社会福祉法人万葉の里、広報誌「ことのハ」春号
つうかん７6号、2024年4月発行

以下、音声ガイド用のワード原稿です。

**表紙**

表紙では、去年の10月に開催したオープンデイにて、利用者さんがフラダンスを披露している様子の写真と、こん号のコーナー「万葉コレクション」で特集しているケアホームひかりの利用者さんの写真を掲載しています。表紙の欄外の注記。右のQRコードを読み取ると、法人ウェブサイトに移行するためのQRコードとサイトURLの記載あり。

**にページから、さんページ：特集記事の内容**

（タイトル）　特集　万葉の里オープンデイ　輝ける場・出会いの場

（リード文）万葉の里オープンデイについて令和5年5月より、新型コロナウイルスの位置づけが5 類感染症へ移行し、社会全体で様々なイベントや行事が再開される中、万葉の里では、令和5年10月8日（にちようび）に「万葉の里オープンデイ」という新たなイベントを開催しました。今回の特集コーナーでは、そのイベントの様子を当日の写真と併せてお届けします。

（小見出し）１かい　販売コーナー

創作ひんや食品などの販売を行うコーナーを設けました。利用者さんが活動の中で作った手ぬぐいや組みひもなどの創作ひんのほか、地域の農家から仕入れた国分寺産の野菜などを販売し、店頭ではお金や商品の受け渡しなどを利用者さんが行いました。

（写真）販売コーナーのブースの様子と店頭に立つ利用者の写真

（小見出し）１かい　喫茶いずみ

スイーツいずみのお菓子の販売に加えて、店内で飲食可能なパフェづくり体験を実施しました。当日はお菓子の販売が開店から一時間ほどで売り切れ、パフェづくり体験にはお店の外にまで順番待ちの列ができました。

（写真）喫茶で働く利用者と当日参加したボランティアの学生が店頭でお菓子を販売している写真

（小見出し）2かい　太陽活動体験

利用者さんと一緒に行う組みひもづくり体験や、活動室で使用しているいじょうリフトの試乗など、普段の太陽の活動を体験することができるプログラムを企画しました。

（写真）来館者のかたが職員の操作のもと移乗リフトに試乗している様子の写真

（小見出し）２かい　つばさ交流サロン

交流サロンでは、地域活動支援センターつばさ紹介パネルの展示のほか、コースターや折り紙づくりなどの創作体験コーナーを企画しました。創作体験では、こどもから大人まで幅広い年代のお客様が作品づくりを楽しむ様子が見られました。

（写真）来館した子供たちが交流サロンで創作体験をおこなっている様子の写真。

（小見出し）3かい　活動室ボッチャ大会

3階の太陽活動室では、パラリンピックの種目の一つである、「ボッチャ」というスポーツを開催しました。ボッチャは「年齢、性別、障がいのあるなしにかかわらず、すべての人が一緒にきそいあえるスポーツ」とされており、会場にいる全員が参加してボッチャを楽しみました。

（写真）参加した利用者さんが手作りの投球補助具を使って投げている様子や、ボールを振りかぶって投げている様子の写真

（小見出し）多目的しつ　パフォーマンスフロア

13じから13じ30ぷん　はばたき、バンド演奏

自立訓練事業はばたきの利用者の皆さんがピアノやハンドベルなどの楽器を使用してバンド演奏を披露しました。利用者さんはこの日の為に熱心に演奏の練習をおこなっており、その集大成がイベントで披露されました。

はばたき利用者さんの感想

・普段のはばたきの活動とは違う特別な体験ができた。

・機会があれば、またはばたきのみんなでバンド演奏をやってみたい。

（写真）はばたきの利用者さんが演奏に合わせて歌を歌っている様子や、会場の参加者とともに音楽で盛り上がっている様子の写真

13じ45ふんから14じ30ぷん　太陽、エアロビクス

太陽のプログラムで活動している先生が講師となり、参加型のエアロビクスを行いました。会場の全員が音楽に合わせて体を動かし、当日のイベント一番の盛り上がりを見せました。

（写真）講師の先生と一緒に会場にいる参加者が激しくからだを動かし、楽しんでいる様子の写真。

14じ40ぷんから14じ５０ぷん　このり、フラダンス

このりの利用者さんが日々余暇活動の一つでおこなっているフラダンスを披露しました。イベント終盤の時間帯ということもあり、会場に収まりきらないほどのお客様が集まり、あたたかな雰囲気につつまれました。

