平成23年2月
4号

自立からの風だより

発　行
障害者支援施設 自立生活訓練センター
兵庫県神戸市西区曙町1070　TEL 078-927-2727㈹　FAX 078-925-9229

自立生活訓練センター部長
椚田 敏史

新年おめでとうございます。

昨年末に当施設が新しく開設記念として植樹したレモンを収穫しました。一昨年に木の活性化のため剪定を実施し、施肥管理もうまく出来たようで、今期の夏は猛暑だったのですが、大きな実を付け数多く収穫が出来ました。市販されているレモンより、よい物が収穫出来たと思っています。収穫されたレモンは利用者の皆様に楽しんでいただこうと厨房に届け食材に使っていただきました。また、今年の収穫までたっぷり肥料を施肥し、国産無農薬有機レモンを育てます。

昨年度より、障害者制度改革推進会議が開かれています。障害者自立支援法を廃止し新たに仮称「障害者総合福祉法」制定をするため、会議構成メンバーに当事者を含む団体、学識経験者等を加え法制定に伴う制度に反映しようとしております。その、論議に自立の概念に関することがありますが、社会リハビリテーションを実施している当施設では、社会生活適応技術訓練を目的に、本人の同意の下、訓練を実施していますので、個別に考えなくてはならないと思っています。自立についての定義は総ての人々のテーマであり、特に障害を背負って生きる人々には切実なテーマであると思います。

また、国際連合の障害者権利条約は福祉の概念より最優先である、人権の概念で障害者を考え施策を実施されるべきとの事である。であるが故一個人の合理的配慮」・インクルージョン・活動・文化の共有・等がキーワードになっています。

現状の福祉施策については、財源やコストの話になり政治の論点によく使われます。

人が、健康的で文化的な暮らし、誰もが安心・安全な暮らしが出来る、哲学としての社会福祉を私たちが普遍的なものとして、それが当たり前と考えられ実現できる社会であれば良いと考えます。

介助犬広報活動
～はっぴ～カーニバルにて～

第3回となるはっぴ～カーニバルで介助犬のデモンストレーションを行ってきました。介助犬・聴導犬についてまだまだ認知されていないのが現状です。公共交通機関やお店で断られる事があります。少しでも多くの方に介助犬・聴導犬について知ってもらいたいと地域の方等に啓発活動に取り組んでいます。

もしも補助犬と街で出会ったら…

①補助犬に声をかけたり、食べ物をあげないでください。
仕事中に補助犬の気が散ると、事故の原因になったりします。

②補助犬とふれ合いたい方は、必ず使用者の方の許可を得てください。
補助犬が仕事中はふれ合えません。使用者の方の脇で待っているときなど、ふれ合える場合もあります。

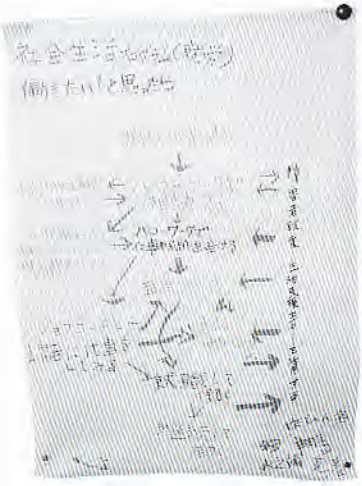
③お店で入店を断られている場面に出会ったら、「法律（身体障害者補助犬法）で補助犬の同伴が認められています。」とお店の方に伝えて下さい。
平成15年に完全施行された身体障害者補助犬法によって、スーパー・ホテル・レストランや公共施設で、補助犬の受け入れが義務付けられました。

社会生活力プログラム

自立生活訓練センターの利用者の多くは、地域生活での自立を目指して日々の訓練プログラムに取り組んでいます。そのような訓練メニューの一つに「社会生活力プログラム」があります。社会生活力プログラムは、社会状況に合わせて、障害がある人の社会生活力を高めるために体系化されたプログラムで、利用者支援の一貫として、社会生活力を高めることを目的に実施しています。

障害のある人が、自身の障害を理解し、自分に自信を持ち、必要なサービスを活用して、自らの人生を主体的に生きる。そして、積極的に社会参加していく力が「社会生活力」であるということを念頭に、今年度は、前期・後期の二期に分けてプログラムを進めていきました。「栄養管理・生活管理・住宅確保・就労・復学・復職」のグループ（7名～8名）がそれぞれに活動しています。

