

ニーズレター

発行日 2022年4月22日

特定非営利活動法人 グループホームネット香川

春号



綾川町西分地区（堀池のしだれ桜）

もくじ

○ 巻頭言	2
○ 利用者（親族）からの声	3
○ 地域の事業所から	5
○ 事務局だより	6
○ 編集後記	6

巻 頭 言

私、ここに居るよー！

副理事長 梶 美 幸

私、ここに居るよー！

もうちょっとでこの声が聞こえそうです。（正しくは声が聞こえるわけではありません）

年に2回（2シーズン）「今年も会えた！」と元気になります。これは今まで誰にも話したことは無いのですが・・・。

職業柄、県内を行ったり来たり、もしかしたら車で移動している時間の方が長いかもしれない日もあります。「車が多くていやだな・・・」とか「まーた信号だ・・・」と感じた時に、山に目を向けるのです。すると「私、ここに居るよー！」とこちらに向けて訴えてくるのです。夏や冬にはその存在すら感じられず、夏は木がもりもりだ、冬は簾になっちゃった位なのですが、春になるとぽつんと薄ピンクの山桜が、秋には黄金色の銀杏が、何かを訴えているように感じます。私は「おお！そこに居ったんやな！」と心でつぶやき、今年も会えた！と嬉しくなるのです。

実のところ山中に入れば、それぞれの植物が四季折々の美味しいものをプレゼントしてくれたり、目を楽しませてくれています。

人の社会も似たようなものを感じています。常に目立って主張をすることが出来る人も居れば、誰かの陰で目立たない人もいます。人間もそれぞれに個性があり、みんなが同じ方を向いていることはありません。人間は移動もできます。コロナ禍にあり、かなり自由は奪われていますが、それでも工夫をすれば活動はできます。

人と会うのが苦手だったり、しんどくて誰とも会いたくない。そんな時もあるでしょう。不安になり、自問自答を繰り返すこともあるでしょう。そして行き詰まり、堂々巡りを繰り返すこともあります。一人で考えていると狭い世界に入っていくのかもしれない。そうするとますます悪循環です。自分の頭の中という狭い世界から、その不安、苦しい思いを出してみたいかがでしょう。頭の中だけでは自分を見ることはできません。言葉に出してみることで、きっと世界は広がることでしょう。

山桜や銀杏も何年も同じところにぽつんと立っていますが、年に一回、何かを訴えているような気がします。



利用者(親族)からの声

大人になった君へ

ペンネーム のんちゃん

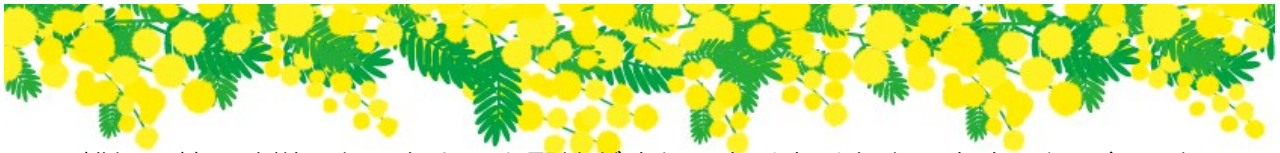
息子は広汎性発達障害です。周囲が就職活動でやっきになっているときに学校に行けなくなり引きこもり状態になったのが大学3年の頃です。勿論、昼夜逆転で私を避けるようになりコミュニケーションも全くありませんでした。伝えたい事は紙に書いてリビングのテーブルの上に置きました。読んではいましたがそれに対しての返事はありませんでした。学校のカウンセラー、病院の先生、支援センターの人達のサポートを受けながら結局卒業するまでに時間がかかりました。

無収入だったのでコンビニ、ゲームセンター、スーパーなどいろんな所でバイトをしましたがどこも長続きはしませんでした。与えられた仕事が言われた通りに出来ない、作業が遅い、コミュニケーションが取れない等です。その状態が長く続くとパラスイト息子がこの状態で成長したら親亡き後は身内、兄弟に膨大な迷惑が押しかって来るのが現実です。最低限自分で食べて行けるだけの力を付ける事、他人に対して迷惑をかけない事、その他いろんな想いはありますが特にこの2点だけにはこだわりがありました。

私と一緒にだと色々なことが目に入って来るので本人の為だと思い、つつい手を出しすぎて、いつまでたっても自立出来ない今の状況が決して良いとは思っていませんでした。その時すでに息子は30代後半、私は60才後半でした。いろんな思いで悩んだり苦しんだりしている時にグループホームの事を教えて頂きました。このままの状態が続くと自立どころか親子共々ダメになり、大げさに言うといつの日か悲劇が起こるかも知れない。もう他人様に介入して頂く方法しか無いのです。

支援センターの人達、カウンセラー、かかりつけの先生、息子、私を交えての話し合いをして最終的にどこの場所のグループホームに入居するかは本人自身で決めました。特に支援センターの人にはお世話になり、今でもその方の名前ははっきりと覚えています。私はもう絶対に口出しはしない事、担当者にお任せしようと思決心しました。それが最も良い方法だと確信したからです。

(次ページに続く)



離れて暮らす様になると私の心配性がまた、むくむくと出て来ました。毎日キッチンと御飯は食べているか、遅刻しないで仕事に行っているか、他の人に迷惑をかけてないか、洗濯は？ゴミ出しは？いろいろ考えるとキリがありません。家ではほとんどしてなかったからです。入居して約 1 年位はこの心配性が続きました。思い余ってホームワーカーさんに電話すると「お母さん大丈夫ですよ。本人が自分で工夫し、戸惑いながらも初めてのことに挑戦しているようです」との返事。聞くとホッとひと安心するがまた 1 ヶ月位すると同じ様な心配をする様になり、今想うと恥ずかしい気持ちです。

