

ニーズレター

発行日 2020年10月23日
特定非営利活動法人 グループホームネット香川

秋号



もくじ

- 巻頭言 2
- 職員だより 3
- 利用者の声 5
- 事務局だより 8
- 編集後記 8

巻頭言

広い視野で暮らし全体の支援を・・・

副理事長 梶 美幸

団体名称が「グループホームネット香川」となって久しい。この活動に参加するようになったのはなぜか？ グループホームの運営にかかわりたいわけではなかった。というと何だか否定的に聞こえてしまうのだが、「グループホームネット香川」の前身である「香川の精神保健福祉を考える会」に参加したのは、当時の私が、作業所に勤務していて「何か足りない」と常感じていたからである。誰かのためではなく、作業所でいろいろな活動をしていて納得がいけないというか、腑に落ちない自分が気持ち悪くて「何か」を求めているのにすぎない。

今思うとずいぶん元気だったな、と思うのと同時に、何ができたろう？ 何か自分の中で満足できているのだろうか？ 納得は？・・・？、NPO法人となりグループホームの運営に関する問題に追いかかけられ、制度の枠の中でしか物事を考えられなくなってはいないのだろうか。

人はいろいろな活動の場を持っている。学校・職場・趣味・家族・親戚・地域・社会貢献等々、それ以外にもあるだろう。そう考えると、グループホームの運営を担っている我々は、障害者と呼ばれる人の、暮らし全体を支援する広い視野を持っていなければならないのではないかと思う。グループホームの世話人とは、そこにいる人の数だけ多様な関わり方ができなくてはならない。と思う。「これはグループホームの仕事ではない」「自己責任だ」は禁句としたい。法制度が進み、いろいろな専門職の人たちが活躍する現代。その狭間で知らん顔をされている事柄のなんと多いことか。私たちは暮らしをトータルで考え、支援するということを今再び考えて活動したいものだと思う。



職員だより

10年目の変化

事務局員 岩佐 亜紀

事務員の岩佐と申します。主に障害福祉サービス給付費の請求と、経理業務を担当しています。先ほど3回目の長期休職をして、4月から復職しました。そんなこともあって、9月から短時間パートに切り替わり週5日、事務所の営業日にはお昼過ぎまで働いています。

今回の復職に当たって、従前の条件で戻れないことになり、時間や収入の面で生活設計を見直す必要が生じました。時間は自分で使い方を工夫できるところです。休職中を振り返ると、たっぷり時間ができて家事や趣味にゆっくり時間を使えたかという、そうでもありませんでした。仕事を休まなければならない状況は、ほっとする面もあるのですが、するべきことが出来ない不甲斐なさや、収入の見通しが立たない不安などで、今ここでこうして過ごしていて正解なのだという感覚を持ちにくいのです。どこで何をしても、不本意な制約の下でも、「今の自分はこれでいいのだ」と自分で選び取っている感覚が大事なのだと思います。

復職してから、収入は少なくなりましたが、午後の早い時間に帰宅するので3時間ほど自分のための時間が作れるようになりました。考えようによっては、自分がしたいことを選んで時間を使えるという自由を得られたことが、その時間分のお給料に代わる価値のあることかもしれません。畑をしたり、読書をしたり、絵手紙を描いたり、部屋の模様替えをしたり。これまでやりたいけれどやらずに過ぎていたことをやり始めて、勤務時間が減ったことで喪失を感じていた部分が少し満たされるのを感じています。入職当初は、仕事の福祉的側面にもっと共感や、やりがいを持ちたいと背伸びしていました。10年目の変化に思うことは、自分の想定通りではなくても、「今はこれでいい」と思える丁度いい働き方を見つけながら仕事を続けていくことが、私たちの事業が持っている「人に対する考え方」を理解して、実行することに近いのではないかと考えるようになったことです。

復職後は、終業時間がきたら次の日に繰り越して退社するように気を付けています。以前はそれが苦手でした。今は仕事終わりが近づくと、家に帰ってからすることが頭に浮かびます。「今ここで自分はこれをするのだ」という感覚が、職場にあるのではなくて、自分自身に帰属するようになったのかなと思います。他の人には当たり前に見えるかもしれませんが、私にとっての「当たり前のことが当たり前できない」問題がひとつ、解決のきっかけを見つけた気がしています。

