とびうめ

No. 2

目 CONTENTS 次

Support ―― 2
特集 ストレスケアに役立つ「感情処理法」― 3
事業所取り組み紹介 ―― 4
研修報告 ―― 6
新加盟施設紹介 ―― 6

【事業所取り組み紹介】

光の子学園、joy ひこばえ、
りんどう学園、まどか園

Vol.2

Support

このコーナーでは、施設職員として知っておくべきことを、権利擁護・研修部会から発信していきます。

～研修参加者の声より～

今年度、当協会では全6回からなる「権利擁護に関する実践力向上研修」を開催し、59名の支援員が参加し、共に学びを深めています。

研修会は、「①権利擁護についての歴史や法的視点を学ぶ」「②障がい特性を踏まえた支援の在り方を学ぶ」「③個人として、チームとして支援するスキルを習得する」「④感情処理、チーム作り、苦情解決、支援者としての在り方を考える」を目標としています。各回の講義に合わせ、参加者はグループワークを行いながら、講義内容の理解を深めています。

今回は、受講者アンケートやグループワークで意見交換されている内容から一部を抜粋して紹介します。

第1回：権利擁護（職員倫理綱領）について（講師：権利擁護・研修部会、不二法律事務所 市丸健太郎弁護士）

- 虐待の芽は多く存在していると思う。
- 「グレーゾーン」という発想そのものが許されるのか。
- 倫理綱領を毎朝読み合わせし、意識向上を図っている。
- 日常の支援を一度根本から見直してみたい。
- 「昔はこうだった」が通用しないことを学んだ。

第2回：発達障がいの人と関わる工夫（講師：福岡教育大学 倉光晃子准教授）

- 障がい特性を理解し、本人を取り巻く「環境」を見直したい。
- 「ABC分析」を学べて良かった。
- 支援（想いや技術）の統一が大切と感じた。
- 支援ツールを活用した後のチェック、アクション（PDCAサイクル）が不十分であることに気付いた。
- DSM－5やウィングの4タイプ論を深く知りたい。
- 「自立」の意味を捉え違えていた。

第3回：障がい（児）特性の理解について・支援の実際について（講師：小池学園、北方ひまわり学園、おおほり苑）

- 幼少期はとても大切な時期と感じた。
- SSTの前に、ある程度の学力が必要であることがわかった。
- ポーテージプログラムやライフスキルチェック、トークンエコノミーシステムを取り入れた支援を考えたい。
- 施設として当たり前に行っていることに疑問を持てる「環境づくり」に取り組みたい。
- （先輩職員にレクチャーを受けても）自分なりの支援、関係づくりが出来るまでは失敗することもあると聞いて安心した。
- 「ケース会議」の在り方を再考したい。

第4回：支援を通じたチーム作りについて・地域移行支援について（講師：障がい者地域生活・行動支援センターか～む、出会いの場ポレポレ）

- 行動問題へのアプローチは行動問題の軽減ではなく、QOLの向上が最終目標。
- スーパーバイザーの役割やスーパービジョンと事例検討の違いについて知ることができた。
- 場当たり的な支援を減らしていきたい。
- チーム支援をするうえで、人との関わり、繋がりの必要性を実感した。
- これまでの支援が、利用者に制限を加えていたことに気付けた。
- 安心安全だけに捉われず、外に出て人と関わることで生まれるメリット、デメリットについて考えさせられた。
- グループホームが生活の場の通過点として提供されている部分が新鮮だった。
- 地域と交流する手段を色々と考えていきたい。
- 「地域で暮らす」ことが「障がい者」というカテゴリーを無くすことに繋がると感じた。

このように、会員施設の力もお借りすることで、様々な学びと気付きがある研修会が展開できています。参加者は悩みや課題を話し合い、ご自身の事業所で取り組めることを実践されている様子です。障がいのある当事者が、「当たり前の生活を送る」ために何をすべきか、引き続き学びを深めていきたいと考えています。

今後も、ご協力よろしくお願いいたします。

※第5回は1月22日、第6回は2月19日に開催されました。

（権利擁護・研修部会）

今月の表紙

事業所取り組み紹介で取り上げた4施設・事業所の写真を掲載しています。
詳細は4～5ページを参照ください。
（写真左上から時計回りに
りんどう学園、光の子学園、joy ひこばえ、まどか園）

