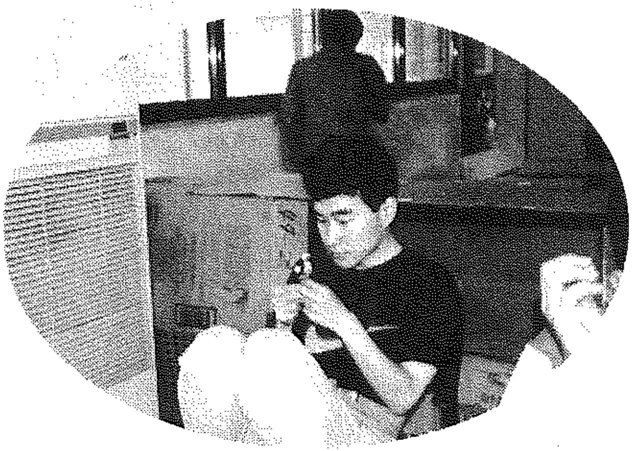
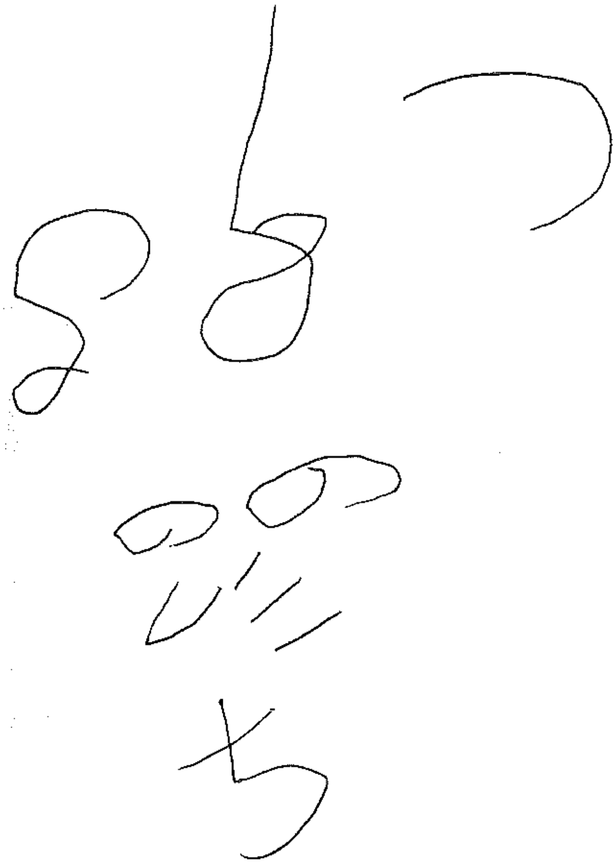
# 働こう障害者も 働けるんだオレたちも
# こぶしだより

2001年4月25日発行
発　行
社会福祉法人 こぶしの会
発行責任者
藤 田 勝 春
編集責任者
田 澤 幸 子



「ぼくのなまえ」 こぶし 野口雅史


❶特集　平成13年度社会福祉法人こぶしの会事業計画 ……………………… 1～2ページ
❷寄稿　障害者が成人してからの健康管理 ……………………… 3～4ページ
❸仲間・新人紹介……………………… 5～6ページ
❹こぶし作業所仲間自治会活動…………… 7ページ
❺おむすび（保護者リレートーク） ……… 8ページ



