

2019(令和元年)10月発行 第14号

歯磨きという習慣について

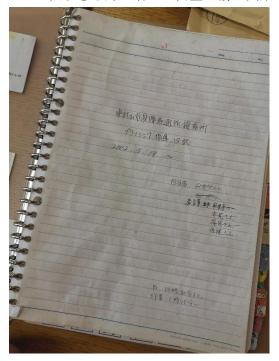
社会福祉法人いずみ 評議員 ミカミ歯科医院 副院長 三上 祐一朗

まだまだ暑い日が続いております。皆様体調を崩さずに過ごしていますでしょうか?去年が記録的な猛暑だっただけで、今年は普段の夏に戻ってくれるはず……、などと春の時点では気楽に望んでいましたが、結果は去年と変わらぬ猛暑。やはりこれが今の日本の夏ということで、ゲンナリしますが来年以降も付き合っていかなくてはならないようです。

私達、ミカミ歯科医院が「社会福祉法人いずみ」に関わり始めさせて頂いたのは、私の父が萩山に歯科医院を開業した40年ほど前、そして現在は「ライフサポートつばさ」で歯磨き指導と歯科検診を行っています。

歯磨き指導は一月に二回、昼食後の歯磨きの時間に行っていて、ご自身での歯磨きが難しい方は、歯を磨いてくださる職員の方と磨き方の相談、そしてお口の中のチェックや食生活のアドバイスなどを。そしてご自身で歯磨きを出来る方にはまず磨いているのを見させて貰った後に、アドバイスと練習などをしています。

ご自身で磨く事が出来る方でも、ご家族の方から「自分磨きは磨き残しが多い。仕上げ磨きだけで充分だろうか?」や、「自分磨きがどうしても力が入ってしまう。歯茎を怪我してしまいそうなのでやらない方が良いだろうか?」といったご相談をたまに受けることがあります。たしかに強すぎる力で磨いて歯茎に傷が出来るのは良いことではありません。しかし、出来るこ



とを出来る範囲ででも、力を入れないで磨ける場所だけでも良いので、磨いていただくのがいいのではないかと思います。それは私達が、歯磨きをするということは一番身近な『自分の健康を気にかけて行う習慣』だと考えているからです。

食事を摂ったあと自分で歯磨きをすることを通 して、自分の身体に変化はないか気にかけ、自分の 生活を煩わせないよう自分の身体を管理する。そう いった自分の健康のために自分で行動するという 機会は誰にとっても大切なことなのだと思います。

月に二回の歯磨き指導ですが、少しでも皆様のこれからの健康の為にお手伝いが出来たらと考えています。その他心配事や疑問に思っていることなど有りましたら、いつでもご相談下さい。

第12回 東村山生活実習所・あゆみの家 合同祭り

6月2日(日)に、今年も東村山生活実習所とあゆみの家の合同祭りを南台公園で開催しました。 今回で12回目の開催となりますが、天候にも恵まれて、たくさんの方に来場いただきました。 催し物も阿波踊りの「久米川連」さん、よさこいの「迫」さん、アフリカンドラム、クラウンの「じっきぃー」 さん、皆さんお祭りをとても盛り上げてくださいました。

ビンゴ大会も参加者の皆さんハラハラドキドキで番号を発表する度に声が上がり、とても楽しんでいただけたと思います。(実行委員長 廣瀬)













アチケット)当たりました!

ドライバー講習会



6月7日(金)17時15分より、運転手及 び運転乗務のある支援員を対象にドラ イバー講習会を行いました。(19名参加) 講習は、事故の再現ビデオを約30分間、 東村山警察署交通課の講義と昨年度か らの事故報告など約30分間で、約1時 間の内容でした。

参加者からは、今以上に安全運転に心がけたい、体調管理にも気を付けなければいけないことに気づいた、年2回 程講習会をして欲しいなどの意見が上がりました。

今後も、「高齢者運転」や「福祉車両運

転」など、少しでもドライバーの為になる講演会を行っていきたいと思います。(法人運行管理者 岡元)

東村山生活実習所・あゆみの家 合同消火訓練





5月29日(水)14時より生活実習所の駐車スペースにて、 東村山消防署立会いの下、水消火器を使った消火訓練を 実施いたしました。

(あゆみの家参加利用者 12 名、職員 16 名)

職員を中心に利用者も実演しました。

消火器の持ち運び方、ロックのはずし方など改めて確認 しました。

今後も隣接する両事業所で避難訓練等や共同開催行事を 行いたいと思います。(ひまわり 梶沼)

富士見拠点 自衛消防訓練

7月25日(木)に東村山消防署の消防士さんに来所していただき、防災訓練を行いました。利用者さんからの質疑 応答(写真①) や、紙芝居を使用しての緊急時の動き方(写真②)、空気の入った消火器を使っての消火訓練など (写真③)を行いました。