参加する利用者は、グループ討議、意見交換をしながら、それぞれの課題を整理して、地域の資源を広く活用することを実際に体験していきます。職員はサポート役となり、参加者が、自分の考えや意見をメンバーの前で発表できることを大切にします。グループ討議の中で様々な意見に耳を傾け、お互いの意見を聞き、自分の考えをまとめていくことに役立てることを目的としています。参加者の利用期間が短くなってきており、前期に参加できていた人が次のモジュールに段階的に参加することは難しいですが、参加している利用者はグループ活動の楽しさ、普段関わらない参加者間の意見交換ができ、お互いの経験を分かち合えるという交流ができるので、なかなか充実した時間を過ごしていまです。



前期7回、後期8回を1クールとして最終回に活動報告会を行います。報告会は、各グループの発表に、質疑応答も活発に行われ、利用者全員が参加できる会となっています。後期の活動は1／3が終了したところです。参加者の利用目的が「就労・復職」が多いので、就労のグループが2つに増えました。2月の報告会が今から楽しみです。

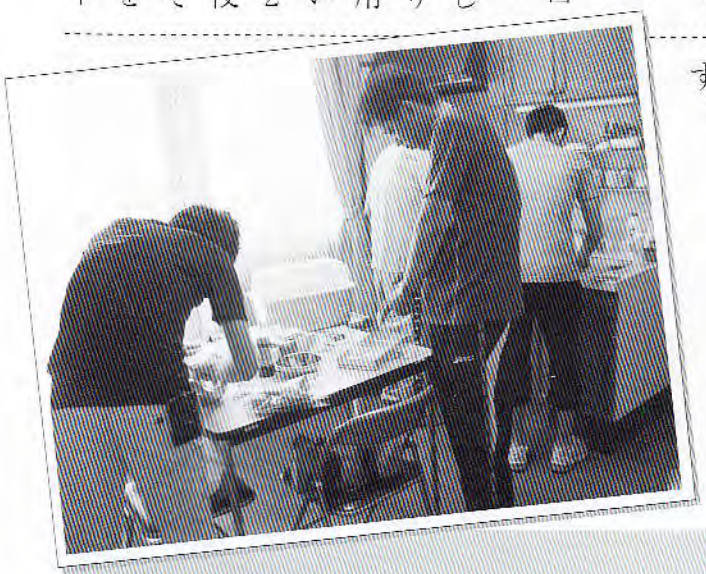
訓練の紹介

高次脳機能障害支援プログラム Aグループ

高次脳機能障害支援プログラムのAグループは主に遂行機能障害のメンバー（11人）で訓練をしています。遂行機能障害は前頭葉症状の一つです。計画を立案したり、要領よく作業をしたり、作業の役割分担をしたりすることが苦手となります。それらにスポットを当て、プログラムを実施しています。

プログラムの例としては外出・調理・模擬店の経営などがあります。これらの作業を、計画・実施・振返りを一つのサイクルとして主に行っています。外出訓練は外出先として西宮ガーデンズ・二ノ宮などがあり、ルートや乗り換え時間を確認して計画します。そして計画通りに行動できるのか、計画は実用的なのかを自ら体験してもらいながら訓練します。調理では2～3人の小グループで計画・役割分担を行い、当日は全員がそれぞれの役割を果たせるのかを訓練します。また誰がリーダーシップを執るのか、効率よく協力し合って作業ができるのかを訓練します。これらの訓練を通して、①自分の苦手な所はどこなのか、②社会に出るためには何に気をつけて今後訓練をするべきなのか、③逆に自分のできていることは何なのか等、自分で自分の障害や行動特性について気付いてもらうことを目的としています。

Aグループでは楽しみながら、しかし実用的で様々な気付きにつなげていけるようなプログラムを提供するように考えています。



高次脳機能障害支援プログラム Bグループ

高次脳機能障害支援プログラムBグループでは、週1回、2時間弱の時間枠を設けて、注意障害の改善と障害認識を促す集団でのアプローチを行っています。注意機能には、注意の持続（集中する力）・選択（見つける力）・配分（同時に見つける力）・転換（別のことに注意を切り換える力）があり、利用者ごとに症状が異なるため、訓練を通して自らの症状を理解し、症状への対処方法を身につけることが大切です。