社会福祉法人 こぶしの会

●法人事務局　こぶし作業所　〒321-0902 栃木県宇都宮市柳田町1401　TEL 028（662）1911　FAX 028（662）1912

●けやき作業所　●デイサービスセンター　〒321-3304 栃木県芳賀郡芳賀町祖母井2244　TEL 028（687）1040　FAX 028（677）5789

●第2けやき作業所　〒321-3303 栃木県芳賀郡芳賀町稲毛田1532　TEL 028（677）0495　FAX 028（687）4818

●グループホーム　こぶしのときわ荘　〒321-0954 栃木県宇都宮市元今泉6－14－20　TEL 028（662）5533

●グループホーム　すずらんの家　〒321-3304 栃木県芳賀郡芳賀町祖母井2305－2　TEL 028（677）4430

# 平成一三年度事業計画

## 社会福祉法人 こぶしの会

## 基本方針

平成一二年六月七日、改正社会福祉法が制定され、社会福祉事業経営者の苦情解決の責務の明確化、第三者が加わった施設内における苦情解決の仕組み及び地域福祉権利擁護制度の導入、事業者によるサービスの質の自己評価とサービス内容に関する情報の提供、財務諸表等の開示の義務付けなど、利用者主体の社会福祉サービスを実現するための制度が次々に創設されています。

そして、これらをベースにして、いよいよ平成一五年四月一日をもって現行の措置制度から、福祉サービスを契約によって利用する制度への移行が行われることになります。

本法人は、設立以来、成人期障害者の立場に立った支援を目指してきましたが、このような段階を迎えて、あらためてこれまでの取り組みの到達水準が問われています。

これらの状況を踏まえて、本年度は、法人及びこぶし・けやき両作業所の組織運営管理を充実し、成人期障害者の地域生活自立のための社会就労センターの機能・役割を実践的に明らかにしていくことに努力します。

また、取り組みに当たっては、利用者自治会、保護者会、後援会、労働組合などの、法人・施設にとって最も基本的な組織との共同活動を基本に据え、さらに他の障害者団体、地域組織、ボランティア等の市民団体との連携を強化していきます。

## 重点課題と具体的事業

**一、社会福祉法人こぶしの会第二次長期整備計画の策定**

平成一五年度の利用制度開始に向けて、法人及び施設運営について抜本的に見直し、基本理念、支援の基本原則、役割、組織、財政、施設機能等の検討を行い、長期整備計画（第二次）を策定します。