（写真）このりの利用者さんが練習したフラダンスを会場で披露している様子の写真。

（小見出し）利用者さんが輝ける場として

万葉の里オープンデイは、「普段の活動の延長線上で、利用者がホストとして活躍する」ことをコンセプトに企画しました。利用者が普段どんな活動をしているかを知ってもらうことと、利用者が慣れた環境や活動の中で来館者と交流することを意識し、各コーナーが工夫を凝らしました。短い時間ではありましたが、来館者数は200名を越える賑わいでした。

このような形で開催しようと思ったきっかけは、市民福祉講座等で館内見学をおこなった時に、「初めてかんないに入った」、「センターには何度も来ているけど、この部屋は初めて見た」等、想像以上に今の障害者センターを知らないかたがいらっしゃるのを実感したことです。また、コロナかでご家族の方も来館する機会が減り、「普段の活動の様子がわからない」とのお声も届いていました。人々の交流が再開し始めた今こそ、「私たちがここで何をしているのか」をアピールしていく必要があると思ったのです。

企画会議で、各事業から沢山の企画が発案されたのは、各担当者が、利用者のみなさんが生き生きと活動を楽しんでいる様子や、お仕事を頑張っている姿を知っているからであり、その姿をご家族や地域の皆さんにお伝えしたいという熱意の表れだったと思います。どんな説明よりも、利用者が活躍している姿を見ていただくことが、今の万葉の里を知っていただく一番良い方法だと思います。今後も利用者のみなさんが主人公で輝けるようなイベントとして、そして、みなさんとの出会いの場として育てて参りたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。

国分寺市障害者センター管理者　いさ　もとこ

**よんページから、ごページ：万葉コレクション、事業紹介**

（タイトル）　すみなれた国分寺で。共同生活援助事業所　ケアホームひかり

（サブタイトル）　地域の中で実現していくそれぞれの生活

（記事本文）

ケアホームひかり（以下、ひかりという）は平成21年6月、国分寺市ひかり町に開設された万葉の里ひとつめのグループホームです。開設当初は男女混合の定員6名１ユニットで運営を開始しました。平成24年6月には改装して、男女6名ずつの定員12名2ユニットで改めてスタートし、現在に至ります。ひかりは「プライバシーが守られた住みやすい環境」と「一人ひとりのニーズの実現」を大切に、利用者が安心・安全に生活できる環境を整えて、仕事や余暇活動でやりがいや楽しみを見つけられるよう、日々の支援をおこなっています。

ひかりで生活している皆さんは、もともと国分寺市内在住のかたがたです。ひかりに入居する前も後も同じ市内に住み続けられることには、とても大きな意味があります。平日はひかりから職場やつうしょ先へ行き、休日はご自宅に戻りご家族と一緒に過ごすようなライフスタイルを実現することができます。また、ひかりに入居する前から利用してきたサービスも続けることができるため、慣れている職場に通い続けたり、信頼関係のあるガイドヘルパーとお出かけをすることもできます。利用者の皆さんは環境の変化も少なく、住み慣れた街での生活を継続できます。ひかりの近くには路線バスやコミュニティバスが通っています。最寄りの国立駅にも歩いて行けます。利用者の皆さんは、公共交通機関を利用して自分でつうしょをしたり、休日にはガイドヘルパーと様々なところに出かけて、好きな買い物をしたり食事や映画等の外出を楽しんでいます。こうしたひかりの地理的な環境を活かしながら、住み慣れた地域の中で、ご家族や支援者のサポートも受けて、主体的に自分自身の生活を築いていくことが、利用者の安心と自己実現につながっています。

そして、ひかりでは地域とのつながりも大切にしています。これまで、地域の自治会の夜回り活動や、近隣で開催されるお祭りに参加をしてきました。そうした取り組みの積み重ねもあり、最近は利用者から近所のかたに挨拶をしたり、近所のかたが利用者を見かけると声をかけてくださる場面も多くあります。