訓練では、間違い探し等の机上で行える課題、スーパーの広告や公共施設のパンフレットに掲載された情報の中から指示物を見つける課題、廊下を周回しながら左右の壁に貼り付けた数字や文字を見つける課題、総括として、実際の店舗に行き、いくつかの指示物を見つける課題を行いました。

グループで同じ課題に取り組むことにより、他の参加者の症状を間近に見ることができ、自分の症状を振り返るきっかけになります。また、上記のように色々な訓練課題に取り組むことで、自らの症状の特徴が浮き彫りになり、障害認識を深めることができます。

障害認識が深まれば深まるほど、事前の注意点が明確に意識しやすくなり、対処行動が身につきやすくなります。例えば、どのような場面で見落とし・見誤りが起きやすいかを意識し、それらを減らすための事前の予防策がとれるようになります。このように、地道な訓練の積み重ねが症状の改善につながることを、スタッフ一同、実感をもちつつ訓練に従事しています。

高次脳機能障害支援プログラム Cグループ

失語症（言葉が理解しにくい、出にくい、計算が難しい…など）の方を対象に、今年度新たにスタートした集団訓練です。現在は、利用者6名、作業療法士2名、支援員2名で行っています。

買い物（おつりの計算）、飲食店での注文、切符の購入などの社会生活場面を実践的に訓練しています。実際に近くのサティーに買い物に行き、お店の人と会話をして買い物をしてくる訓練もしています。また、コミュニケーションをはかる機会として、カードゲーム、伝言ゲーム、フリートークなども行い、利用者どうしの交流の場にもなるような雰囲気作りを心がけています。

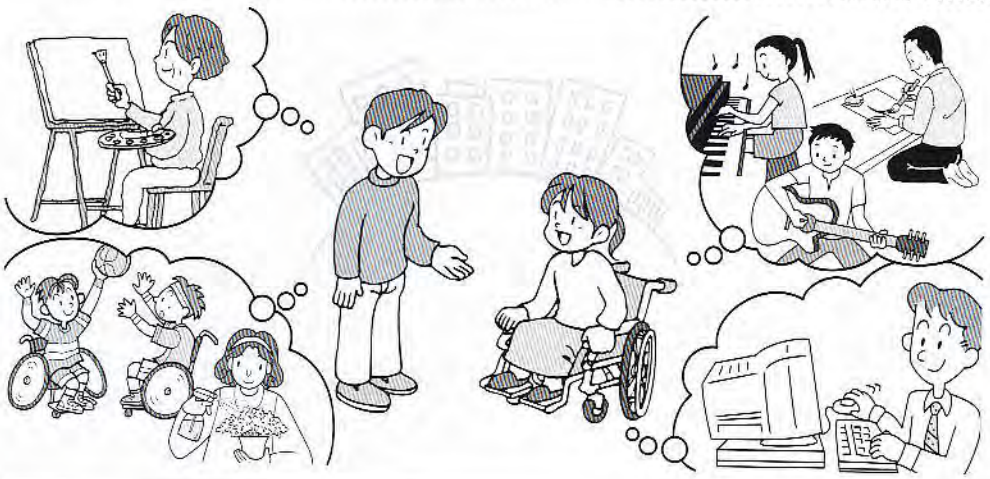
失語症の方では、言葉がうまく伝わらない事で言葉を出すこと自体に抵抗があったり、伝えるのが大変だから話す事を控えるなど、自分からコミュニケーションをとる機会を避けている方も少なくないように感じます。このプログラムを通して伝わりにくくてもあきらめないで伝える気持ち、話していくことへの勇気と自信を身につけてほしいと思い、一緒に楽しみながら訓練を行っています。

