

平成29年3月24日 木

24号

アップルボード

- グループホーム世話人向け研修報告
- 「合理的配慮」に関する事例報告会 人権擁護委員会内部研修報告
- わたしのニヤリ・ホッと
- 川柳ぼーど



グループホーム世話人向け研修

下記の日程で、東社協知的発達障害部会利用者支援研究会主催の学習会が開催されました。「権利擁護」とは何なのか、どんな場面で、どのように支援に活かしていったらいいのか、人権擁護委員長の渡辺和生氏の講義や人権擁護委員によるグループワークを通して学びました。

第1回 平成28年12月13日(火) 福祉プラザ台東清峰会浅草ほうらい

第2回 平成29年 1月19日(木) 東京都障害者福祉会館

第3回 平成29年 2月15日(水) 障害者支援施設たんぽぽ

権利擁護 ~よりよい暮らしを支えるために~

講師：渡辺 和生氏(知的発達障害部会 人権擁護委員長)

入居者の暮らしを支えるグループホームの業務は、食事の準備や掃除、洗濯などの家事をはじめ、健康管理、金銭管理、相談や地域との関わりなど多岐にわたっています。こうした業務の根底を支えるのが「権利擁護」の意識です。今回の学習会では「権利擁護」とは何なのか、どんな場面で、どのように支援に活かしていったらいいのかを学んでいきます。

世話人としての働きがいとなる、利用者の豊かな暮らしをどう実現していったらいいのかを一緒に考えていきましょう。

また、多くのグループホームでは、一人職場であるがゆえ世話人同士の連携が図りにくい現状もあるかと思いますので、他ホームの世話人と情報を交換し合う場も設けました。

上記の案内に、第1回35名、第2回34名、第3回43名の方が参加されました。グループホー



ムの世話人が参加しやすいように10時30分から14時30分での学習会でしたが、なかには勤務入り前や勤務明けで参加された方もおられ、会場を埋めた受講者の熱意が伝わってきました。

まず初めに、知的発達障害部会人権擁護委員会が平成22年に発行した「人権ハンドブック」の紹介があり、その中から、支援者の基本的な態度・姿勢として、①支援者としての自己覚知の必要性 ②支援者が「利用者中心」という考え方を心の中に常に堅持していなければならない③ケアワー

カーとしての仕事とソーシャルワーカーとしての仕事を同時並行的に行う④利用者の課題を共有しチームワークを大切にす。という4点について説明がありました。特に、「支援者としての自己覚知の必要性」については、つつい人と比較してしまいがちですが、「利用者支援するためには、自分自身について知ることが大切」「自分をわかることは案外難しいので、意識的に自分の傾向を知るようにする」「完璧な人間はいない、自分のダメなところも受け入れる」「支援者が自分自身を認められることもとても大切」「働いている人同士がお互いに助け合うことが、人が幸せになる近道」とお話ししてくださいました。

次に、アメリカの精神科医ウィリアム・グラッサー博士が発表した選択理論心理学の「5つの基本的欲求」を通して、より良い人間関係を築くために、我々人間が遺伝的に持っている「欲求」について学びました。「飲食や睡眠、生殖などの身体的な『生存の欲求』」「誰かと一緒にいたいといった満足な人間関係を求める『愛・所属の欲求』」「認められたい、勝ちたいといった『力の欲求』」「自分のやりたいようにしたいという『自由の欲求』」「新たな知識を得たいという『楽しみの欲求』」



欲求』』という5つの基本的欲求を最も満たすイメージが『上質世界』です。人間はこの上質世界のイメージに自分を近づけていくために、その時最善と思った行動を取ります。自分はどんな欲求が強く、どんな欲求が弱いかを知ることが支援者には求められます。人間は、基本的欲求をより満たしてくれる人に好意を持つようになり、貢献欲求が高まるそうです。グループホームや入所施設は共同生活の場でありますから、どんなに緩やかでもルールがあります。「朝6時にシャワーを浴びたい」「夜10時におやつを食べたい」という希望があっても、叶えられない場合もあります。そのような時には、「ご本人が理解できるように丁寧に説明することが大切」と渡辺さんは語られました。説明が足りず納得が得られないと「この人は面倒な人」と“力で言うことを聞かせる”ことにつながってしまうからです。そもそも私たち支援者は、そのようなことがたくてこの仕事に就いたわけではないのですから。