**二、支援の質を高め、利用者の権利擁護を実現する法人、施設運営の追求**

① 利用者等からの苦情を適切に解決するために、解決の体制整備を図り、第三者委員を設置します。

② サービスの自己評価を行い、必要な改善を行います。

③ 必要な情報開示に対応できるように、業務の記録化を改善します。

**三、セルプ・みらい（知的障害者通所授産施設）の建設**

平成一四年四月一日開所を目指して真岡市に開設します。

**四、社会就労センターの役割の強化と一般就労支援**

高い給与を目指す社会就労センター、及び重度の障害者の労働保障の場としてのセンターの両側面を追求するとともに、一般就労への取り組みを強化します。

**五、地域生活自立支援方策の検討と事業の展開**

① 生活施設建設委員会を開催し、今後の方向について検討します。

② 成人期障害者の生活のあり方について検討し、緊急時の対応を含む生活支援の具体化に取り組みます。

③ 知的障害者生活支援事業（こぶし作業所）、精神障害者地域生活支援事業（けやき作業所）に取り組み、在宅で生活する障害者の生活を支援します。

**六、利用者自治会活動の支援及び保護者会、後援会活動との連携強化**

① 利用者の自治会活動を支援し、当事者の権利を獲得し、擁護するための援助を行います。

② 保護者会、後援会との連携を強化し、通所者や家族、地域住民の声を法人運営に反映するとともに、法人の目的実現を図ります。

**七、地域に根ざした活動の推進**

① 両施設が設置されている宇都宮市及び芳賀町、さらに真岡市、並びに周辺地域の障害者や家族の要求実現のために、関係機関・団体・関係者と連携して活動を推進します。

② 地域社会との日常的な交流を行い、福祉教育、ボランティア活動の組織化に取り組みます。

**八、専門職員集団の養成**

職員教育プログラムを策定し、実施します。

**九、授産施設会計基準の検討**

## こぶし作業所計画

1 定員を三十名から三五名に増員します。

2 職員を増員し、障害の重い通所者への援助を充実します。

3 利用者、家族との個別面談を充実し、相互の納得のうえでの支援計画の作成・実践に努めます。

4 利用者の給与のアップと労働環境の改善を目指します。

5 つくしの里を利用して、自立生活のトレーニング、宿泊体験学習、緊急一時対応を行います。

6 健康問題を含めた生活全体の支援に取り組みます。

## けやき作業所計画

1 就労支援・生活支援職員を加配するなど、事業の多様化に対応できる専門家集団体制づくりに取り組みます。

2 個人別支援検討会議などへの本人、家族参加の検討と関係機関の参加促進等、本人の要求に根ざした事業を推進する取り組みをします。

3 新規事業を検討します。

① セルプ・みらい開所の準備協力

② 生活支援コーディネーターの設置

③ 障害者居宅介護支援事業の検討

④ 新規グループホームの設置と重度障害者の生活の場づくりの検討

⑤ 就労支援センター事業の検討

4 関係者・地域住民との連携を強化します。

① 地域組織担当者の配置と地域人脈地図の作成

② 芳賀郡域けやき作業所等実践報告会の開催

こぶし作業所では、昨年度、高柳慎八郎先生（とちぎリハビリテーションセンター所長）にボランティアとしてご指導いただくことができました。肢体に障害のある仲間とそのご家族、職員が一緒になって二次障害を防ぐための助言をいただき、日常的な援助の手だてをつくってきました。今回は、その共通的な内容について書いていただきました。

# 障害者が成人してからの健康管理
# 「特に運動の意義と大切さについて」

高柳　慎八郎

ここでは主として脳性マヒなどの中枢神経疾患による運動機能障害を中心にして述べます。

人間の体の構造は、動くことを基本条件として造られているので、動けなくなったり、あるいは動かなくなったりすると、二次的な障害が体のあちこちに現れて来ます。この二次的な障害は更に運動機能を低下させるように作用するので、悪循環が生じることになります。この悪循環をいかに切るかが、二次的な障害を防ぐことになります。これらの問題について一緒に考えましょう。

## 1　関節の拘縮（こうしゅく）

私達の関節は、皆さんも知っているように一定の動く範囲（いわゆる関節可動域）をもっています。膝関節を例に取りますと、膝をまっすぐに伸ばした角度を0度とした場合、130度前後まで曲げることが出来ますが、それ以上は曲げられません。同様なことは肘関節についても言えます。筋肉や関節を形づくっている靱帯（骨格の各部分をつなぎ、関節の運動をなめらかにしたり、また制限したりする弾力のある繊維性のすじ）などが固くなったり、縮んだりすると関節の動きが制限されてきます。このような状態を、関節の拘縮と言います。

脳性マヒなどの中枢神経（神経の中枢にあたる器官）の病気の場合には、筋肉は固く収縮しようとし、伸びが悪くなっていますので、普通の人よりも拘縮が発生し易くなっています。拘縮は全身のどんな関節にも生じますが、とくに下肢の股関節や膝関節に拘縮が生じて、その動きが制限されますと、這う・立つ・歩くなどの移動能力に大きな障害となって来ます。また肘や手の関節に拘縮を生じますと、上肢を使って行う日常生活動作に障害となって来ます。特に身長が急速に成長する時期には、比較的短い期間に拘縮が生じて来ることがあります。拘縮は、皆さんも体験しているように短期間の間に生じてしまいますが、一旦拘縮が生じてしまいますと、これを取り除くことは容易ではなく、時間も長くかかります。したがって予防することが大切です。

### ア　姿勢を変える

運動機能に障害があると、どうしても一定の姿勢を長時間取りがちとなります。関節の曲がった又は伸びた姿勢を長く続けると、その関節は固くなり拘縮が生じ易くなります。車椅子に乗ったままの同じ姿勢は、