訓練の紹介

社会復帰プログラム

平成21年度から高次脳支援プログラムを進めていくなかで、利用者の状況も変化し、「やりたいことを実践する」ことから、「やりたいことを探し、興味関心を探す」ことへと変化してきました。そのため、余暇教育プログラムは、平成22年7月より社会復帰プログラムへと再編し歩み始めています。社会復帰プログラムは、武庫川女子大学茅野宏明教授と学生ボランティアの協力を得て、利用者とスタッフのマンツーマンでの対話を基本としています。プログラムの最終目標は「地域生活において、やりたいことを実施し継続できる行動力の獲得」にあります。プログラムでは、訓練や日課、週末の過ごし方について、その内容や感想等、自由に話をしていきます。利用者の中には過去の話が中心で、現在の感情や退所後の生活など、未来の話題になると話が進まないこともあります。しかし、回数を重ねる中で、今自分が感じていること、過去の話の中でも自分が感じた思いを伝えられるようになりました。

これからも利用者の変化や進展を見守り、より充実したプログラムにしていきたいと思います。



訓練センターでの生活

利用者 塩澤 実

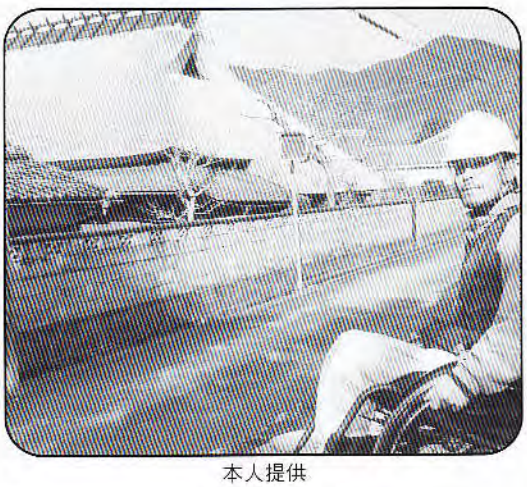
私は茅葺きの屋根を葺く専門の職人で、現場での墜落事故により脊髄損傷、両下肢麻痺となりました。手術後一ヶ月近く病室のベッドの上で過ごした後、はじめて病院の外へ車椅子を押して連れ出してもらったときに、振り返って見上げた病院の建物の巨大さに驚かされました。

わずか六階建ての病院棟がのしかかるようにそびえていて圧倒されました。子供の時には建物はどれも見上げる程大きく、道路は広く、街は未知の領域に占められていて、そこへ踏み出すことは常に冒険でした。車椅子から病院棟を見上げて感じたのは、まさにその感覚で、大人になるにつれて長い時間と経験を重ねて積み上げ獲得して来た、世界の中での自分の立ち位置はすっかり失われてしまったことを思い知らされました。車椅子で生きて行くということは、世界と自分との関係を一からつくり直して行かなければならないということを、覚悟させられたのです。

その道程の困難さを思うと気の重いまま、急性期の病院からリハセンターの中央病院へと転院して来ましたが、タクシーを降りる際にあてがわれた車椅子にまず驚きました。気を抜くとすぐに転倒しそうになる程不安定なそれは、言い換えると乗りこなせば軽快ということで、それまで使っていた車椅子とはまるで別物でした。車椅子が介護用品ではなく乗り物として開発されていることを知り、とても励みになりました。

中央病院から訓練課へと移ると、日常生活の所作はもちろん、車の運転から公共交通機関の利用方法まで、本人が努力さえすれば身につけられる様々なノウハウを示して頂けました。さらに、それらを学び背中を押してもらって少しずつ社会へと踏み出して知ったのは、社会そのものが車椅子での生活を受け入れてくれるように変わりつつあることでした。エレベーターや身障者用トイレといったハード面での整備以上に勇気づけられたのは、人の意識というソフト面での環境の想像以上の変化でした。

それは多くの先輩方や関係者の皆さんが、長い時間をかけて培ってきた変化なのでしょう。自立への道は遠いかもしれませんが、それは独りで伐り拓くものでは無いことにようやく気付かされました。諸先輩方のご苦労に感謝しつつ、自分もまた後に続く人の為に、わずかでも道を広げられるような生き方を模索しなければと思っています。



