

11月の予定

<p>【けやき】</p> <p>2日 職員会議 16日 法人研修会 19日 土曜日活動</p>	<p>【はるか】</p> <p>6日 湖北台地区秋祭り 9日 はるか会議 12日 土曜日活動(移行・B型)</p>	<p>【おおばん】</p> <p>5日 土曜日活動 12日 新木文化祭 17日・18日 おおばん旅行 9日・30日 おおばん会議</p>
<p>【ふれんず】</p> <p>4日 特別おやつ 10日 特別おやつ 16日 特別おやつ 22日 特別おやつ</p>	<p>【グループホーム】</p> <p>〈太陽・空〉 28日 GH空会議</p>	<p>【本部・公益事業】</p> <p>〈こほく子供食堂〉 11月17日 はるか(北口) 〈夜間中学〉 毎週金曜日 はるか(北口)</p>

・・・奥久慈のリンゴ販売、今年度で終了のお知らせ・・・

いつも奥久慈のリンゴを楽しみにしてくださっている皆様には、急なお知らせで、大変申し訳ございませんが、毎年、販売している、茨城県太子町の奥久慈リンゴの販売を、今年度にて、終了させて頂くことになりました。星リンゴ農園さんには、いつもおいしいリンゴを提供して頂き、また、大勢のお客様にもリンゴやジャムをお買い上げ頂きました。改めて、感謝申し上げます。



～ そよ風のように街に出よう～

S S T L

つくばね通信



社会福祉法人つくばね会
代表 千葉県我孫子市都部新田37-2

TEL 04-7187-1944

FAX 04-7187-1947

HP <http://tukubanekai.sakura.ne.jp/>

編集・発行：けやき社会センター・はるか
おおばん・ふれんず

1994年8月24日 第三郵便物承認

2022年10月18日発行(毎月12回2・4・6・8の日) 通巻第5259号

川口市元郷1の10の13 頒価 50円
郵便振替 00100081411223

発行人 埼玉県障害者団体定期刊行物協会

「初恋」 いまは、親ガチャなどという言葉がありますが、自分が生まれ落ちた環境で背負う課題は様々。中学3年生の冬期講習でS君に出会うまでは、私は自分の荷物に向き合うことも、認めることもできず悩む思春期を過ごしていました。

私の下の妹は先天性の脳性小児麻痺で重複障害を抱えています。親は妹にかかりつきりだったため、長女の私は幼い頃から祖母に育てられました。

今から40年以上前の話です。福祉サービスの整備が今以上に不十分な時代で、親は妹の存在を周囲から恥ずかしいだの血筋だの言われ、隠す傾向がありました。私も親しい同級生にしかなることを話せませんでした。S君と出会うまでは・・・

冬期講習中に共に受験勉強に励む中、意気投合し毎日残って、勉強を教えてもらっているうちに好意を持ち、講習最終日に、家族のこと、妹のこと自分の気持ちを打ち明けました。S君は黙って話をきいてその日はそれぞれ帰宅しました。

嫌われてしまった。話さなければよかったと後悔の念で眠れず朝を迎えました。

そして翌日ポストに1冊のノートが・・・

中には、ノートいっぱい「道はすべての人の前に開かれている」の抜粋がぎっしり、しかも応援メッセージまでついて。

涙と共に、目の前がパーッと明るくなったようで、自分を分かってくれる人がいるのだと安心感と感動とそのような気持ちでした。

それから、私は人に妹のことを話すのが怖くなくなりました。

障害を持つのはたまたまなこと。恥ずかしいとか、後ろめたいとか思うことがおかしい。そのことに、中学生で気付かせてくれた人に出会えたことは、その後の人生に大きなプラスになりました。何かしらのハンディを持った時、本人や家族の努力はもちろんですが、どんな考えの人と、どの時期に出会うかで、人生は変わってくる。

私が、障害を持った方やその家族と出会う時、勇気や元気や温かさを伝えられる人でありたいと思います。

追伸 S君の現在は、とある高校で、数学の先生をしております。

はるか 三代

つくばね会考課者研修に参加しました

8月19日に第2回考課者研修が行われ、参加させていただきました。
考課者研修とは、つくばね会に所属する主任以上のクラスの人達が受講させていただく人事考課についての研修です。