2時間以上は取り続けずに適度に姿勢を変えることが大切です。

### イ　全身の運動

転がる、這う、歩行する、車椅子を動かすといった運動は欠かすことは出来ません。身長の急激な成長、体重の増加に一致して次第に運動量が減少して来るのが一般的ですから、自分で出来る運動は、自分のためにも積極的に行うことが大切です。

### ウ　関節運動

自分で出来れば最も良いのですが、出来なければ他の人による関節運動を行わなければなりません。短縮しようとする筋肉を引き伸ばす運動を行うことになりますが、この場合運動のスピードが速いと、筋肉を逆に収縮させてしまいますので、ゆっくりとした方が良いです。入浴時は、筋肉は軟らかく弛緩していますので、より効果的ですが、寒い時には暖めてから行った方が良いです。

## 2　変形

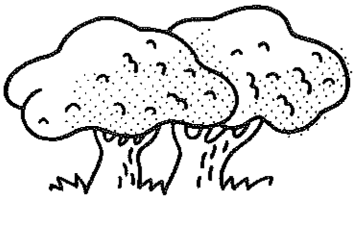
変形と拘縮は互いに相互関係があって別々に考えることは難しいですが、この場合は脊柱側弯とか関節脱臼あるいは手足の変形を意味しています。このような変形も成長期には更に強まる傾向があります。股関節の脱臼は幼少時期に生じることが多いですが、成長期を過ぎても脱臼してくる例があります。このような関節脱臼やその他の変形は拘縮の進行と一致していますから、これらの発生予防は、拘縮に対する対策と同じです。

## 3　筋肉の固さ

脳性マヒなどでは、もともと筋肉が固い場合が多いですが、年齢と共にその固さが増して来ることが多くみられます。特に筋肉の緊張を伴ったアテトーゼタイプではその傾向があります。このことに伴って変形や拘縮が強くなる場合があります。筋肉の固さは、繰り返しの関節運動によって、少しずつ軟らかくなってくるのが普通です。このような運動によって筋肉を軟らかくすることは、変形や拘縮の進行を防止することにもなり、同時に運動機能の低下を防止することにもつながります。

## 4　骨や関節の問題

骨はある固さをもっていて、体を支持したり、体幹や手足を固定して、安定した運動を可能にしています。この骨の丈夫さは運動の量や体重負荷の量とは密接な関係があります。寝たきりの状態で体を動かさなかったり、体重をかけない姿勢（宇宙での無重力状態も同じ）が持続すると骨の中のカルシウムが骨から抜け出して、その固さが失われてしまい、骨がもろくなってしまいます。こういう状態を、骨萎縮とか骨粗しょう症などといいますが、こうなりますと骨折が起こりやすくなります。このような現象は、とくに下肢の骨や背骨に現れやすく、骨折も上肢に比較して下肢に頻発することになります。骨の弱化を防ぐには、栄養のことを考えるだけではなく、手足の運動に加えて、できるだけ座位や立位を取って体幹や下肢に体重をかける時間を多くする必要があります。



# 新人紹介

## こぶし作業所

### 仲間新人紹介

**天谷　佳通さん**

あまがいよしみちです。しょうぎがすきです。しごとがすきです。

**大木　丈典さん**

4月になり、こぶし・けやき作業所に新顔が加わりました。こぶし作業所では、仲間の定員増に伴い5人が仲間入りをしました。また、職員も、定員増や退職した職員の補充も含め、新顔を迎えました。心機一転、みんな張り切っています。

なお、今回取り上げられなかった方については順次紹介していく予定です。

**山崎　勇司さん**

ぼくは、やまざきゆうじです。リサイクル班で、がんばっています。よろしくおねがいいたします。

### 職員新人紹介

**石沢　恵美子さん**（リサイクル班）

このたび4月から正規職員になりました。こぶし作業所に入って、書記と指導の仕事をしてきましたが、これからはじっくりと、リサイクル班担当の指導員として構えていきたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