本人提供

僕にとっての「訓練センター」とは

元利用者 岡本 利之

【障害名】頸椎脱臼骨折による両下肢機能障害 1級

仕事中の思わぬ転落事故で、首を折り、頸椎を痛めてしまいました。その当時は、動けなくなった自分が信じれなく、受け入れる事が出来ず、神様にすがる思いでした。ただただ、動けるようになりたいために、リハビリを繰り返して来たと思います。もう歩くことが出来ないし、立ち上がることも出来ない、それならこの先どうすればいいのか悩んでいたと思います。入院中に、車椅子に移乗することや、トイレ、着衣など、介助なければ出来なかった事が徐々に出来るようになってきましたが、体力もなく、ベッドでの生活時間が長かったと思います。

自立訓練センターには、社会復帰をめざして入所しました。今、思えば、とにかく体力、気力をつけることが、特に、大事だったと思っています。入所当初は、車椅子をこぐのも、乗っているのも、つらかったと思います。訓練センターで、計画されたプログラムに毎日参加しているうちに、自然に体力がついてきました。

また、水彩画を描くことで、車椅子に乗る時間も増え、1つ1つ作品を完成することで、気力も出てきたと思います。作品を出展したこともありました。支援員さんの似顔絵は、心をなごませてもらいました。所外訓練では、バスや、電車に乗ることも出来るようになりました。

手動式の車の運転も出来るようになり、出来ることが、1つ1つ増えるたびに、喜びもありました。退所後は、障害者技術専門学院に進み、今は、WEB関係の仕事をしています。気力が無いと出来ない仕事ですし、マイカーで通勤しています。

お世話になった関係者のあたたかい支援と訓練センターでの生活のおかげで今があると思います。

本人提供

職員研修

自立生活訓練センターでは、肢体不自由児療護施設おおぞらのいえと合同で職員の知識・技術の向上、サービスの質の向上を目的に、職場内研修を年間19回行っています。主な内容としては、緊急時の対応やケースワークの基本、介助の基本など普段の業務に関すること、高次脳機能障害や先天性疾患など障害に対する知識、就労や年金など制度に関する知識など多岐にわたります。

（理学療法士）

装具について

装具、福祉用具共に非常に多くの種類があるために、一つ一つの構造、役割、特性の違いを理解し、どのような対象者に適応するかを知っておくことが必要となってきます。また、装具の作成や福祉用具の貸与・購入において利用できる制度とその流れを理解しておくことは、ケースワークを行っていく上で重要と考えます。これらのことを職員全員がしっかりと知識として備えておくことで、日ごろの訓練がスムーズに取り組め、退所後の生活を準備する段階においても、適切な提案と調整が行えた状態で地域生活に移行できるのではないかと考えます。

（理学療法士）

下肢装具

股関節から足先にかけての部位に装着する装具のこと

目的

変形の予防・矯正
病的組織の保護
失われた機能の代償または補助

・長下肢装具（knee-ankle-foot orthosis：KAFO）
・短下肢装具（ankle-foot orthosis：AFO）

ゲイトソリューション

ジレット

シューホーンブレース

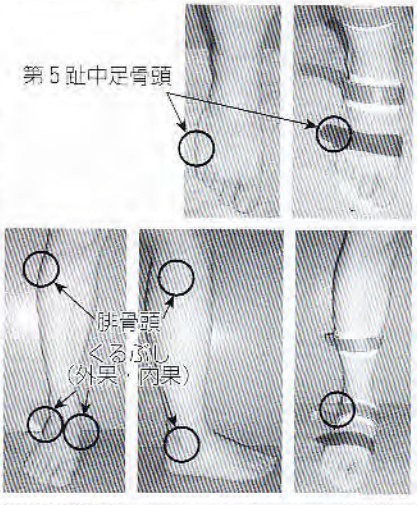
金属支柱付短下肢装具

短下肢装具装着の留意点

1. 装具の形状に合わせてしっかりと**踵**まではめ込まれているか？
　→足関節が硬い場合はストレッチを行ってからはめるとよい。
2. **足首のバンド**はしっかり止まっているか？
3. バンドがちぎれかけていたり、プラスチックが割れていないか？
4. 足の形状の変化により装具が合わなくなって、**痛み、傷**はないか？
　→傷のできやすい場所