前回の研修では「自己覚知・自己評価の在り方」についてをテーマに講話がありましたが、今回は他者評価についての研修でした。事前に数名の他者評価を行って参加し、会場で他者評価を実際に行ってみた感想や、結果をグループワークで話し合いました。グループワークを通して、他者評価の難しさや、問題点が浮き彫りとなり、その問いに対して講師の伊集院氏が、他者評価のポイント等を、丁寧に説明をしてくださりました。

この研修を通して、他者評価におけるポイントは、対象者の人物評価ではなく、行動の事実を評価することが大切なのだ学びました。行動の事実をフォーカスし、評価するのは難しいことではありますが、この研修で学んだことをどう活かせるか、模索していきたいと思えます。

(はるか 宮澤)

はるか移行 内定者インタビュー

はるか移行では8月に2名の方が、企業の内定を頂きました。今回内定を勝ち取られた2名の方にインタビューを行い、就職して頑張りたいこと、面接の話、後輩へのメッセージなど、貴重なお話を伺うことができました。



○就職おめでとうございます。就職して頑張りたいことを教えてください！

Hさん：雰囲気を見て、自分のできることを増やしたいです。

Sさん：緊張するけど、職場の人としっかりコミュニケーションが取れるようにしたいです。

○就職で1番緊張する“面接”。聞かれたことや感想を教えてください！

Hさん：通勤経路や趣味など、自分についてのことを聞かれました。面接の中で自分のことをたくさん知ってもらえた気がします。

Sさん：志望動機、家族関係、好きなサッカーのことを聞かれました。緊張しましたが練習を思い出してしっかり答えられました。

○あなたにとって仕事をするとはどういうことですか？

Hさん：たくさんの発見をすること。人と一緒に仕事をしていろんな考え方に触れてみたいです。

Sさん：仕事とは生きること。家族を食べさせていけるようになりたいです。

○これから就職を目指す後輩たちにメッセージを！

Hさん：日々の訓練の中で社会人としての振る舞いやマナーを身に付けてほしいと思います。自分のペースで出来ることからやってほしいです。

Sさん：はるかの訓練の中で（礼儀正しい）言葉遣いを勉強してほしいと思います。

お二人とも9月1日からお仕事をされています。充実した人生になるよう応援しています！

(はるか 中林)

食品添加物表示の基礎知識セミナー



令和4年7月に千葉県障害者就労事業振興センター主催の食品添加物表示の基礎知識セミナー(オンライン研修)に参加しました。

まず食品添加物とは保存料、甘味料、着色料、香料などの食品製造過程または食品の加工・保存の目的で使用されるものをいい、食品添加物は原則、物質名で表示する事と食品衛生法で定められています。原材料名に食品添加物の名称として使用できるのは、食品衛生法施行規則の別表や既存添加物の物質名表、天然香料基原物質リスト一般飲食店添加物の物質名表に記載されたものだけとされています。

指定添加物リスト(一部抜粋)	
L-アルギニンL-グルタミン酸塩	β-カロテン(別名β-カロチン)
亜塩素酸ナトリウム	クエン酸イソプロピル
エステルガム	L-グルタミン酸マグネシウム
塩化カリウム	乳酸カリウム
塩化マグネシウム	ビオチン

通常複数の添加物の組み合わせにより機能を果たすものや、食品中にも常在し個々の成分を表示する必要性が少ないと考えられたもので一括表示が認められているものは、一括名表示ができるとされています。

食品添加物の表示については様々な規約や法が定められていますが、全ての食品添加物を表示しなければならない訳ではありません。「栄養強化の目的で使用されるもの」「加工助剤」「キャリーオーバー」等の場合、表示を省略する事ができます。(当該添加物に由来する特定原材料のアレルゲン表示は必要。)

この添加物の表示が食品衛生法によって定められた事により、表示されている食品添加物の安全性が気になる消費者が多くなり、そのニーズに応えるため「無添加・不使用表示」製造・販売を行う事業所が増え、消費者の「食の安全性に対する誤認」が増加し問題となりました。