これからも地域との関わりを大切にしながら、安心、安全な環境の中で、利用者の望む生活の実現に向けて取り組んでいきます。

（本文欄外の注記・いち）

グループホームとは

「障害者総合支援法」では、「共同生活援助事業」と規定され、「しゅとして、夜間において、共同生活を営むべき住居において相談、入浴、はいせつ又は食事の介護その他の日常生活上の支援を行うこと」とされています。

（表・いち）ケアホームひかりについての説明（令和6年4月現在）

対象者：国分寺市在住で、共同生活援助の支給決定を受けているかた

定員：女性6名、男性6名

行事等：クリスマス会、お花見等季節行事、誕生日会、その他利用者の皆さんと話し合ってイベントを実施しています。

その他：日中の時間帯は、地域社会とのつながりを大切にするため、つうしょサービス等をご利用いただいています。

**ごページ：コーナーケアホームひかり写真かん　何気ない生活のひとコマ**

（注）ケアホームひかりでの利用者さんの生活を紹介する写真掲載コーナー

（写真・いち）ケアホームひかりで提供される夕食やリビングで利用者さんが食事をとっている写真

（写真・に）利用者さんが作った作品やポスターが壁に掲示されている様子の写真。

（写真・さん）利用者さんが生活するリビングやキッチンの写真

（写真・よん）利用者さんが使うコップやスリッパなどの小物の写真

**ろくページ：レッツ、活動の講師の紹介**

（リード文）　万葉の里の関係機関・団体の方々にスポットをあててインタビューを行うコーナー「レッツ」。第5回は、精神疾患があるかたの自宅に訪問し、日常生活やこころのケアをサポートされている「訪問看護ステーション　ナーシングウィン」看護師のおの　かつこさんと、作業療法士のつのだ　ともこさんにお話を伺いました。

（写真）看護師おのさん、作業療法士つのださんが並んで映っている写真

（小見出し・いち）地域活動支援センターつばさ（以下、つばさという）の研修で講師をすることになったきっかけ

つのだ

利用者さんの支援を通して、つばさのスタッフのかたとつながりました。利用者さんが自分の利用している福祉サービスについて、思うことを話してくれた時に、もしかすると支援スタッフも悩んでいるのではと感じることがありました。私たちから客観的に見えていることをスタッフの方々と共有し、利用者に対する関わり方に変化が起こればよいと思い、講師を引き受けました。

おの

　利用者さんから対人関係の悩みを相談された時に「そういう人だから諦めよう」と我慢させてしまう方法は、その後相談がしづらくなるだけではなく、問題に対処する力が衰えてしまいます。つばさは利用者さんにとって相談の中心となる場所なので、我慢させるのではなく、できることを広げられるような関わりかたをしてほしいと思っています。

つのだ

スタッフが、研修で専門的な知識や障害・病気に対する理解を得ることで、「困っている人」という見方から、「この部分について困っている」と具体的に説明できるようになってきました。スタッフ自身で問題点を整理し、分析ができるようになったことは、研修による成果だと感じます。

（小見出し・に）精神科訪問看護の仕事や、やりがいについてお聞かせください。

おの

　訪問看護というと、入浴の介助や薬の管理、じょくそうのケアなどを看護師が行うというイメージがあると思います。実際に、そのような支援も行いますが、「まるまるがしたい」という希望を実現するために、薬や病状を管理するだけでは充分ではないことがあります。また、人から管理されている生活は、利用者さんにとって、とても苦しく、希望を持ちにくくなります。私たちは、看護師が行う身体的サポートと、作業療法士が行う生活面や環境面の分析のふたつの側面からアセスメントを行います。利用者さんの希望に沿った生活を実現するために、どちらもかかすことのできない専門性だと考えています。

つのだ

作業療法士は、　「洋服を買いたい」けれども精神症状がつらくて外に出られない人が、洋服を買うためのどこに困っているのかを見つけ出し、改善できることを提案します。発達障害のある小学生が、相手の表情を読み取れないために友達との関わりかたが分からず、相手をたたいてしまうという困り事に対し、訪問時に相手の表情を読み取るコツを、遊びに取り入れて一緒に練習します。繰り返すうちに「何で友達が怒っているかちょっと分かってきた」と、成長していく姿を実感できうれしいです。