特集 ストレスケアに役立つ「感情処理法」

私たちは日々様々なストレスに晒されています。例えば、冬は寒さにキュッと身を縮めることも多くなります。そうすると体にも力が入り、気候のよい季節に比べ肩こりや腰痛等が酷くなるかもしれません。身体が痛むと辛くストレスですね。もちろん「寒い」こと自体が私たち人間にはストレスです。寒いことは体も心も喜びません。「寒い」に対してわく気持ちは嫌やキライという感情があてはまるのではないでしょうか。

私たち人間の気持ち（感情）は、刺激（寒い）を感じると勝手にわくようにできています。食事をして時間が経つとお腹が空いてくるように自然とわくようになっているのです。その自然とわいてくるものに対して、私たちは「冬は寒いんだから嫌がったって仕方ない」、「昔に比べれば今は恵まれている」等と理屈をつけて、「嫌」「キライ」という感情を無視したり、自分が思うことを間違っていると否定したりしています。

しかし、感情は日常の様々なことに対してわいてくるのです。カウンセリングを受けにくるクライアントさん（相談者）の中には、時々私に文句を言われる方もいらっしゃいます。心の問題を抱えてカウンセリングに来られているので頭では仕方がないとわかっていますが、やはり刺激（文句を言われる。結構強い口調で）に対して「怖い」

怖い

「ショック」等の気持ちがわいてくるのです。その時は「怖い、怖い」と心の中で気持ちを理解し、カウンセリングが終わった後、「怖かったー」「ショックだなー」としみじみ気持ちや思いを認めて深呼吸をして気持ちを体の外へ吐き出します。

怒り

このように、わいてくる自分の気持ちを認め理解し、深い呼吸と共に「気持ち」を体や頭の中から出していく手法を感情処理といいます。ストレスの多くは、自然にわきあがってくる感情を抑えることによって生じるので、普段から感情処理をしているとストレスケアができ、普段が今より気楽に過ごせるようになります。また、うつ病等のメンタル不調、神経性胃炎等の心身症の予防にも役立ち、私たちメンタルサポート研究所グループのカウンセラーはこの方法を使ってカウンセリングをしています。

皆さんもぜひ日常でわいてくるちょっとした気持ちや思いも大切にとらえ、「あー私はこんな気持ちなんだな」と「ふーっ」と息を吐いて、体の力を抜いて気持ちを出してあげてくださいね。

㈱メンタルサポート研究所
心理カウンセラー　小松　千恵

悲しみ

社会福祉法人 日本厚生学園

児童発達支援センター　りんどう学園

〒837-0922　大牟田市今山755番地
TEL 0944-53-8204　FAX 0944-41-1110
HP http://www.rindou-kids.com/

りんどう学園は、知的障がい児通園施設（30名）として昭和41年5月に設立され、現在は児童発達支援センターとして、児童発達支援、放課後等デイサービス、指定障がい児相談支援、保育所等訪問支援等の諸事業を行っています。

地域・ボランティアの方々にご協力いただき、恒例行事の夕涼み会、餅つき、どんど焼き等を、毎年盛大に実施しています。また、保育の場でも、子どもと大人が肯定的なコミュニケーション（ほめる）で信頼関係をつくるペアレント・トレーニング（保護者向け）、ティーチャーズトレーニング（支援者向け）を実践しています。

これからも、子どもたちのできることに注目し、ほめて支援していきたいと思います。

社会福祉法人 穂波学園

児童発達支援センター　まどか園

〒820-0051　飯塚市庄司1143-5
TEL 0948-22-3022　FAX 0948-24-0142
HP http://honamigakuen.com/madoka01.html

障がいを持たれた就学前の子ども達の専門的療育を行う場所が当時無かった為、飯塚市に相談して市内の老人ホームの跡地に昭和52年４月に「児童通園施設まどか園」を設立、昭和53年11月法人の敷地内に新設・移転し現在に至っています。設立当時より現在まで一貫して、子ども達が自分で出来る事を少しでも増やせるように基本的生活習慣の確立や社会に適応する能力等を高める為、「将来の自立」に向けて様々な取組を行っています。

園の周りには広大な自然がたくさんあり、四季折々を肌で感じとる事が出来ます。保育室や廊下等に可愛らしいディズニーの壁紙が貼られた園内に、大好きな手遊びやペープサートを歌う子ども達の可愛らしい声が響き渡り、明るく楽しい雰囲気の中で多くの豊かな体験や色々な知識を身に付けて頂いています。一人ひとりが力を発揮出来るようなカリキュラムや公文学習・公文カード等も取り入れ、子ども達が楽しめる日課を提供する事で、毎日元気に喜んで登園されています。地域の保育園との交流保育も28年間、現在も続いています。