質疑応答では、Q:「車椅子で生活しています。マンションの2階に住んでいますが、緊急時には、どうすればいいですか?階段は使えません。」A:「煙から逃げるために、ベランダ・玄関前など、外に繋がっているスペースへ逃げ、そこで、はしご車などの救助を待つ」等、障害者視点での質問が多く出され、今後の自衛消防訓練への参考としても勉強になりました。

紙芝居での解りやすい避難の説明は東村山消防署のホームページにもアップされているので、ぜひご覧ください。(東村山消防署自衛消防訓練マニュアルで検索)

消火器を使用した訓練では、実際に触り、使うのは初めての方が多く、訓練後は「思っていたよりも勢いがあって、 ビックリした。経験ができて良かった!」とのお声もいただきました。

最近では大きな火事のニュースも流れました。利用者さんの安全を守る為に、今後も率先した自衛消防訓練を継続して行ってゆきます。 (ライフサポートつばさ 増田)







社会福祉法人いずみ主催

第4回 あゆみの家改修工事記念シリーズ講演会のご報告

(2019年7月6日(土) 13:30~15:30 東村山市民センター)

テーマ:医療的ケアがあっても安心して暮らしたい ~もみじの家が目指す社会~

講 師:内多勝康先生(もみじの家ハウスマネージャ) 参加者:101名(外部関係機関及び地域の方、法人関係者)

今回の講師、内多勝康先生は、元 NHK アナウンサーであり、講演会チラシのお写真を拝見して「あっあの…」と思われた方も多かったことと思います。番組制作を通じて障害福祉に関わる機会を持たれ、更に深く取り組んでいきたいという思いから NHK を退社。『在宅で医療的ケアを受けている子どもと家族を支える短期入所施設「もみじの家」』のハウスマネージャーになられたそうです。福祉現場での経験はまだ3年なので…とご謙遜されていましたが、利用者の方々の姿を紹介しながら、厳しい現状と目指していくべき目標を熱くわかりやすくお話し頂き、聴く側は引き込まれ、時間が短く感じられました。

医療の進歩により、医療的ケアを受けながら在宅で生活を送る方が増えています。24 時間 365 日、気の休まることが無い生活の中、家族の負担は計り知れず、医療の面からも福祉の面からも周囲の支援は不可欠です。もみじの家を利用された方々の言葉や表情からその必要性はとてもよく伝わってきました。施設内の保育で笑顔を浮かべたり家族以外の人との関わりで自信をつけることができた子どもたち、日頃の緊張感から解放され、久しぶりに夜を安心して過ごすことができたご両親、家族の負担を一緒に背負い、良い子で過ごす兄弟姉妹。しかし、その支援はまだまだ不足しています。

もみじの家の利用は現在登録制となっていますが、その数は年々増え、利用希望を断らざるを得ない 状況が続いています。もみじの家のような施設がもっと必要です。また、児童の施設はあっても 19 歳 以上の成人を受け入れる施設は全く足りていません。良い施設が誕生しても赤字を寄付で埋める状況 では維持が大変です。そこには公的な援助がなければ成り立たないのです。

内多先生の「待っているのでなく、利用してアピールしていくこと」「法を武器にして頑張っていき、 支援向上を目指したい」という言葉が心に残りました。これは医療的ケアを必要とする方への支援だけ が当てはまるのではありません。障害児者を取りまく環境の改善、支援の充実を図るためには、利用者 と支援者の声や姿を行政に伝えていくことが大切であることを改めて教えていただいた講演会でした。 (ライフサポートつばさ 市川)





特集

デンマーク・スウェーデン海外研修旅行(2019.6.9~17)

今年度より職員研修の充実を行う一環として、国内外、10日間程度連続宿泊を行い 社会福祉施設や関係機関を訪問し、それらの活動実態、管理、運営、経営や法制度の施行

状態などを実体験する研修を今後継続的に行う様企画しています。

第1回目として各事業所の希望者9名にてデンマークとスウェーデン へ研修旅行を実施しました。

デンマーク編

日本からデンマークまで直行便で11.5時間。コペンハーゲンを中心 に、5事業所を訪問しました。1日目、現地は祝日という事もあり市 内見学を行いました。首都のコペンハーゲンでは人口が集中。住宅不 足で新しい住宅も多く見かけました。

(国土は日本の10分の1、人口580万人、消費税25%、所得税平均45%)