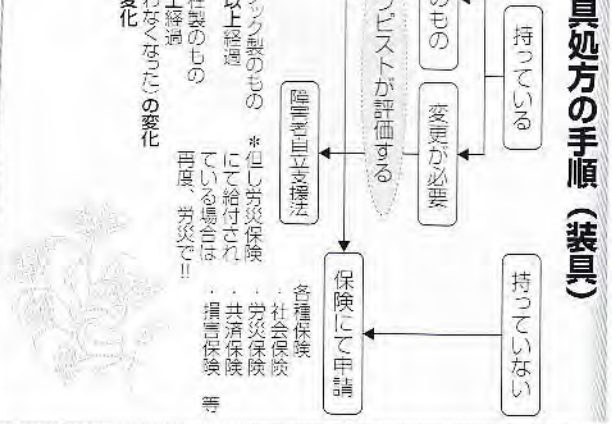
修理、調整
再交付

装具使用者の傷の好発部位と原因



・**骨突起部に注意が必要**
・装具の装着が不十分（踵が奥までしっかりとはいっていない）
・むくみによるベルトの圧迫

補装具処方の手順（装具）



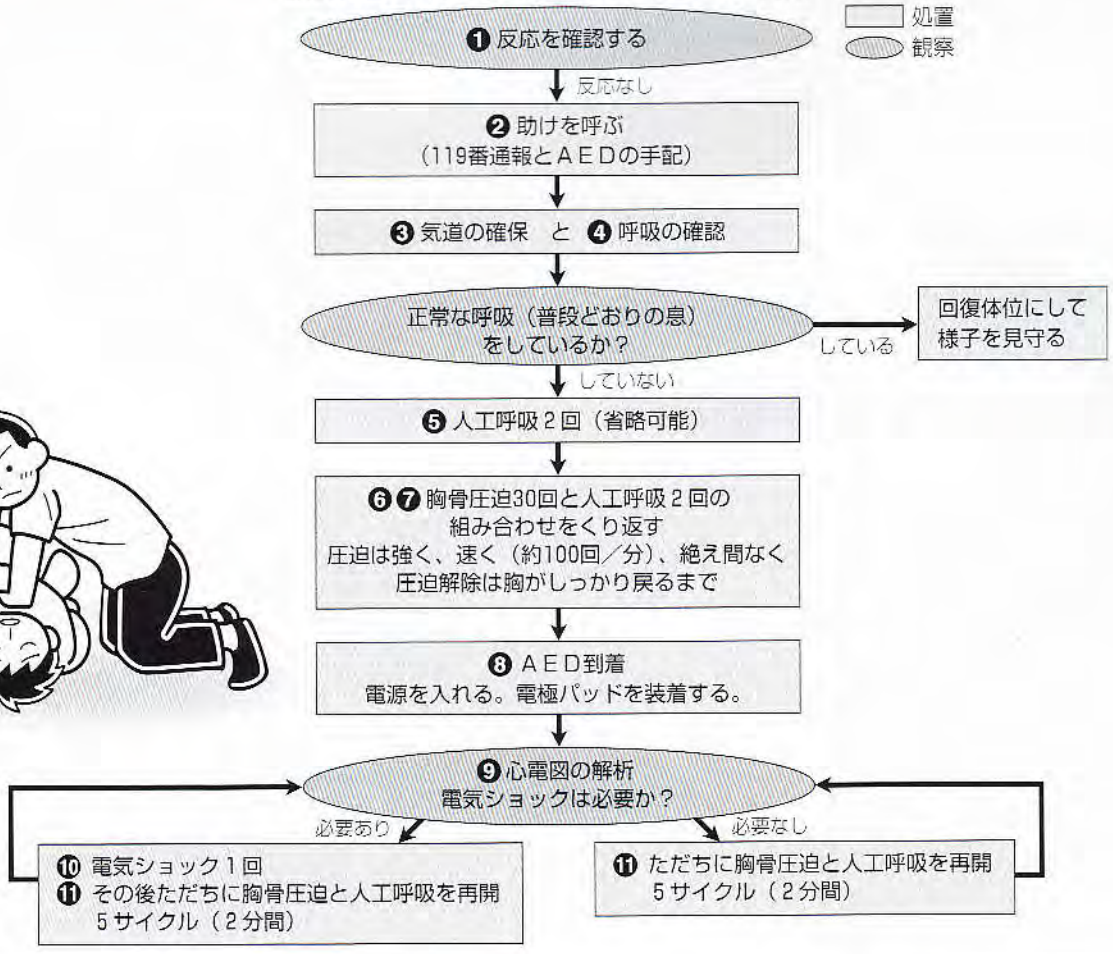
緊急時の対応・救命救急について

10月の職員研修では、心肺蘇生法（CPR）とAED（自動体外式除細動器）の使用について実施しました。おおぞらの家の支援員・看護師、当施設の支援員・舎監・セラピスト・看護師が参加しました。参加者全員が、レサシアン人形を用いた胸骨圧迫を実施体験することができました。当施設は、脳血管障害で心疾患・糖尿病・高血圧症・高脂血症などの合併症を持つ利用者が入所されています。再発や一過性脳虚血発作（TIA）を起こすリスクがあります。異常を早期に発見することは当然のことですが、緊急の場合は救急隊が到着するまでCPRを実施しなければなりません。いざという時に咄嗟に行動にうつせるか、日常の訓練が大きく影響するといえます。すべての職種・職員ひとりひとりが、利用者の生命を守るという責任感を持つことが、行動に結びつくと思います。当日の研修では、参加者が「しんどい」と言いながら実施していました。胸骨圧迫がいかに大変かということを、体験できたことは有意義な職員研修となったと思います。

（看護師）

救命処置

救命処置の流れ（心肺蘇生法とAEDの使用）



行事報告

第22回 全国車いすマラソン大会

平成22年9月26日（日）第22回全国車いすマラソン大会が篠山市の篠山城跡マラソンコースで開催されました。当センターからは3名の利用者が参加し、地元中高生らのボランティアや地域の温かい声援を受けながら、ハーフマラソン（21.0975km）完走に向けてスタートをきりました。同大会には、初心者から北京パラリンピックのメダリストまで幅広く参加。その中で、1名の利用者が見事に完走をはたし、男子一般クラス3・2位という成績で表彰されました。また、他2名の利用者も完走こそ出来なかったものの、自己の目標をクリアすることが出来ました。選手は日頃の訓練の成果を発揮し、鍛えられた腕でぐんぐんと進み照りつける日差しの下、懸命の走りを見せてくれました。