息子も入居して約 6 年が経ちますが、今では自立して生活しています。細かい事を言うとキリがありませんが最初、目標にしていた「自分で生きて行ける力を身につける事」これには色々な人達のサポートを受けながらなんとかやっている様です。今は息子にとっても私にとっても離れて暮らして本当に良かったと思っています。ホームワーカーさんには多方面にわたりお世話になりますが、今後共引き続きよろしくお願いします。

母は離れていても遠くから君の事を見守っているからネ。

母へ

先日、久しぶりに実家に帰った時にあなたの年老いた姿に驚き衝撃を受け、この時「もう母親には頼れないんだな」と思いました。

グループホームで生活してみて、「床に毎日、埃がたまる」「食べ物を買わなければいけない」「トイレトペーパーや洗剤がなくなっても、買いに行く必要がある」と、実家では親がしてくれて当たり前だと思って過ごしていた多くのことが、けして「当たり前」ではなかったのだと気づきました。人が一人生きていくには、こんなにお金がかかるのですね。

入居前はあまり身なりに気をつけていませんでしたが、グループホームでは人（ほかの入居者やホームワーカーなど）に会う為、毎朝ひげを剃るようになりました。それで、「ひげって一日でこんなに伸びるのだなあ」と気づきもしました。

ところで、ずっと気になっていましたが、飼い犬が亡くなりましたね。お墓は建てましたか？また犬を飼ってはどうか？それとも、まだ新しい子を飼う気持ちにはなりませんか？

もし飼うようであれば、時々新しい犬を見に実家に寄りたいと思います。亡くなった犬のこともずっと覚えていてあげてくださいね。

これからもお元気でお過ごしください。

息子より

グループホームで暮らすということ ～相談支援の立場から～

障害者地域生活支援センターほっと
管理者・相談支援専門員 遠藤 啓

日頃から「NPO法人グループホームネット香川」のみなさまには大変お世話になっております。

障害者地域生活支援センターほっと（以下、ほっと）の遠藤と申します。こちらの「ニーズレター」については、入居されている方々のリアルな声や事業所の取り組みを知る貴重な機会であり、読み応えもあるため、長い読者歴と相まって、今回の原稿依頼を受けた際、一番に「うわっ、気の利いたペンネームを考えるハードルが高いな」と。ただ、それでは誰だかわかりませんので、まずは事業所紹介から始めたいと思います。

ほっとは、高松市川島東町にある計画相談の事業所です。計画相談は入居者のみなさまも利用されていると思いますが、どんな生活がしたいか希望をお聞きし、グループホームをはじめ、就労支援などの利用と一緒に考えていくところです。

また、相談業務としては精神障害の方の相談は県内の広域を対象とし、それ以外の障害の方の相談は高松市内の南東部エリア（川島・十川・塩江など）にお住まいの方を中心におこなっています。いつ来ても、いつ帰っても良いサロンの地域活動支援センターも実施しています。

次に、「こんなグループホームがあったらいいな」というお題をいただいて、ほっと内の相談員から集めた意見です。

- A: 週末にも時々、ホームワーカーさんがいるホームがあればいいなあ。
- B: 高松東エリアの長尾線沿線？から三木町あたりまで広く選択肢があると大きくこれまでの生活を変えずグループホームに移行しやすいかもしれない。
- C: これまで長く一緒に生活を共にしたペットと一緒に入居できると助かる。
- D: 入居の方とこれから入居を検討する、もしくはグループホームに興味のある外部の人（支援者も含む）との交流の機会になるイベントや場所があったりするとありがたい。

※あくまで各相談員個人の意見です。

以上のように「おい、おい、」というようなことも好き勝手に言いますが、利用者からの相談を受ける中で、相談員が必要と感じた意見です。ぜひ今後のご参考にいただければと思います。

今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



事務局だより

2022年度の年会費の振込をお願いします。

新規入会も随時受付しています。入会ご希望の方は事務局までご連絡下さい。

- ご入会いただいた方には、機関誌「ニーズレター」（季刊）をお送りし、またホームページの会員ページへログインできるようにご案内いたします。
- 正会員の方には総会での議決権がございます。総会開催の2週間前までに郵送にてご案内をお送りいたします。

正会員 3,000円 賛助会員 2,000円

【百十四銀行】 中央市場支店 店番 213
普通預金 0252017
特定非営利活動法人 グループホームネット香川
【郵便局】 01670-4-5576
特定非営利活動法人 グループホームネット香川

■ 2022年度の総会開催日時のお知らせ

2022年度は、**6月15日（水）**に開催を予定しています。現在、香川県では連日400人前後の新型コロナウイルスの感染者が報告されており、法人としてはできる限り対面での総会を望んでおりますが、状況により昨年までと同様にリモート開催になる場合があります。

会員の皆様には改めてご案内をさせていただきます。

編集後記

皆さんの頭の中に苦手な方はいますか？

私はずっと何年間も苦手、苦手とするある人の顔が頭から離れず、何かにつけてその人を避けていました。何があったからかと聞かれても、具体的なことは何一つ言えず只々苦手としていました。

この間、どうしても連絡をしなければならないことがあり、不安な気持ちを押さえて電話をしてみました。そしたら、優しい声と言葉で「なに？ ああごめん」という言葉が返ってきました。それからの話しも優しい口調に聞こえました。あれほど緊張していた気持ちがいっきに溶けてしまい、今まで常に思っていた「苦手」が、自分の勝手な思い込みであったことに気がつきました。

この人って本当は優しい人なんだ。この日の電話1本で、自分で自分を苦しめていたんだなと気がつきました。このような体験をしたのは私だけでしょうか。私はこの日を境に気持ちが楽になりました。（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