**石塚　千晶さん**（下請け班）

4月より指導員補助員として1年間お世話になることになりました、石塚千晶です。慣れないこともありますが、仲間と仲良く楽しく毎日を過ごしていきたいと考えています。よろしくお願いいたします。

**大澤　美香さん**（調理員）

今年の4月でこぶし作業所で働かせていただくことになった大澤美香です。栄養士という立場からみなさんに喜ばれるような食事を提供したいです。わからないことだらけですが一生懸命がんばります。

**上代弘之さん**（グループホーム担当）

4月までの半年間、けやきの仲間と一緒に働いていましたが、この度、正規職員となり、こぶしに異動いたしました。親しくなったけやきの仲間と離れることはとても残念でしたが、朗らかな、こぶしの仲間たちと共に、頑張ってゆきたいと思いますので、よろしくお願いいたします。

**佐伯ミヤ子さん**（キッチンセルプ班）

「いつでも平常心」をモットーとして生活している私です。めったなことでは、落ち込まないほうだと思います。動物好きで、虫嫌いなので、皆さんこれからもよろしくお願いいたします。

**古橋文男さん**（書記）

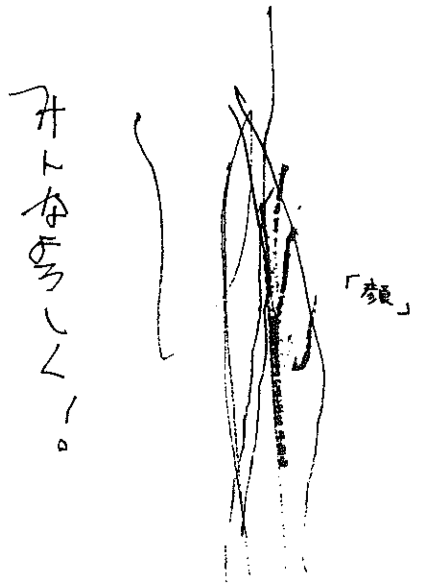
はじめまして、古橋文男と申します。この度、4月16日からこぶしで働くなかまの一人として仕事させていただくことになりました。これから、こぶしの仲間と一緒に助け合いながら精進してまいりたいと思います。

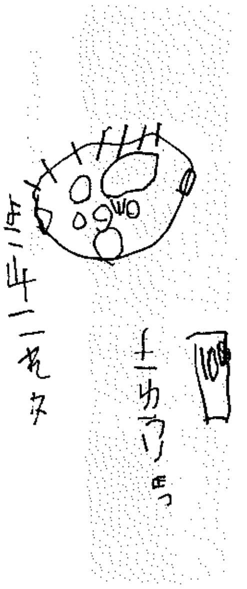
**谷貝　尚子さん**（キッチンセルプ班）

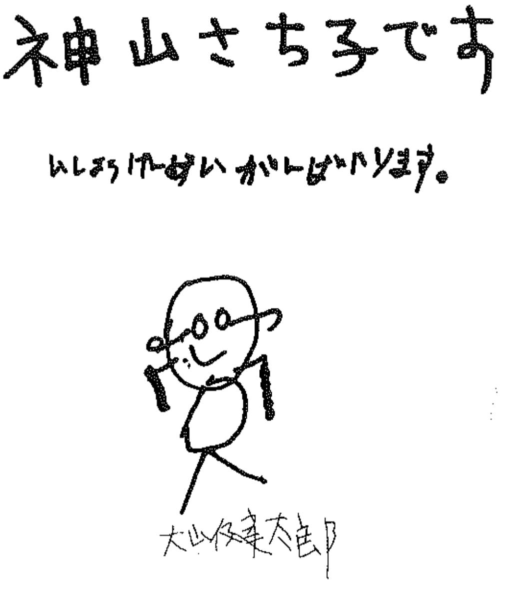
4月からキッチンセルプにはいりました、谷貝尚子です。3月まで働いていた職場を離れることは残念でしたが、今までの経験を生かして、これから頑張りたいと思います。仲間の皆さんとも仲良く行きたいと思います。

