞いて、私の障がいのこと』の特別編として、お届けします。

聞き手 ぽっぷ職員:南雲 潤

『僕は、むうぶ舎という作業所でダイレクトメールの仕事をしています。

3年前に一人暮らしを始めました。以前は、親戚のおばさんと一緒に住んでいましたが、残念ながら亡くなってしまいました。最初は食事作りが不安で悩む事もありましたが、「焼きそば」「ウィンナーソテー」「卵焼き」など、今では作れるメニューも増えてきました。週に一度、ホームヘルパーを利用しています。「今週は食事作り、来週は掃除」という様をお願いする内容を自分で考えて決めています。

一人暮らしをする様になってビールの味を覚えました。仕事に響かない金曜日と土曜日に350mlの缶ビールを1本飲んでます。最初はノンアルコールビールから慣れ始め、本物のビールを飲めるようになって「自分も大人になったなあ」と感じました。親戚のおばさんがいる時だったら、飲酒を止められていたかもしれません。



一人暮らしで寂しいと思うのは、すぐに相談出来る人がいない事です。週に1度近くに住むおじさんに相談に行っています。帰宅時に椅子や台所におばさんの姿が見えない時に「一人暮らしなんだなあ」と実感してしまいます。

最近の気分転換は銭湯に行く事です。それと携帯電話を新しくしました。Youtubeで「BIGIN」の動画等を見るのが好きです。でも本当は旅行で沖縄に行きたい。プロ野球を生観戦しながらビールが飲みたいです。沖縄は「まだ早いかな」と思うので、まずは近場の東京や千葉に行こうかな。その時は、日帰りで観光はせずに、ホテルでゆっくり過ごす「デイユース」というのをやってみたいです。

僕には親戚のおじさんの他にもヘルパーさん、作業所の職員さんや市役所のワーカーさんなど相談できる人がたくさんいるので恵まれていると思います。これからはコロナを予防しながら楽しみを見つけて生活していきたいと思っています。』

本当に趣味の多彩な吉田さん。コロナの一日も早い終息を願いつつ、これからも一人暮らしを満喫してくださいね。

リレートーク 「地域で生きる」

じょうさい かぶしがいしゃ
城西リコピー株式会社

だいひょうとりしまりやくしゃちょう つちやよしあき
代表取締役社長 土屋義明

どくしゃ みな せんえつ たび う と
読者の皆さま、こんにちは。僭越ながら、この度リレートークのバトンを受け取りました
じょうさい つちやよしあき もう おお しょう しゃしせつ かがた つ あ
城西リコピーの土屋義明と申します。多くの障がい者施設の方々ともお付き合いをさせて
いただいておりますが、いつでもどこでも感じることは、職員さんや作業員さんや利用者
さんが障がいの有る無しに関わらず、目の前の事にいつも一生懸命に向き合っていること
です。そういうすがた はいけん えり ただ おも
姿を拝見するたびに、襟を正す思いであります。

おかげさまでみたか ねざ ねん こじんてき い え う そだ みたか
三鷹に根差して31年、個人的なことを言えば生まれも育ちも三鷹ですから、
まさにこのちいき い ききてまいりました。生きる場所はととても大切です。いえ がっこう しょくば
地域で生きてまいりました。生きる場所はととても大切です。家・学校・職場など
さまざま いき ばしょ じぶん もんだい す た た げんだいしゃかい
様々な生きる場所がありますが、自分だけの問題で済まないことも多々あります。現代社会
にんげんかんけい きはくか すす まわ きょうりよく もんだい の こ
は人間関係の希薄化が進んでいるといわれていますが、周りと協力して問題を乗り越えて
いくことが「地域で生きる」ということではないでしょうか。

ちいき はぐく かんけい ぼうさい やくだ い さいがிரりこく にほん ちいき
地域で育まれる関係は防災にも役立つと言われてしています。災害立国である日本には地域
つな じゅうよう かん あたら せいかつようしき ふ さま あ ちいき つく
の繋がりが重要だと感じます。新しい生活様式を踏まえつつ、支え合える地域を作ってい
くことができたらと思います。

わが社では「たとえちい いっぽ きのう かくじつ まえ すす
小さな一歩でも、昨日より確実に前へと進んでいること」をモットー
としております。みな いっしょ ちいき い あんしん く ちいき いちじよ
皆さまと一緒に地域で生きて、安心して暮らしやすい地域になる一助となれ
ればさいわい
れば幸いです。

ささ あ ちいき い めざ つぎ かつ わた
支え合いながら「地域で生きる」ことを目指して、次の方へバトンをお渡しします。

プロフィール

じょうさい かぶしがいしゃ だいひょうとりしまりやくしゃちょう
城西リコピー株式会社 代表取締役社長。

じ む き き はんばい じ む ようひん ぶんぐ はんばい おこな
事務機器の販売/リース、事務用品/文具の販売を行っております。

しゅみ はくぶつかん いせき みたか いせき
趣味は博物館・遺跡めぐりです。三鷹の遺跡はもちろんのこと、
きゅうじつ で
休日にはあちこちへ出かけています。





はなうた ぽっぷくんの鼻唄



今年の3月のはじめから少しずつコロナウィルスの感染者が出始めて、ぼくたちは自粛生活をしなければならなくなりました。

いつも街にどんどん出ていくことや、できるだけたくさんの人と交流することを、利用者のみんなに呼び掛けているのに、この自粛生活が始まってからは、「なるべく家にいてね」「人とは距離をとろうね」などと、普段とは真逆のことを言わなければならず、なんだかとてももどかしく感じていた。

そんな中でも、今できることをと、例えば利用者に電話して最近の様子を聞いてみたり、利用者宅を訪問し玄関先で距離をとりながら少し話をしたりしていたよ。

すると、利用者の方から電話がかかってきて、「今度いつ会いに来てくれるの?」と言われたり、約束していた時間に訪問すると、「待っている時間に、折り紙を折っていたからあげる」と、かわいい犬の折り紙をもらったり、自粛期間ならではの心のやり取りがあり、温かい気持ちになったよ。

これから、コロナとともに生きていく時代が始まる。自粛ばかりでなく、マスクをつけるなど、ルールを守りながら、少しずつまた外に出かけよう。

8月の納涼祭中止のお知らせ

毎年8月に恒例イベントとして開催しておりました納涼祭ですが、いまだ新型コロナウイルスの感染が拡大している状況です。参加される皆さまの健康と安全を考え、とても残念なことではありますが、今年は中止にさせていただくことに致しました。

毎年楽しみにして下さっていた皆さまには、大変申し訳なく思っております。

一日でも早く、コロナウィルスが終息し、皆さまのたくさんの笑顔にお会いできるのを楽しみにしております。

三鷹市障がい者相談支援センター ぽっぷ

〒181-0013 三鷹市下連雀4-15-18-2階 電話 0422-71-0901 ファックス 0422-26-5141
メール poppu@dream.ocn.ne.jp ホームページ <http://www6.ocn.ne.jp/~poppu/>

障がい者計画相談センター くも

〒181-0013 三鷹市下連雀4-15-23-A102 電話 0422-26-7229 ファックス 0422-26-7229

障害者生活支援センター インみたか ヘルパー派遣部

〒181-0013 三鷹市下連雀4-15-23-A102 電話 0422-71-0902 ファックス 0422-24-6266
メール in-mitaka@iaa.itkeeper.ne.jp ホームページ <http://www6.ocn.ne.jp/~poppu/inmitaka/index.html>