（小見出し・さん）日々心がけていること、これからの展開について教えてください。

おの

私たちは、訪問看護の支援者という以前に、ひと対ひとという関係を大切にしています。うれしい時は一緒に喜び、怒っている時は一緒に怒る。私たちが困っていたりつらいときに、利用者さんが励ましてくれることもあり、お互いに影響し合うかんけいせいになっていると思います。

つのだ

一つの事業所ではできなくても、地域の事業所の様々な職種の方々が集まりアイデアを出し合うと、実現できることが増えます。今後の目標は、困っている人がいた時に、地域の事業所の支援が何層にも重なって、必ずどこかとつながることができる。地域のネットワークを作りたいと思っています。

おの

国分寺市では、利用者さんの生活の基盤を医療サポートで整え、次のステップである地域生活や就労を支える福祉サービスへスムーズに繋がるネットワークができている実感があります。これからも国分寺のネットワークの中で、実践を重ねていきたいと思います。

**ななページ：うぃず、職員の紹介**

（タイトル）うぃず　職員リレー紹介

（以下職員の紹介と記事）

（小見出し）

氏名：あかいし　なおこ

所属：看護師

勤続年数：1６年

好きな言葉：自分らしく

趣味：ハイキング・温泉

本文：　ぜん職までは、医療現場で勤務していましたが、違う視点で仕事をしたいと思い万葉の里で働き始めました。利用者さんには生活のベースがあり、そこに支援する人がいることで、健康な状態を保ち、地域生活を続けることができます。看護師として、その健康維持をサポートする大事な役割を担っていると感じています。医療てきケアを必要としている方でも、普段は家族がおこなっているケアを看護師が担うことで、たくさんの仲間と社会参加ができます。これも看護師ならではの支援だと思います。家族はもちろん、様々な分野の専門職が協力し、利用者さんの生活を支えています。その連携が、心地よい関係になるように、どんな時でも「コミュニケーション」を大切にし、たくさんの言葉を交わし「協働」していきたいと思います。そして、日々元気につうしょする利用者さんと顔を合わせて「おはよう」と挨拶をすると、嬉しくて思わずこちらも笑顔になります。「いつまでも元気で」をみんなで作りたいですね！

（小見出し）

氏名：あおき　よしこ

所属：つうしょ支援いっか、生活介護事業太陽

勤続年数：4年

好きな言葉：いちごいちえ

趣味：植木いじり＆大相撲観戦

本文：学童保育所に勤めていた頃、夏休みに児童たちと障害者センターに行ったことが、万葉の里との出会いです。その時に会った利用者さんのいきいきとした笑顔が、とても印象的でした。障害のある児童にも多く関わっていたことがご縁で、障害者センターのショートステイを利用していた児童のご家族から「ショートで働いてみない」とさそわれ、しばらく学童と兼業していました。次第に、障害分野を専門にしたいという気持ちが強くなり、本格的に万葉の里の職員として働くことになりました。

利用者さん一人ひとりと真剣に向き合い関わるうちに、得意なことや苦手なこと、好きな食べ物や飲み物など知ることが出来ました。また、利用者の皆さんが驚くほど感性が豊かで、色んなことができることを新たに発見し、私自身が学ばせていただくことが多いです。

ご自宅やグループホームとは違った場所で過ごし、笑顔で帰られるよう、そして太陽が好きだと思えるような支援をしていきたいと思います。「利用者さんの笑顔は私の宝！」

（小見出し）

氏名：ふじき　ゆうすけ

所属：国分寺市障害者基幹相談支援センター

勤続年数：7年

好きな言葉：不易流行

趣味：草野球・麻雀

本文：「この人といると、よくわからないけど、なんかほっこりする。」と思われる存在になりたい。これは、仕事だけでなく、私生活においても、私の核となる想いです。相手が心地良さを感じられる接しかたができれば、自分も相手からプラスのパワーを得ることができます。そうすると物事の大抵のことは良い方向に進み、みんながハッピーになれると思っています。

　そのため、自分の表情や、声のトーン・大きさ、まとっているオーラ（雰囲気）などが、相手と接するときに圧力とならないように心がけています。

これまでに出会った人たち、これから出会う人たちみんなに、一緒にいると「いつも笑顔になれる。」「なんか安心する。」と思われるよう、そして私の魅力となるよう精進していきます。