出合、枝吉小学校 交通安全教室

当施設自動車運転訓練施設の社会的利用の一つとして、10月20日神戸市立出合小学校、11月30日神戸市立枝吉小学校の交通安全教室を神戸西警察のご指導により開催しました。信号機や横断歩道を活用し、前者は3、4年生を対象に自転車の正しい乗り方の訓練、後者は1、2年生を対象に注意して横断する歩行訓練を行いました。当施設職員も生徒への声かけ等の訓練協力を行いながら、命を守る安全確認の大切さを再確認しました。

なお、今年度実施した交通安全教室について、神戸市教育委員会よりこども達への安全教育として有効であり、車いす視点での経験を行えるものとして評価いただきました。

セーフティドライビングフェスタ

11月20日、当施設自動車運転練習場にて、安全運転の普及・啓発のための講習会が、プロのレーシングドライバーを中心とする実行委員会により開催されました。脊髄損傷者でレーサーの方の講演の後、衝撃が少なく、的確なハンドル操作のための競技が行われました。参加者ごとにプロの観点から講評をいただきましたが、特に、狭い空間での切り返しや巻き込みを避けるための注意点など、参加者以外にも大変参考となる内容でした。

たまつあけぼの障害者地域生活支援センター

平成22年に開設された総合相談所に、たまつあけぼの障害者地域生活支援センターが移転してから約半年が経ちました。居宅介護支援事業所、高次脳機能相談窓口、職業紹介所等との連携ケースもでてきており、総合相談所として働きだしております。

今後は、地域になる様々な課題に対応できるよう、各相談窓口の専門性を活かしながらも連携をますます強めていきたいと思います。地域のみなさんに期待に応えられるよう新たな気持ちで、今年も取り組んでいきたいと思います。

編集後記

明けましておめでとうございます。昨年は、みなさんにとってどのような一年になりましたか。

白立生活訓練センターは、職員・利用者と一緒に訓練、行事等もりだくさんの内容を過ごし、活気ある熱い一年となりました。これからも、センターの様子をどんどんみなさんに伝えていきたいと思います。今年も白立生活訓練センターを宜しくお願いします。