食品衛生法の食品表示基準第9条第1項第1号には「実際の物より、著しく優良又は有利であると誤認される用語」と定められており、厚生労働省はこの「消費者の食の安全に対する誤認」問題から無添加・不使用表示について「食品添加物の不使用表示に関するガイドライン」を新たに策定し2022年3月30日施行、2024年4月1日に完全移行としました。

この研修を受講する前は「添加物＝体にあまり良くないもの」と少なからず思っていたのですが、講義の中で「添加物にも社会的な役割がある」事を学びました。(◎健康維持：減塩効果、栄養補助、◎介護食：嚥下の助け ◎食品ロスの低減：賞味期限の延長・嗜好性の向上による廃棄量削減 ◎災害時の備蓄品：食品の長期保存等)

また添加物の表示問題では、自分自身、注意して購入していなかった所があり、この研修の講義を受けてからは表示が正しいかどうか確認する様になりました。この添加物について正しく学び、製造する側は正しい添加物表示を、消費者としては添加物表示が正しいか確認する事で食生活がより良いものへ変化していると改めて思いました。

(おおぼん 宮澤)



避難訓練の体験をしてきました！



8月27日（土）に松戸にある西部防災センターに行ってきました。今回は震度5の地震、火事を発見した時の通報の仕方、火災時による煙の中の避難の3つの体験をしました。

地震の体験ではテーブルの下に素早く移動し手で頭を守り、煙の中の避難では視界の悪い中手で口を覆い低い姿勢で壁をつたって出口まで上手に避難する子ども達の姿が見られました。119番通報では、どこで何が起きているかどんな状況かをモニターに出る指示に従いながら上手に通報することが出来ました。どの体験もしっかりと話を聞き真剣に取り組めました。他にも消火活動や風速30メートルの強風などがあり、また機会があれば体験したいと思います。体験後の子ども達からも「また行きたい！」という話もあり、良い経験ができたと思います。



自然災害はいつどんなことが起こるか予想が難しい為、ふれんずでもいざという時に備えて防災について職員間で確認を行い、実際に起こった時に子ども達を安全に避難できるようにこれからも努めていきたいと思っています。（ふれんず 塚原）

～より良い支援へ繋げるために～

ふれんずでは毎月の職員会議の際に、各月担当になっている職員が事前に福祉に関連するものや支援方法等、題材は自由とした事前調べを行い会議にて内容を共有し知識と理解を深める時間を設けています。このような時間を設けることにより、経験のある職員と新人職員での共通意識を持つことが出来ます。また日々の支援等を見直す機会となり事業所全体でより良い支援に繋げていきます。今回は、今までの題材の中から一つ「ノンバーバルコミュニケーション」についてご紹介させて頂きたいと思っています。

皆さんはノンバーバルコミュニケーションをご存知ですか？直訳すると、言葉によらない、コミュニケーションのことです。コミュニケーションには二つの種類があり、一つはバーバルコミュニケーション（言語的）と言って会話などの通常のコミュニケーションのことです。もう一つがノンバーバルコミュニケーション（非言語的）と言い言葉以外でのコミュニケーションがあります。具体的に例をあげると、声の大きさ、表情、振る舞い、服装などがあります。特に第一印象を左右することが多いのが、言葉によらないノンバーバルコミュニケーションです。実はこの非言語部分がコミュニケーションにおける9割を示しているのです。人が他人から受け取る情報（感情や態度など）の割合は『顔の表情55%・声の質（高低）、大きさ、テンポ38%・話す言葉の内容7%』という実験結果が出ており言語的な部分は1割にも満たない、7%しか相手に伝わらないのです。たとえば、普段の日常生活においても、下を向いて小さい声で「今日はとっても元気なの！」と言ったとしても、言語的には「元気」と言っていますが、非言語的な部分は「元気がない」と言っています。ですから、本当に元気なのか疑問に感じるようになります。ノンバーバルコミュニケーションは福祉現場でとても大切なことです。

相手の目に映る第一印象は、表情や身だしなみです。肯定的な表現や笑顔の良い表情は誰からも好かれることにつながります。また、身振り手振りを大きくすると実感があり説得力が生まれます。逆に、顔が無表情になったり、身だしなみが整っていなかったりしたら、本当に伝えたい情報が相手に伝わらなくなります。しっかり相手に気持ちが伝えられるように、言語だけではなく非言語部分においても今後も心がけたいと思います。