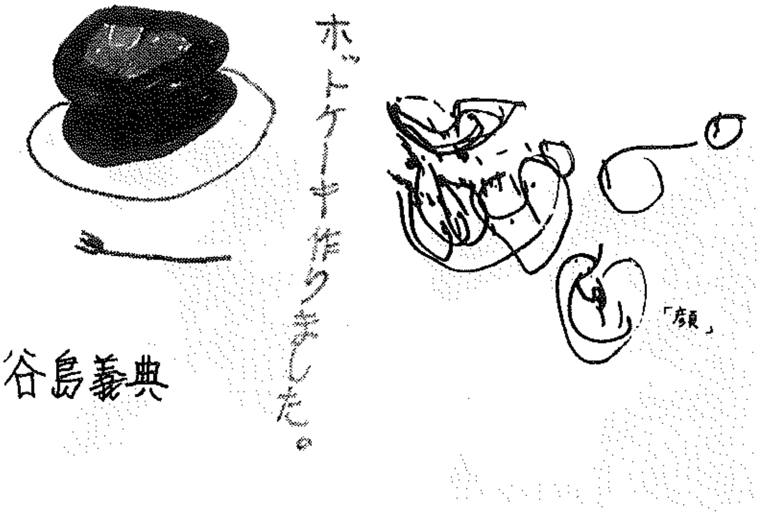
# けやき作業所

## 仲間新人紹介






## 職員新人紹介

**星宮　有子さん**（第2けやき作業所）

第2けやき作業所臨時職員の星宮有子と申します。本年度は食品加工（配食）という新しい事業に取り組むことになりました。まだまだ未熟者ではございますが、これからもよろしくお願いいたします。

**今野　浩子さん**（第2けやき作業所）

3月に中央福祉医療専門学校を卒業し、4月から第二けやき作業所で働いている今野浩子です。

私は、小さい頃から福祉職に憧れていたので夢が叶い本当に嬉しく思います。これからは諸先輩方を目標に頑張りたいです。

**猪瀬　和恵さん**

（けやき作業所デイサービスセンター）

ご挨拶遅くなり申し訳ございません。昨年12月よりデイサービスに勤務しております猪瀬和恵と申します。昨年まで埼玉の重度重複障害者福祉施設に勤務しておりました。ご指導・御鞭撻の程、よろしくお願い致します。