利用者からの声

日々を大切に

半熟卵

2006年に大学を卒業してから5年間引きこもり生活をしていました。主治医からは“パソコンを窓から投げ捨てなさい”と言われていました。依存症だったと思うのですが、自分は少しゲームが好きただかと思っていました。ゲームが壊れたらとても不安ですぐ修理に持って行きました。某スーパーでのバイト中も、大学の空き時間もゲームのことばかり考えていました。あの頃は自分を客観的に見られなくなっていました。

発達障害の人は現実感に乏しい、収集癖がある、一人遊び（読書）が好き、単純労働に強くびっくりするくらい飽きない、自分が見えずに服装にこだわらない人もいます。反対に過度に敏感すぎる人もいます。僕自身も発達障害ですが、共感できる部分はたくさんあります。



以前は、実家で母と二人暮らしでした。今現在、母は妹夫婦の家族と実家で一緒に暮らしています。自分が以前引きこもっていた部屋に姪っ子ふたりが暮らす日が来るとは夢にも思いませんでした。母も僕がグループホームで生活を始めてからは、5年以上ひとり暮らしでした。妹夫婦も僕があ部屋2つを使って生活していたら、決して大阪から戻って来ませんでした。母は毎日、孫の顔が見られてとても幸せだと思います。僕も自分が買った家具やフィギュアなどが無駄にならなくて、とても嬉しいです。

自分を変えられるのは自分だけ。他人は変えられない。自分の行動が変わったら、周りの人も自然に変わります。中学から大学卒業まで、早寝早起きの生活から30年間無縁でした。1日が充実すると人は満足して早く寝たくなります。深夜の生活はひげも剃りませんでした。退屈で電気代ばかりかさみます。朝の4時5時までベッドの中に入っても眠れなかったので、音楽のCDを聴いていました。



自分から行動すれば援助してくれる専門家は確実にいます。どんなに障がい者の援助をしたいと熱意のある人も、自分から行動しない人にはまだ時期ではないと判断します。不器用でも失敗ばかりでも自分から行動してみませんか？ 失敗ばかりでも寝たら忘れるし、疲れたらご飯は美味しいです。損なことは何一つありません。言葉（考え）で自分（考えること、頭の中の思考）を変えることは出来ません。行動すればいつの間にか変わっています深夜にあれこれひとりで悩むよりも、早く寝るとよい考えが浮かびます。頭の中（記憶）が整理されていることに気づきます。

1日4、5時間の睡眠時間の人がいたらもう少し増やしてみませんか。ひとりで自分のことを見てくれる人がいればそれで充分頑張る元気が出ます。自分は一番身近な他人でもあります。自分の気持ちをなかつたことにしないで、無視せず気づいてあげたいと思います。

深夜2時から3時は、自分の魂が彼岸のあちらの世界に入り、大切な人と会っていると言う考えもあります。一日一生という言葉もあります。一日一日を大切に生きていける人に、いつかになりたいです。

グループホームで生活をしてみて、このことを日々感じています。



ウーバーイーツをやってみた

EXZ

皆さん、今年は特に暑い季節の中どうお過ごしでしょうか。私も今年の暑さには参るばかりです。暑いだけならば毎年のように感じますが、今年は新型コロナの影響が大きく場所によっては、普段通り慣れたお店が休業してしまったり残念な気持ちです。

実は、家から数分の距離にうどん屋があるのですが、ここに住み始めてから今でもずっと通っているお気に入りのうどん屋です。

昔からうどんが大好きでうどん屋に行く度にぶっかけの冷たいのを頼み、かき揚げも一緒に食べるのが今や日常的な感じですが、今は新型コロナの影響で、極力人との接触を避けるために、前ほど気軽に行けないもどかしさでいっぱいです。

さて、本題なのですが皆さんは「ウーバーイーツと言うのをご存知でしょうか。例えば、「あのお店のパスタが食べたいけど家から出られない…」そんな時ウーバーイーツのアプリからお店に注文すれば、お店から「リクエスト」という名目でドライバー（配達員）のスマホにリクエストが届きます。それを受け付けたらまず指定のお店まで行って、配達商品を預かって注文したお客様まで届けるというものです。誰でも利用ができてお店の料理を自宅で食べれるので便利なものだと私は思います。