また、我々支援者が不適切な支援に陥る原因でもある「怒り」について解説してくださいました。人はいきなり怒るのではなく「怒り」は2次的な感情で、「不安、つらい、苦しい、痛い、嫌だ、疲れた、寂しい、悲しい、ストレス」などの外因が、「心のコップ」から溢れると怒りに変わるそうです。心のコップ(耐性)を大きくすると怒りにくく怒られ強くなり、小さくなると怒りやすく怒られ弱くなるとのことでした。機嫌や体調と密接に関係しますが、コップに入るストレスの量を少なくするか、甘える、泣く、楽しむなど感情を表出することでコップに付いている蛇口からストレスを放出して、ストレスがコップから溢れないようにすることを心がけたいものです。

昼食時は6名程度がグループになり、食事をしながらの情報交換の時間でした。初対面の方同士が、ホームの勤務を通して日頃感じていること、困っていることなどについてお話しされ

ていました。皆さんが打ち解けてくると笑い声が聞こえてくるようになり、お昼休みが終わるころには会場に一体感が感じられるようになっていました。

午後はワークの時間です。「名刺交換」では人の話をしっかり聞くことを、「ドライバーチェック」では子どもの頃に自分を育ててくれた親や指導者などからの、大人になった今でも自分を駆り立てている内在化された声を体感しました。また、利用者や自分自身がつらい時、困った時にどのようにストレスを発散しているか発表し合い、利用者と自分の共通点や違いを確認しました。

「困ったことをする人は、本人が一番困っている(本当は嫌われたくなんかない)」

「困ったことをする背景に目を向ける(必ず理由がある)」

「相手を変えようとするのではなく、自分が変わる」

「困った行動だけにフォーカスせずに、利用者



のいいところ、素敵などころにもフォーカスする」

受講者の皆さんは、権利擁護について学んだだけでなく、自分と同じ悩みを持った世話人が入居者の生活を支えていることを確認でき、晴れ晴れとした表情で会場を後にされました。研修に参加された世話人のみならず、今後も多くの世話人が横のつながりを持つことで、グループホームで生活している方々の笑顔がより増えることを願っています。

参加者の感想

現実に自分もしてしまっていることがあるのではないかと思いました。

権利擁護について、今までと違った切り口で良かった。

ドライバーチェックを行い自分のことが知れたことが、今後の支援に役立つことだと思った。

心理学的な側面から支援を考えた内容で面白かったです。

昼食を食べながら話せたのは良かったと思います。

講義も聞け、グループワークも楽しく、大変良い機会となりました。

障害者への知識を深めることができました。

自分の心の部分に目を向ける機会をいただき、考えさせられた。

すぐに仕事に役立てそうな、とても面白く有意義なお話で、時間があっという間に過ぎていきました。

近くのグループホームの方々と研修をやりた

《参考URL》「選択理論.jp」<http://www.choicetheory.jp/>(アクセス日:2017/2/24)

「合理的配慮」に関する 事例報告会

人権擁護委員会 内部研修班

人権擁護委員会施設(法人)一覧(五十音順)

いすみ学園、板橋区立徳丸福祉園、青梅学園、希望の苑、
にじの会、さやま園、精華、滝乃川学園成人部、澄水園、
調布福祉園、東京都知的障害者育成会、豊島区立目白生活実習所、
八王子平和の家、は~と・ピア、花の里、富士聖ヨハネ学園、
目黒恵風寮、友愛学園児童部、ライフパートナーこぶし、わかばの家