**自治会活動**

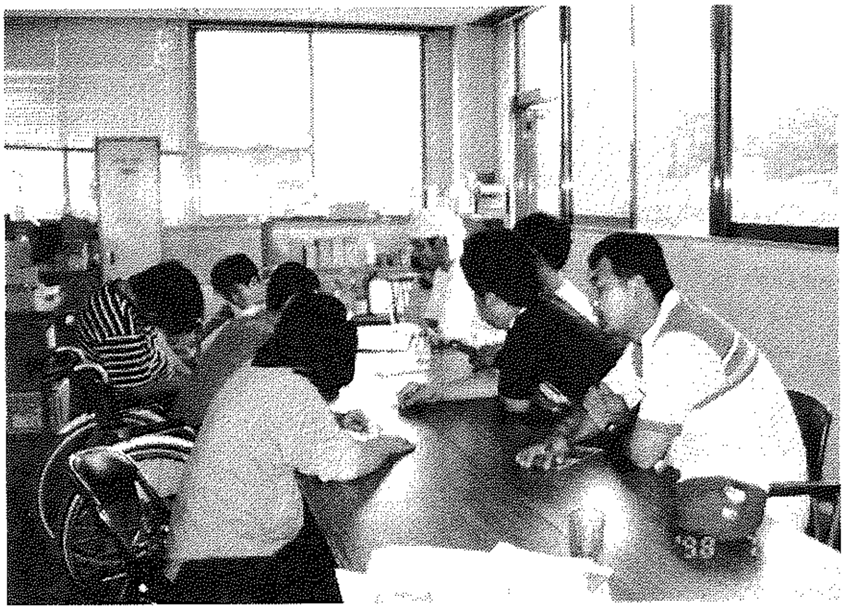
# 自治会の話し合いは こんなふうに進められます

こぶし作業所では、作業班・自治会活動の両面において、「話し合い」を実践の柱に位置づけています。こぶしの自治会は、役員会、喫茶部、レクレーション部、衛生部の各活動があります。自治会活動では、障害の重い仲間の要求をどうくみ取っていくのか、各部会でも模索しながら進めています。

役員会ではどうでしょうか。文字通りこぶしの自治会の屋台骨です。役員の中にも、自分の思いを言葉で表現できる仲間とそうではない仲間がいます。　言葉で自分の思いを表現できない仲間に対しては、一つ一つ「どんなことをしたいか」「何がやりたいか」を聞いていきます。また、話だけではなく、職員がたくさんの情報提供をしながら、仲間に考えてもらう時間を作ったり、黒板も利用してわかりやすく説明することもあります。例えば、日曜作業所の話し合いを例に取ってみます。

「1月の日曜作業所は何がしたいの?」

ときくと、最初は皆黙っています。そこで、どうしたら意見が出てくるかアイデアを募ります。経験でわかっているのでしょうが、「帰りの会で話さなきゃ」「合同反省会で話さなきゃ」という意見が出てきます。言葉で表現できない仲間は、職員やほかの仲間の問いに「うん」という意思表示をしたり、首を振って「やりたくない」という意見を出します。このときの日曜作業所の意見は作業班で話し合うことに決まりました。作業班の帰りの会で、役員から役員会の報告がありますが、役員でも話し合った内容が十分わからなかったり、聞いていなかったりと悪戦苦闘です。当然、他の仲間にうまく伝わりません。職員からフォローされ、「他の仲間に聞いてみたら」「自治会担当の職員に聞いてみたら」とすぐには答えがもらえません。もう一度、他の役員や職員に聞いて、再度、各班で要求を集めます。障害の重い仲間に対しては、どうしても職員がフォローせざるを得ないこともありますが、「魚好き」という表現で魚釣りをしたいという要求がでてきたり、「ヨーカドー」という表現で買い物がしたいという要求が出てきたりします。職員が仲立ちとして手話や指文字でコミュニケーションをとり、話し合いに反映させる場面もあります。こうして、要求を反映させていくのです。



喫茶部や衛生部、レク部でも話し合いをしていますが、仲間が意見を出し合い、仲間のやりたいことを実現することにウエイトを置いています。もちろん、沈黙していたり、「参加したくない」という人がいて話し合いにならなかったり、いろいろとドラマはありますが、参加しない仲間に対して他の仲間が話し合いに粘り強く誘ったり、仲間意識の強さを感じる場面が、こぶしの自治会活動に数多く出てきます。

先述の1月の日曜作業所では、魚釣りと買い物に分かれて活動することに決まりましたが、当日は何と雪のために中止になってしまいました。しかし、この要求は仲間の脳裏にしっかりと焼き付いており、新しい役員で日曜作業所の希望を話し合ったところ、ほとんどが「魚釣り」を希望していました。

