

# KSKS

## ゆいゆい通信

No.110

20.12.31



編集人 社会福祉法人 寧楽ゆいの会  
〒631-0823 奈良市西大寺国見町3-5-5  
TEL/FAX 0742-41-6039  
URL <http://narayuinokai.or.jp>

定価 1部50円  
年間 300円

### ◆法人からの報告

- 「地域にとってのゆいの会の役割は」  
理事 六十谷尚美 … 1
- ◆News  
◇天理市の区長に講演 … 2  
◇まちのちいさなクッキー屋さん  
　　ぱすと オープン … 3
- ◆Reports  
◇吉田病院 アルコール専門治療  
◇ひまわり ポスター制作中 … 4

### ◆Reports

- さわやぎ／きらく … 5  
歩っと地活／こもれび就労 … 6  
こもれび相談／こもれび生活訓練 … 7  
D-POR T … 8

### ◆Thanks

- 後援会費納入者 … 8

## 地域にとってのゆいの会の役割は ～誰もが安心して暮らすために～

8ヶ月に一度回ってくるこの「法人からの報告」。前回4月に書いた時は、コロナの第1波で緊急事態宣言が出て、在宅支援の準備をしたり、極力密にならないようなシフトを組んだりと対応に追われていました。

そして必ず来ると言われていた第2波、第3波が来て、これを書いている11月20日は感染者数が過去最高を更新しています。しかし、第1波の時と比べて危機感や不安感が少ないように感じるのは私だけでしょうか？ 「経験したことのない」「未曾有の」と言われる状況の中で、人の「慣れる」力はすごいものだと妙に感心してしまいます。私の場合はたまたま仕事を失ったわけでもなく、事業所が閉鎖したわけでもないからかもしれません。私が配属されているきらく舎では、食堂はまだ閉めたままで、食堂のウェイターをしていたメンバーの仕事内容は大きく変わりました。それでも、メンバー達は変化を受け入れて(くれていると思います)今の仕事にそれぞれ励んでいます。障がいがあってもなくても、かかる時間や苦労はそれぞれ違っても、人は環境に適応していくものだなあ、と。そこでつまずいたりしんどくなっている人がいれば、ちょっと手助けするのがゆいの会の仕事なのかな、と思います。

ゆいの会は  
「誰もが自分らしく安心して暮らせるまちづくり」を理念に掲げています。その

方法として、「精神に障がいのある人の生活支援」を主に行なっている、ということです。それなので、コロナ禍においても自分の役割はきらく舎での就労支援を続けていくことなのでしょう。

コロナの影響でいうと、通所事業は対策しながら日常の活動を取り戻しつつありますが、今も不安を抱えながら活動しているのは訪問系の事業です。そこにはより生活に密着した切実なニーズがあり、もし職員や利用者にコロナの感染者が出てもあっさり支援を中断することはできず、その時はどうなるのかという不安を抱えながら支援を続けています。人手不足など課題もありますが、法人全体で協力してサービスを届け続けたいと思っています。

そして、「誰もが」と謳っている通り、精神障がいのある人でなくとも今困っている地域の人たちに対して、自分は何ができるのか、ゆいの会ができることがあるのか、ということをいつも意識の片隅に置き、考え方動したいと思います。

(六十谷尚美)



## News

## 知って欲しい！精神障がいのある人のこと 天理市 区長さんに講演

「町中でそれ違う人の中には、目には見えない苦しみを抱えて暮らしている人がいます。」

天理市区長連合会理事研修が天理市役所で11月27日(金)に行なわれ、香月祐子さん(寧楽ゆいの会生活訓練事業所こもれび)が『生活のしづらさ』をテーマに、統合失調症の症状や地域での支援などについて話をしました。市内9校区の代表者と市職員の計22人が参加しました。

### ■地域で生活している人への支援

統合失調症とは、考えや気持ちがまとまらなくなる状態が続く精神疾患で、その原因は脳の機能にあります。およそ100人に1人がかかり、思春期～30歳前半までに発症することが多いといわれています。薬やりハビリテーションによって回復が可能です。



► 精神障がいをテーマにした研修は初めてです

リハビリテーションというと身体障がいの場合は機能回復の意味が強いですが、精神障がいの場合は、人との関係の中で自分や病気のことを話したり、知ったり、好きなことや得意なことの発見を通して、失くした自信を取り戻していくことです。

その方法の一つとして福祉事業所(地域活動支援センター、就労継続B型、生活介護等)への通所があります。事業所では、作業を通して働くことを経験したり、人との関係づくりを体験の中で学んだりします。

引きこもりや集団活動が苦手で通所できない人は訪問の支援もあります。生活訓練こもれびでは、訪問を通して本人や家族と話をします。本人の「今」を認め、どんな生活を送りたいかを聴き、そのためにできることを考えたり一緒に体験したりします。あるケースでは、週1回の訪問を続けることで訪問を待っていてくれる、支援者を心配してくれるなど、

### 生活のしづらさの例

- ・疲れやすい
- ・緊張しやすい
- ・焦りやすい
- ・融通が利かない
- ・対人関係、生活技能が不得手  
(適切な食事、金銭管理、セルフケア等)
- ・ストレスに影響されやすい
- ・「ほどほど」が苦手
- ・注意力、集中力、記憶力が十分に働かない
- ・優先順位をつけるのが苦手
- ・現実吟味力が不足しがち
- ・一度に二つ以上の指示が苦手
- ・抽象的な話は理解しがたい(比喩、たとえ話等)