　私がこれまでに出会い、このような人になりたいと尊敬する人たちのように、いつも笑顔で、人を大切にし、そして後ろを振り返ったときに、自分を慕ってくれる人がたくさんいる、そんな人に私はなりたい。

次回の職員リレー紹介は、がなハ　のぶこさん、しが　みかさん、こすぎ　おさむさんの紹介です。

**はちページ：いやしけよごと、理事長メッセージ**

（小見出し）いやしけよごと～いいことがありますように～

万葉の里では、平成15年度から令和2年度までの17年間、利用者やご家族、関係者、地域住民等の交流イベントとして、国分寺市障害者センターを拠点に「はばたけ!! サンサンゆめまつり」をおこなってきました。しかし、残念ながら令和2年度は2月から感染拡大した新型コロナの影響で中止となり、令和3年度は各施設をオンラインで結び、「おまつりウィーク」として、イベントの内容を工夫し実施しました。また、令和4年度は、12月の障害者週間に合わせて、イベントを組みました。

さて、令和5年度は5月に新型コロナウィルスの位置づけが5類に移行することに伴い、どんなイベント内容にするのか。たまさかこの年わいずみプラザの大規模修繕が行われており、駐車場の利用もままならない状態でした。

そんな中で、「はばたけサンサンゆめまつり」から「万葉の里オープンデイ」と名称と装いを変え、利用者がホストとして国分寺市障害者センターにみなさまをお迎えし、普段の様子や利用者の発表等を通じて、利用者ご家族、関係者、地域住民等と直接交流をする機会を設けることで、より身近に活動を知って頂くイベント企画として、再出発することとなりました。

万葉の里では初めての試みということもあり、どんな評価を頂けるか内心気になっていたところでした。しかし、当日は200名を超えるお客様が来場し、当日の参加者からのアンケートを読むと、「楽しかった」という意見が多く寄せられ、また「子どもがたくさん参加してくれていて良かった。未来の力だ」「普段の利用者の様子がうかがえ、リアルだった」「利用者と話ができて良かった」「利用者がいきいきしているのが良かった」「体験コーナーが良かった」など概ね好評でした。

「こんなやりかたがあってもよいのではないか」と胸を撫でおろしたところです。多くの皆さまのご来場に感謝申し上げます。

（理事長、むろち　たかひこ）

（小見出し）第3しゃ評価受審結果と利用者アンケート結果報告について

万葉の里では、利用者の方々の「声」を聞く取組として、第三者評価、利用者アンケートを、毎ねんど実施しています。令和５年度は、「国分寺市障害者センター」において、生活介護、自立訓練、就労継続支援B型の三事業、「KOCO・ジャム」においては、生活介護の一事業にて第三者評価を受審しました。また、地域活動支援センターつばさ、指定相談支援事業、障害児相談支援事業、短期入所・日中一時支援事業にて、利用者アンケートを実施しました。

二つの取組をとおしていただきましたご意見、ご指摘、評価につきましては、職員間で共有し、今後の事業運営とサービス向上に活かしていきます。皆様のご協力、ありがとうございました。

なお、評価機構による評価結果は「とうきょう福祉ナビゲーション」のウェブサイトに掲載されております。また、利用者アンケート結果につきましては、万葉の里ウェブサイトにてご覧いただけます。

（ページ右下に万葉の里ウェブサイトにアクセスできるQRコードの記載あり。）

**はちページ：編集後記**

（小見出し）編集後記

昨年のオープンデイでは、写真撮影のため館内の巡回をしていましたが、開館前には各フロアで館内の装飾や販売・展示の準備を行う様子や、多目的しつでは、利用者さんが演奏のリハーサルを行うなど、職員・利用者ともに真剣に取り組んでいる姿が見られました。また、久々の交流の機会となりましたが、当日は多くのお客様にご来場いただき、地域とのつながりは途切れていないことを実感しました。このつながりを大切にしながら、これからも地域のみなさまとともに歩んでいきたいと思います。

**奥付**

発行び：202４年４月1日

発行：社会福祉法人万葉の里

住所：郵便番号185-0024、東京都国分寺市泉町2-3-8

電話：042-321-1212　、ファックス：042-321-1207

制作協力：有限会社ななしゃ

印刷：社会福祉法人ななえの里、ともしび工房

問合せ先：社会福祉法人万葉の里、広報委員会