（ふれんず 松崎）

けやきに異動して・・・

今年の4月にふれんずからけやき社会センターに異動しました。2004年～2013年4月までけやき、2013年5月～2022年3月末までふれんずでしたので、約9年ぶりにけやきに戻ってきました。戻ってきて感じたことは自分もですが、皆さんも年齢を重ね、以前よりけやき全体の雰囲気がのんびりしていると感じました。

以前は就労継続B型事業所だったこともあり、作業中心で「バリバリ働くぞ！」という方も多くいました。休憩中に卓球やバドミントンをする人もいました。現在は、生活介護事業所になり、お昼休みや休憩時間にソファに横になって寝ている人も多く、のんびりと過ごしています。作業は無理せず個々に合ったペースで行っています。

以前は20代30代の方が多かったけやきが今では30代～50代が多くなってきていて、利用者の高齢化を日々感じています。でも皆さん昔と変わらず元気にけやきに通ってきています。

高齢化が気になるけやきですが、3月に卒業し4月からけやき社会センターに入った利用者の方が4名います。その中に一人に小学1年生からふれんずを利用している方がいます。

ふれんずが、「放課後等デイサービス」を開始する前の、「日中一時支援事業」の時から利用です。まさか、私の異動時期と同じタイミングで、けやきに入るとは思っておらず、知ったときは驚きました。

小さい頃から見えた方が、一緒にけやき社会センターで働いているということが信じられない気持ちでいっぱいです。けやき社会センターでも、ふれんずの時と変わらず、職員や、昔から知っている利用者に甘える様子や、デイ班で行った公園で楽しそうに走ったり、ジャンプをしている様子もあれば、熊手と、ちり取りで、落ち葉をきれいに掃く姿を見ると、こんなことも出来るんだと、長い間一緒にいても知らなかった新たな面を知ることが出来て嬉しく思います。以前のけやきと変わっているところが多く、覚えることが大変でしたが、ようやく慣れてきました。

けやきの職員としてこれからも日々頑張っていきたいと思っています。

けやき社会センター 進藤

パズルにはまっています
よつばのくろはあめ
コウヤ 尾崎瑛子

重力物たちの冒険を
キレイにぬりました。もっと
やりたいです。★
伊丸 希

ゲームにハマっています
本村 中彦

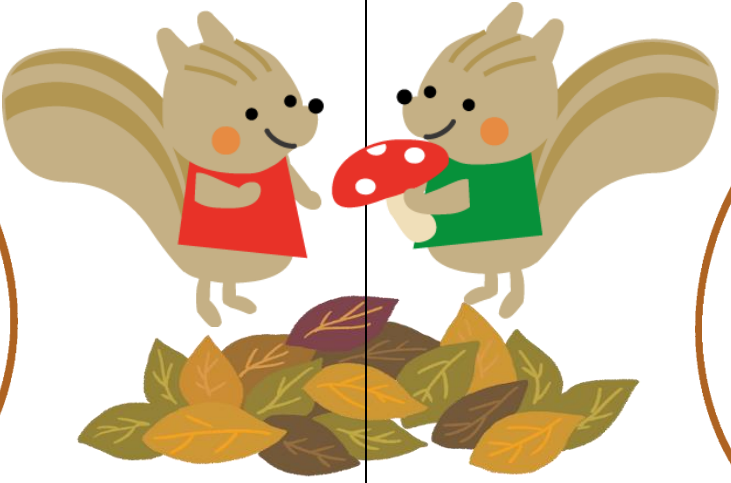
そんごく
まふんた

11月号わいわい

マイゲームを教えてください！

ホケモノに
はまっています。
藤岡 功佑

私のマイゲームは...
テレビと音楽です。
加藤 翔太



DVDにハマっています
田村 朝明

UFO
すけきたけ

しんごせいの
たいきはまっています
かわべ みゆ

8月30日(火)
はるがぞウルトラ運動会ぞ
パルクの競走で1位にあり
金メダルを貰いました。
メダルは自宅の部屋に
飾っています。布川 勝治

自転車に乗っています
宮川 光

コマ×ドン
真由 悠平 丁