そんな私はウーバーイーツに興味を持ち注文する側…ではなく、ドライバー側として最近利用を初めています。先ほども言いましたが、リクエストを受けお店まで取りに行きお客様の自宅まで届け、それが終われば次のリクエストが来るまで待機と言う流れです。こうして書くだけならだれでもできそうな感じもするし、実際私もすぐに始めることができたので、興味がある人は一回やってみてもいいかもしれません。ただし、配達するのであれば配達バッグは必須です。持ってなければお店側から商品を任せてもらえなかったり、落として料理が台無しになるおそれも十分にあるからです。

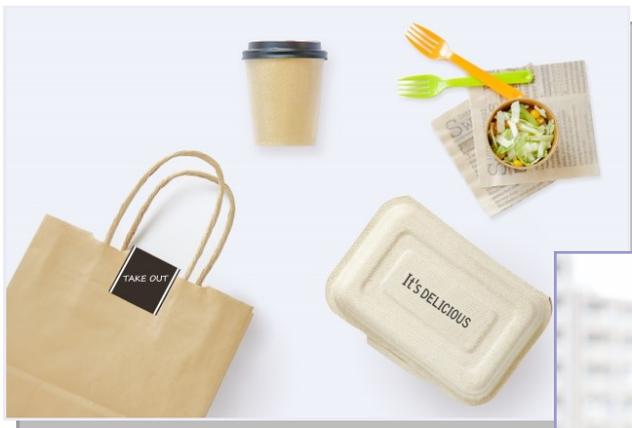


ウーバーイーツを利用してよかったところは、1日に～件しなければとか～時間以上しないといけないというものがないところです。空いた時間に配達し「今日はこれ以上しんどいなー…」と思えば一回配達したらその日は終了してもいいし、今日は時間がないという日であれば、一日配達しなくても問題はなく、手軽にいつでもできるというところだと思います。

配達内容は様々で、一品からの注文が可能で私が経験した中ではドリンク一杯からピザ、牛丼、マクドナルドと様々な種類があります。

お店によっては配達ドライバーが勝手に蓋を開ければわかるように、防護シールみたいなのを貼っているところもあります。当然と言えば当然ですが、勝手に中身を開けたりつまみ食いなどすれば窃盗罪になるし、過去にもそういった事例もあるらしいです。もちろん私はしていませんが…。

とは言うものの配達中は背中から料理のいい匂いもしてくるので、配達が終わればついつい近くのお店で外食をしてしまうことも多くなりました。ウーバーイーツの仕事して、いろんなお店に行ける機会も増えたので、暇があればぜひ行ってみたいところもできました。新しい発見的な感じでこれがまた楽しい。



事務局だより

事務局 増田 周作

2020年9月18日（金）に、ホームワーカー研修として、三光病院の医師の三宅進先生を講師にお招きし「てんかんに関する医学的な基礎知識と支援する際の留意点について学ぶ」という内容で、ご講義をしていただきました。

三宅先生は、香川県立中央病院で小児科部長を務められ、小児てんかんの臨床医師として長年携わっていられています。その臨床経験をもとに、てんかんについて医学的な話を当法人のホームワーカーにもわかりやすく、丁寧にお話していただきました。

てんかんの症状として、発作とよく一言でいわれることもありますが、発作1つをとってもたくさんの種類があり、発作の出方によってその後の医療的な処置も変わってくるので、発作の種類はわからなくてもどんな状態なのかを細かく、主治医に説明できるようにしておくことの重要性について、ご教示していただきました。

昔から言われているようなてんかんの発作に関する迷信的なお話、間違った対応などについても、ユーモアを交えてお話をしていただきました。

当法人にとってたいへん意義深い研修となりました。この場をお借りして、派遣していただいた、三光病院、三宅先生には改めてお礼を申し上げたいと思います。

編集後記

朝夕しのぎ安い気候になってきました。今朝、庭に出てみるとレモンの木に花が二つ咲いているを見つけました。薄いピンク色の小さな花です。何で今頃？これは今年のあの暑さのせいなのかと、季節外れの花に愛おしさを感じました。

私たちも新型コロナウイルスの影響でいろいろな変化を体験しました。その中の一つにリモート会議があります。「グループホームネット香川」では、定例の会議をリモートで行っています。これからも何かにつけて、いち早く対応のできる姿勢の必要性を感じています。

（天満）

（発行）特定非営利活動法人 グループホームネット香川

連絡先： 香川県高松市成合町559番地15

TEL：087-885-5270 FAX：087-887-5955