地図データ Google より

ホイヴァンゲン労働体験センター(2019/6/11)(ヘルシンガー市)地図 A





コペンハーゲンから電車とバスを乗り継いで約1時間のヘルシンガー市 にある労働体験センター(利用者100人)。木工、テキスタイル、グラフ ィック等々幅広くメニューがある。デンマークには STU (特別に企画され た教育)という制度があり18~26才の方対象の3年間の間に社会参加の 知識や技能などを身に付ける機会を受けられる制度があり、同事業所付 属のカフェヘ STU の実習生が来ているとの説明も受ける。障害の有無に かかわらず能力を社会に生かす仕組みが実施されている。4年前に古民家 を改装したとてもおしゃれな建物、地域の方、近くの学校の保護者の方が 利用されているようでした。



コペンハーゲン市近郊拡大地図

特別支援学校ストランドパークスコーレン 学童保育所 KKFO (コペンハーゲン市) 地図 ® (2019/6/11)

コペンハーゲン市に戻り、3つ目の駅で下車、ストランドパークスコー レン学校は1870年(明治3年)設立。

0年生(6才)から9年生(16才)生徒数は95人(うち車椅子利用児は 10名、その生徒の為のクラスは2つある。ひとクラス7名)、8時20分 始業 14 時 20 分終業、保護者のニーズにより 7 時 15 分からの預かりも あるとの事。14時 20分から16時 45分が学童保育を行う。9割位が学 童保育を利用。デンマークでは子どもの自立を前提に、保護者、教師や ペタゴー等、学校の枠を超えて社会によって教育を行うと考えているよ うに思えました。(ペタゴー:社会教育者、日本の児童指導員、生活支援 員に近いか。)





ラヴック余暇活動センター (2019/6/11) (コペンハーゲン市) 地図 ©





学校から電車とバスを乗り継ぎ小一時間、18 時過ぎに訪問。登録者 250 人国内有数の大規模の余暇活動センター、1963 年設立。利用者委員会が運営に関与、自分たちで議論し、決定していくことでクラブに通う意義も高まっているとの事、平日 18 時~22 時まで開所、金曜日はパーティを開催。1 週間に 48 プログラムの活動を提供。希望により海外旅行(アメリカ・中国・スペイン等々)を年数回行う。所長は開設当初からかかわり、その情熱、愛情、そしてこれからもという意欲に感銘を受けました。その後、利用者さんと同じ夕食を一緒して、各々利用者さんと自由に交流。19 時 30 分に終了でも周りはまだ明るい白夜でした。

特別支援学校グリュモーゼスコーレン (2019/6/12) (ヘルシンガー市) 地図 ®





ヘルシンガー市にある特別支援学校を訪問、普通学校と同じ敷地内にある。チームVと呼ばれ 0~6 年生 74 人が学ぶ。最重度の発達遅滞、複合的な障害を持つ子どもも多く通学している。

「認める」教育、自己決定、子どもたちが社会へ進出前の教育、小さいころから少しずつ、意思形成、意思表出を積み重ね、結果子どもたちの将来を豊かとすることを目指す。

医療的ケアについて、胃ろう、経管栄養等、特に医師から訓練無しにだれでもが扱っていることについて少々驚きました。重度重複のクラスも見学、ひとりひとり OT 中心に体への取り組みをおこなっていました。「小さな子も大人も自己決定が大事と考えられている。それがこの国を形成する大きな力であること。」「自ら選ぶとは自分の人生を決めていくこと。」「意思表示の場面を意識的に作っている。」と日本人教員から、説明されたことが印象に残りました。

リンデガーデン障害者住宅 多機能型 (2019/6/12)(フレーデンスボー市) 地図 ©





フレーデンスボー市に移動、近くには王室の夏の住居であるフレーデンスボー宮殿がある素晴らし環境にある。障害者住宅の他デイケア、コミュニティセンター、住宅サポート、STU などの機能を有しています。少し離れたところにグループホーム(17人)、市内に一般住宅に住んでる方への支援も含め、全部で35名の利用者。建物には広い共有スペースがあり、個室の広さは12畳の広さ。

質疑の中で、職員間で支援に違いがあっても、それを否定ではなく、そうしてみてはどうなのか、どう行うのが利用者にいいのかを見つけていく姿勢をとる、それが自己のスキルアップのチャンスでもあるとの説明を受け、入居者の尊厳を尊重するところやスタッフのプロ意識も高く素晴らしいことに感心。

次号(来年1月発行)スウェーデン編をお楽しみに。

(ひまわり 梶沼)

硝子戸の向こか

連載企画 第14回 理事長 福岡 憲二

敗戦の年、夏の記憶

太平洋戦争の日本の敗北は、1945年8月6日の広島と9日の長崎の原爆投下で決定的になりました。 ジュネーブ条約を無視して、何万人もの一般市民を、瞬時に殺傷した怖ろしい結末でした。