平 成28年4月、障害者差別解消法が施行されました。それに伴い、「障害者の権利利益を侵害することのないよう合理的な配慮をするよう努める」ことが、私たち事業者にも求められています。人権擁護委員会では、各施設の合理的配慮に関する事例を持ち寄り、取り組み内容やその結果を紹介し合う内部研修を行いました。その一部を紹介させていただきます。

事例 1

食事環境の設定

Aさん・男性・42歳・愛の手帳2度（自閉症）

背景

グループホームで生活。文字と言葉の理解度は高い。他利用者が苦手。
聴覚過敏（特に声）であり、他者の声が気になって居室で大きな声を出す。
他利用者と同じテーブルで食事を摂れない現状がある。

具体的な取り組み

- 個別にパーテーションを設置して本人の好むポスターを貼る。
- 食事の時間を他利用者と30分ずらす。
- ポータブルCDプレイヤーでイヤホンを使用し、好む音楽を聴きながら食事を摂る。

結果

イライラは軽減し、落ち着いて食事を摂れるようになった。

事例

2

個別支援計画の提示

Bさん・女性・50歳・愛の手帳3度（白内障）

背景

個別支援計画の説明や承諾書署名の際に、文字が小さくて見えづらいことがある。また、自身が書く文字は大きく、決められた枠の中に書けないことがある。

具体的な取り組み

- 個別支援計画の字を大きくし、署名の欄を大きくした。
- 利用者の理解度に合わせ、わかりやすい言葉を用いるようにした。

結果

個別支援計画の内容を理解した上で、決められた枠の中に承諾署名を行えるようになった。

事例

3

余暇時間への配慮

Cさん・男性・37歳・愛の手帳2度（自閉症、精神障害）

背景

余暇時間に不安定になり、大きな声を出すことがある。それを他者から注意されると、他害行為に及ぶこともある。コミュニケーション面での要求が強くなり、さらに高揚が増す。活動など集中している間は情緒不安定になる様子はあまり見られない。

具体的な取り組み

- 本人が好んでいる本やプラレールを提供した。
- 居室（3～4人が過ごす）での個別対応を行い、刺激の少ない環境を設定した。
- コミュニケーション面での要求が強くなり過ぎないように過度な関わりを減らした。

結果

少しずつ安定した情緒で余暇時間を過ごせるようになった。

このように、私たちが日頃から行っている支援は合理的配慮に基づいています。しかし、その方法の一つではありません。状況に応じて柔軟な対応を行うことが求められると思います。“じんけん Board”をお読みのみなさまにも参考になる支援があったかもしれません。ご意見・ご感想をお待ちしております。



支援を通じた利用者とのかわり、ご家族との会話の中や地域の方などが集まるところで偶然出会う瞬間に、「ニヤリ」としたり心が温かくなったりすることがあります。自分だけのものにしておくのは「もったいない」ので、「ホッと」な気持ちが広がっていくように書き留めてみました。

日中活動時間に、施設裏のコンビニ駐車場のゴミ拾いをご利用者と一緒に取り組み地域貢献していた。職員からの積極的な活動であり、ご利用者と共に取り組む姿に嬉しくなりました。

遠くにいる利用者と呼ぶ際にやさしい口調で比較的小さめの音量で声かけていた。遠くにいるということで大声で呼んでしまいがちな場面だが、周囲に配慮した関わり(場面)にほっとした。

利用者間でお互いの居室に遊びに行くことはなかった。了承を得て、ある利用者の居室に数人が集まる機会を作ると笑顔が増えて、過ごしやすい印象だった。普段一人で過ごしていた方も進んで集まって一緒に過ごしていたことに心が温まった。また周りの職員もそのことに賛同し行動に移した姿にニヤッとした。

入職3日目の職員が、ご利用者に話しかけられ、膝を折り目線を合わせて対応していた。何気ない会話時にも、きちんと目線を合わせて話をする心遣いを忘れていた自分に気付いた。