「自分だけ」だった興味の対象が他者にまで拡がりました。その変化は家族とも共有しました。

リハビリの一つとして、家の中で役割を担うことも良いです。風呂掃除や洗濯物など何でもよく、家族は「ありがとう」「助かった」と伝えてください。その積み重ねが一歩になります。

### ■「知る」ことから始めてほしい

「生活のしづらさ」とは病気の症状による苦しさ、本人の生活の有り様によって人それぞれです。比較的よく見られる例は上図の通り。例えば「しばらく待っていてね」と言われても「しばらく」がわからず、混乱してしまいます。抽象的な言葉より「5分待ってね」と具体的に伝えることで安心します。

薬は脳内に出過ぎている伝達物質を止めるためのもの。継続した服薬で症状を抑えることができるため、守るように伝えています。飲み忘れが多い時はお薬カレンダーを活用すると良いです。

今回の研修は、天理市障害福祉団体連合会(※)の精神分野が市に出した「まずは地域の自治会や民生委員、区長、市の職員に精神障がいについて知ってもらいたい」という要望に応え、実施されました。社会福祉課の上村克樹課長は「一歩ずつ理解を進めていけたら」と話します。

※市内の身体障害者福祉協会、手をつなぐ育成会、天理こころの会、肢体不自由児父母の会、聴覚言語障害者福祉協会、腎臓病患者友の会の6団体  
(河田友見子)

## Reports

# まちとつながる拠点に！ 『まちのちいさなクッキー屋さん ぽすと』

「まちと交流できる活動をしたい」そんな思いを抱き奈良市杉ヶ町(するがまち)に10月1日にはオープンした『まちのちいさなクッキー屋さん ぽすと』。白を基調としたモダンな雰囲気の店内では、手作りクッキーのほか、他事業所で制作された雑貨などを販売しています。

## ◇お店を開く？ 新たな取り組みへ！

今年4月に開所したぽすとでは、昼食づくりや事務、掃除などの事業所運営とお菓子作りや内職などの作業を中心に活動を始めました。少しずつ形が整ってきた矢先、新型コロナウイルスの蔓延に伴い、お菓子や内職の受注が減って作業のない日が増える、大人数での活動ができないなどの制限が出始めました。

活動内容を見直すなかで、クッキーを販売するお店を開いて、地域と交流していく構想が生まれました。菓子作業を稼働させたり、接客やメンテナンスなどメンバーの新たな仕事を確保するだけではありません。お店を通して、まちとつながりをつくることも目的の一つです。「社会福祉法人としてお店を持つからには精神保健福祉の啓発活動にもつなげたい。そのためにお客さんとしてまちの人に来てもらうだけでなく、自治会の草刈りや夏祭りなどの行事への参加、地域のお店や事業所と連携してのイベント開催など、まちとの交流の中で自分たちの活動を知ってもらいたら」と、このまちでお店を開くことの意味や目的、今後どう展開していくか、話し合いを重ねました。

## ◇試行錯誤！？ そしてオープン！

目指すはお客様に「また来たい」と思ってもらえるようなお店。売りとなるクッキーの種類を増やすため、試作や試食を繰り返し、新作のアイスボックスクッキー(抹茶や紅茶味など)や期間限定のハロウィンクッ

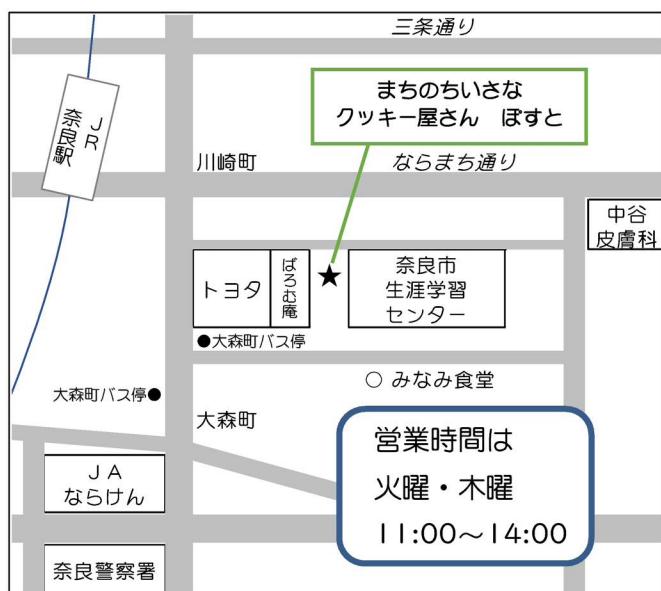


常連客のみなみ食堂の店長さん

キーセットも準備しました。価格設定や店内のレイアウト、店名、クッキー以外の商品などについても定期的なミーティングで検討しました。広報のためには町内を歩きチラシ配りをしました。



季節に合わせた期間限定商品もあります



期待に胸を膨らませたオープン初日、関係者だけでなく、住民や近所でお店を営んでいるなどの来店があり、一部の商品は売り切れが出るなど大盛況でした。オープンして早2ヶ月、お客様から「美味しかったのでまた買いにきました」「自治会の役員会のお茶請けとしてクッキーをお願いしようかしら」と声をかけてもらったり、SNSでお店を紹介してもらったりと少しずつつながりができ始めています。  
(宮崎涼真)