当時まだ4歳の私は戦禍を避けるため、奈良県生駒山の麓にある母の実家の離れに、親子4人(母と、姉妹と私)で疎開していました。

父と他の兄姉は私たちと離れ、大阪の実家に残り、平時並みにそれぞれ市内の会社や学校に通勤、通 学していました。

その敗戦の年の夏のある日のことでした。疎開先の家の前の阪奈道路を、ひっきりなしに大阪方面から生駒山へ向かって(日本陸軍の高射砲陣地の占拠の為と後から知らされた。)、進駐軍の戦車、砲車、ジープ、兵員輸送車など数えきれない程の車列が、轟音と、土煙とガソリンの硝煙をまき散らしながら走り過ぎて行きました。

私は近所の遊び仲間と一緒に、ランニングシャツとパンツ一枚に裸足で、国道の路傍で立ち、車列に向かって「ハロー、ハロー」と大声を張り上げて手を振りました。

すると、兵士等が何か叫びながら、あたかも小鳥に餌を投げ与えるように、チョコレート、チュウインガムの箱などをバラバラと投げてよこし、腹ペコの私たちが、それに群がって拾い集め、口に頬張るやら、チョコレートの銀紙に鼻をつけ、クンクン嗅いで、ああいい匂いだと率直に感心したことを覚えています。

当時は無邪気な行動であったはずが、幼児も少年に、少年は青年に成長するに従い、自尊心が芽生えて、だんだんにこの記憶は絶対的な劣等感が加わって、禍々しい傷跡になり、心の奥深くに黒々と残りました。

また、その後の占領下の大阪でのことです。父と二十歳前の姉、小学校前の私 3 人で商店街を歩いていた処、眼が青くて背の高い米軍兵 3 人と引率の日本人巡査 1 人と出あって、姉が米兵に絡まれたことがありました。父は米兵等の前に立ちはだかって、体全体で、必死で娘を守ろうとしました。巡査は米兵に注意も出来なくて、後ろで小さくなって、米兵のなすがまま。近くにいた人たちも、周りを取り巻くだけで、声もなく、行動を起こすものも誰一人いない中、親子 3 人、辛くも自力脱出するという思い出したくない記憶もあります。

長じて商事会社に勤め、海外出張に行くようになってからも、ヨーロッパ人や中東の人たちとは違って、アメリカ人だけはずっと苦手でした。

又、小学校時代、顔半分以上がケロイド状に焼けただれ、臓がなく目が剝きだしで、歯茎も口から外へ飛び出して、失礼ながら、まるでムンクの「叫び」の様な顔になった転校生に出会った時のことです。恐るおそる聞くと、被爆したのだと。発声が困難の様子で、聞き取れないほど小さな声ではありましたが、しっかり返事してくれました。私はどう返したか覚えていません。戦争被災の非情な仕打ちです。

さて、開戦の年 1941 年の 8 月に生まれた私もこの夏、父や兄を超え、満 78 歳になりました。これらの記憶については、今まで恥のように思いこんで、胸にしまい込んでしまって、他人に話したことはありませんでした。しかし最近、こんな小さな話も語り続けなければ、一般市民の理不尽な戦争被災体験

が消滅してしまうと思うようになりました。

今年の松井一実 広島市長の平和宣言の中で、被爆者の声として、当時 5歳の女性の歌に「おかっぱの頭から流るる血しぶきに 妹抱きて 母は阿修羅に」や、「男女の区別さえできない人々が、衣類は焼けただれて裸同然。髪の毛もなく、目玉は飛び出て、唇も耳も引きちぎられたような人、顔面の皮膚も垂れ下がり、全身、血まみれの人、人」という惨状を 18歳で体験した男性が、「絶対にあのようなことを後世の人たちに体験させてはならない。私たちのこの苦痛は、もう私たちだけでよい」と訴えていることが紹介されています。(朝日新聞 2019.8.7)

8月9日の長崎市長の平和宣言の中でも生々しい被爆者の声が紹介されていました。市民の被災体験者でその経験を語る人、又、それを語り継ぐ人は年々減り続けています。目を覆いたくなるほどの悲惨な体験は勿論、私の場合の様な小さな体験、これらを含め、一般市民の理不尽な戦争被災の悲劇、不幸の記憶は、改めて私達の年代もその輪に入り、これ以上風化させない様、語り続けなければならないと思います。

以上

-編集後記-

皆様からのご協力をいただき、第14号を発行することができました。 ご協力頂いた皆様に深く感謝いたします。今後ともよろしくお願いいたします。 (あゆみの家成人部 廣瀨)

> 発行元: 社会福祉法人いずみ 東村山市富士見町 3-3-4 Tm. 042-394-1868

※記事内の写真についてはご本人、ご家族のご了承を頂いております。