近所の方でゴミ出しのルールを守らない方がいます。それをいつも進んで片づける支援員がいて感心しています。

宿泊行事で、利用者と一緒に行事を楽しんでいる姿に、にやりほっとした。その職員と一緒に行動していた利用者は、普段の何倍もの笑顔が見られていた。

今年もハロウィン行事で、職員がそれぞれ仮装を行ない、ご利用者のために、地域(近隣の保育園児)のために、盛り上げていた姿が素晴らしい。他施設のご家族からも「見に来ました。」とあり、継続している結果も感じた。

小走りに急いで廊下を移動していた職員が落ちていたゴミに気付き、急いでいたにもかかわらず拾っていた様子に、当たり前かもしれないが、見ていてにやりとしました。

施設長がいつも身の上相談に乗ってくれる。



支援者の皆さんが『自分の仕事を振り返る』『権利意識を高める』きっかけになればとの想いを込めた川柳のコーナーです。皆さまの投稿お待ちしております。

利用者の
笑顔を見れば
元氣100倍

作・キャプテンアメリカ

入選作品

ありがとう
そのひとことで
定年に

作・のんべえ

優秀作品

朝起きて
職員来るのを
待っている

作・まきさん

優秀作品

「ちよつと待って」
いつまでも待ち
あきらめた

作・カメちゃん

最優秀作品

安全を
重視するほど
ダメばかり

作・SYM

表情・ジエスチャー
コミユニケーション
一つじゃない

作・ななしのんべ

—作品背景—
利用者に「ありがとう」と
言われたおかげで定年まで働
くことができました。

—作品背景—
「ちよつと待って」ついつい言い
がちではあるが、利用者にとって
はつらい待ち時間。

—作品背景—
何ごとも安全に実施することは
当然のことであるが、安全を重視
するほど「あれもダメ」「これもダメ」
となり、利用者の思いや、やりたい
ことができなくなってしまう。「安
全」を口実にはいけない。

投稿おまちしております

今号は川柳コーナーでしたが、読者の皆さまから様々な投稿をお待ちしています。

- ①「わたしのニヤリ・ホッと」
- ②「誰か教えて！私の支援間違っていない？」
- ③「川柳ぼーど」

①②の投稿につきましては、紙面の都合上1,200字以内とさせていただきます。原則として原文のまま掲載いたしますが、場合によっては内容を損なわない範囲で加筆・修正させていただきます。尚、事例については、施設・個人名が特定できないよう配慮をお願いいたします。

- ③の川柳のテーマは福祉に関係するものであれば構いません。投稿は匿名でもお受けいたします（その旨記載してください）。手紙、FAX、メールとお好きな方法で送ってください。

手紙の場合

〒162-8953 東京都新宿区神楽河岸1-1
社会福祉法人 東京都社会福祉協議会
知的発達障害部会 人権擁護委員会宛に送ってください。

FAXの場合

03-3268-0635
知的発達障害部会 人権擁護委員会宛に送信してください。

メールの場合

東京都社会福祉協議会 知的発達障害部会 事務局
c-saito@tcs.w.tvac.or.jp 宛に「じんけんボード投稿」
とタイトルをつけて送信してください。

編集 後記

昨年、話題になった「アドラー心理学」の本によりますと、幸福のカギは「対人関係」の改善にあるようで、「すべての出会いとすべての対人関係において、ただひたすら最良の別れに向けた不断の努力を傾ける」と書かれています。「この人と出会い、この人とともに過ごした時間は、間違いじゃなかった」と思えるような関わり方をすることだそうです。利用者にとっての対人関係の悩みは私たち支援者だったりもします。利用者の皆さん一人一人の人生を考えると私たちの意識的な関わりはお互いを幸福にするカギとなるでしょう。そんな思いの支援者が多くなれば素晴らしい福祉社会が実現できるのだと思います。「意思決定支援」と「合理的配慮」、その根底にはこのような考え方も求められているのだと、この本の反響からも伺えます。