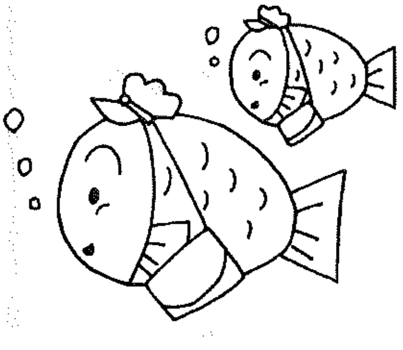
## おむすび（保護者リレートーク）

# 神様から授かった子供達

子供達と言うには、余りにも年を重ね過ぎた感はありますが、何年たっても苦労に心配を積み重ねた不憫な仲間達はどの親にとっても可愛い子供に違いありません。このような子供達の誕生に想いをめぐらせてみると、この地球に生きようとし生けるものすべてに不揃い、不完全なものが数名混じってこの世に送り出されると聞いている。人間もその例に漏れない。そして神様はそれらの不完全な命を無事に育てられる親を選んで授ける。私達親は、その神様に選ばれた選手で神様の期待に応えるために毎日奮闘していると考えた時に、子供と一緒に死にたい、この苦しみから逃れたいと云う気持ちから抜け出すことが出来たような気がする。

こぶしにお世話になり永い年月がたち、お医者様の予想以上に永くここまで生きてこられた事を有難く思うと同時にこれからも益々健康で生きてほしいと念じながらも将来の不安も遮ることの出来ないのも事実である。こぶしの方でも仲間達のために、なんとかもっと給料を上げたい、グループホームを、生活施設を、等いろいろ検討をして進めて下さっていることも重々感謝の気持ちで伺っている。でも私達親はその前に今が大切なのです。健康を害してしまっては何にもなりません。各班ごとにいろいろ仕事は違いますが、その設備環境を整え仲間達が安全に楽しく健康に充実した毎日を送れる事こそ親なき後の生活にスムーズに入っていけると思っています。このような仲間達が体をこわした時、病状をはっきり言葉に出せない仲間も多く健常者、健常児の親の何倍もの心配、苦しみの中に置かれるのです。このような事をよく汲みとって下さり、よりよい環境の中で安心して楽しい通所生活が出来るようお計らいをいただき、親子共々安定した気持ちで毎日が送れる、そして将来の生活に、つなげていきたいと思っています。これからも職員の皆様と父兄と一体となって、よりよい方向に進めて行けることを念じております。

（高島　佑実）



# 掲示板

※お問い合わせは
こぶし作業所へ

## ボランティア募集

こぶし・けやきで
楽しく仕事をしませんか

内容　こぶし作業所
　　　けやき作業所
　　　デイサービスセンター
　　　第２けやき作業所
　　　（作業所で仲間と一緒に仕事をして下さる方募集しています。）

行事ボランティア大募集
（キャンプ、日曜作業所など）

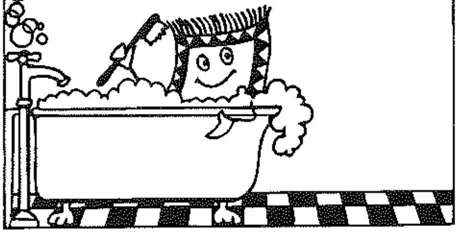
- キッチンセルプ
  厨房・フロントでお手伝いしていただける方
- ときわ荘
  夕食づくりボラ・宿泊ボラ・日中ボラ（掃除・植木手入れ）
- すずらんの家
  夕食づくりボラ

地球を汚さない
自然がよろこぶ粉せっけん
自然工房
huhu
ふふふ せっけん

## ふふふせっけん

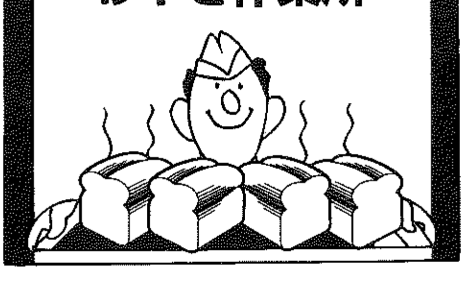
**好評発売中!!**

粉石鹸　1.2キロ入り **240円**
固形石鹸　2個入り **100円**



こぶし作業所・けやき作業所
後援会会員拡大にご協力をよろしくお願いいたします。

## にこにこ パン屋さん

各種豊富に取りそろえております。注文票をFAXにてお送りしますので、お気軽にご連絡下さい。

**けやき作業所**