行事等も多く取り入れ保護者様が園に来て頂く機会をつくり、子ども達の成長を実感して頂き、御家族と共に子どもの育つ姿を喜びあう心の繋がりを大切にしたセンターでありたいと日々支援に努めています。

事業所取り組み紹介

～あんなことこんなこと～

社会福祉法人 光の子会

児童発達支援センター　光の子学園

〒801-0872　北九州市門司区谷町1-8-8
TEL 093-332-0515　FAX 093-332-4799
HP http://www.hikarinoko-kai.or.jp/hikarinoko-gakuen/

社会福祉法人光の子会光の子学園は、昭和48年に定員30名の幼児の通所支援施設として設立されました。現在は主に北九州市東部に在住のお子さん36名が利用しています。幼児の生活の中心は遊びであり、遊びの中でいろいろなスキルを獲得していきます。学園では子どもたちが楽しめる雰囲気や遊びを大切にしながら、発達支援を行っています。

その他、保育所等訪問支援、障害児相談支援、保護者支援の一つとして日中一時支援事業、卒園後のフォローとして放課後等ディサービス事業を行い、様々な形で子どもたちや保護者に寄り添っています。

また、北九州市おもちゃライブラリーの門司分館も設置し、おもちゃの貸し出しを行っています。

社会福祉法人 JOY明日への息吹

子ども発達支援施設　joy ひこばえ

〒812-0026　福岡市博多区上川端町6-10
TEL 092-271-1588　FAX 092-271-1587
HP http://www.joy-hikobae.jp

joyひこばえ（定員30名）は平成17年に、法人理念である生命の尊厳・社会生活の支援・子どもの発達支援・共生社会の実現をもとに、知的障害児通園施設として、開設しました。現在は児童発達支援センターとして、児童発達支援・家族支援・地域支援をはじめとして、日中一時支援事業、相談支援事業、保育所等訪問支援事業を行っています。本人支援では、日常生活や社会生活を円滑に営める（自立・自律）ための「生きる力」を育むことを目的としています。そして、年齢混合クラスで自己肯定感や自尊心の基礎を確立するために、笑顔と愛情あふれる職員が、肯定的なことばかけを行い、一人ひとりの発達に沿った支援をしています。

Report

研修報告

ハロウィンパーティー2018を開催しました！

平成30年 10月24日(水)

平成30年10月24日(水)飯塚市ののがみプレジデントホテルで27施設528名の参加を得て、ハロウィンパーティー2018を盛大に開催しました。毎回、演奏を快く引き受けてくださるモリカズBANDさんによる流行の曲や馴染みの曲の生演奏に、参加者は自然と体が動き出し軽快に踊っていました。また、毎年恒例となった仮装コンテストでは、年々バージョンアップされる個性あふれた仮装に、会場は笑いに包まれました。途中には美味しい料理を食べながら抽選会も行われ、大いに盛り上がり、他施設の方と一緒に踊ることで気持ちが通じ交流を深め、会場が一体となったイベントとなりました。

新・加・盟・施・設・紹・介

（平成30年７月～平成31年３月に加盟した施設）

社会福祉法人 起生会 サンドリームつやざき

私ども起生会は平成15年に認可を受け設立いたしました。

福津市に本部を置き、福津市・宗像市において8事業所を運営しております。

「社会的な弱者の人権を尊重すると共に生命財産を守り、心と身体の機能を維持しながら生涯地域生活を目指す」を法人理念に掲げ、地域に根付いた福祉を展開しております。現在、通所・共同生活を併せて100名を超える利用者様にご利用頂いております。これからも、常に利用者様に軸足を置いた質の高い支援の提供を目指しています。

▲サンドリームつやざき(福津市)

【知障協ホームページ】
http://www.fukuoka-chiteki.jp

▶知障協では、ホームページによる情報提供を行っています。随時更新を行い、より良いサイトにしていきますので、何かお気づきの点などがございましたら、事務局までご連絡ください。

とびうめ発行 福岡県知的障がい者福祉協会 会長：木髙 徳典 春日市原町3-1-7 福岡県社会福祉協議会内 TEL092-584-3377