平成24年8月
7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(代)　FAX 078-925-9229

自立生活訓練センターの現状と今後

自立生活訓練センター部長
岩田　宏之

訓練センターは開設以来、多くの利用者の社会復帰を成し遂げ、地域生活における「安全・安心」を確保し、社会生活における障害者意識の変革を行ってきました。

利用者の現状は、脳血管疾患で中途に障害を負われた方が約7割を占め、その後遺症として高次脳機能障害を有する方は約6割の状況です。また、45才以上の方が約6割を占め、稼動年齢層の利用者が多いのが現状です。その人たちが主体的な社会参加や新たな生活を構築する上で訓練施設等の役割は、とても必要であると強く感じています。

つまり、中途障害者の人たちが、主体的な社会参加を行う上で障害者福祉施策の中で自立生活訓練センターというリハビリ支援機関がしっかりと位置づけられることが重要であると考えます。

言うまでもなく、社会リハビリテーションの分野を担う身体障害者更生施設（自立生活訓練センター）は、一定の期間、職員の支援を得て新しい自分を発見しながら、退所後の生活にじっくりと向き合い、新たな人生をつくっていく機会を提供する場であり、退所後のゴールが職業生活であろうとなかろうと、人生の中途で障害をもった人たちが、社会人としての生活をつくりあげるための場として機能することが役割です。

しかし、課題の1つとして、回復期リハ医療から障害者福祉へ移る時に、どうしても時間的な空白が生じやすい状況にあることです。具体的には、障害者手帳の取得や区分認定の期間を、入院の期間でしのぐのは病院にとってなかなか難しい状況です。

医療はどんどん短縮化が進んでいます。多くの病院が3～4ヶ月の入院期間の場合が多いと思います。医療と障害福祉の間に時間的な空白が生まれます。障害福祉への移行が、病院にとって円滑な支援の形ではない状況になっていることが課題です。

訓練センターでは、関係機関（回復期リハ病棟・市町障害福祉課・地域包括支援センター・障害者地域生活支援センター、居宅介護支援事業所・老人保健施設等）を回り広報に努めています。その結果、障害者分野の自立生活訓練センター（身障更生施設）が認知されていない現状があることを感じています。

どのような支援がその人の生活や人生の構築に必要かで支援の展開がきまることが基本です。更に地域を回り、地域で働いている関係者、地域の相談支援や、地域でサービスを提供している事業所等との連携と協働を強化し必要な方に情報が届き、必要な時にご利用いただけるよう努めていきたいと思います。

皆様のご理解ならびに、一層のご支援とご協力をお願いいたします。

平成24年度　自立生活訓練センター事業計画

Ⅰ　運営方針

○自立生活訓練課は、利用者本位のサービス提供、地域で支え合う仕組みづくり、福祉と医療の連携による事業の推進、人材育成と働きがいのある職場づくり、経営基盤の安定・強化を目指した事業を展開する。

○「自律した施設運営」を目標に安定した経営基盤を確立するための運営を行う。

○回復期リハ病棟の退院促進、在宅サービス等の充実に伴い利用率が低下傾向にある中、利用者ニーズの多様化・高度化に対応し、訓練プログラムの充実強化を図るとともに、中央病院との連携強化、関係機関等への働きかけを推進し利用促進につなげる。

Ⅱ　自立生活訓練課の事業計画

1　利用者本位のサービス提供

利用者の人権に配慮した個別支援計画を策定し、定期的なモニタリングにて進捗状況を利用者と職員が相互に把握しながら利用者の主体性に基づいたサービス提供に努める。

（1）外部専門スーパーバイザー等による指導研修事業
障害児者施設において、平成20年度から外部の専門スーパーバイザーの指導により障害児者施設の個別支援計画作成の考え方や記載方法の統一化、それを進めるリーダー職員の意識醸成と資質の向上を図る。また非正規職員の戦力化に向けた研修体制を実施する。

（2）あったかサポート実践運動の推進（継続）
施設の業務全般にわたる改善に対する取り組みを、施設の職場課題に応じて実施し、自己評価を補完する。また他の施設との相互評価を行い、サービスの向上に努める。

（3）サービス評価事業（自己評価）に向けての取り組み（継続）
サービス評価基準等に基づく自己評価を年間2回実施する。1回目は、職員及び施設サービスの自己点検を行うとともに、改善に向けた取り組みを実施して、2回目にその確認を行う。

（4）専門職種連絡会の参加（継続）
利用者支援の向上等を目的として、管理栄養士・栄養士、施設看護師等の情報の共有と共通課題の解決等を図るための職種別連絡会へ出席し、伝達研修を行い専門職としての更なる意識の醸成を行う。
○管理栄養士・栄養士連絡会
○施設看護師連絡会

（5）当事者等の連携強化（継続）
利用者団体である「自立の会」との懇談を通じ運営に反映していく。

（6）障害者芸術文化活動事業の推進（継続）
兵庫県障害者芸術文化祭作品展参加・障害者団体が主催する作品展に参加し、障害者の芸術文化活動の推進を図る。

（7）障害者自立支援法に基づく新サービス体系事業実践体制の検討・確立（継続）
1）個別支援サイクルの実践・定着化
アセスメント・サービス計画書・3ヶ月のモニタリングという「個別支援サイクル」を定期的に実施することにより、利用者ニーズの調整と実現を行う。
2）新サービス体系に基づく事業の実施
（ア）自立訓練（機能訓練）
（イ）自立訓練（生活訓練）高次脳機能障害者対象
（ウ）施設入所支援

（8）危機管理基本指針に基づくリスクマネジメント体制の確立（継続）
利用者の「安全・安心」の確保は、事業団の目指す「利用者への質の高いサービス提供」の基盤であり、サービスの根幹であることから、平成21年度に策定した「兵庫県社会福祉事業団危機管理基本指針」に基づき、施設の安全・安心総点検を実施するとともに、諸課題の解決に取り組む。
・安全・安心総点検の実施（継続）
・危機管理委員会の開催（年3回）
・各種災害想定の避難訓練及び地域との合同訓練の実施（拡充）
・各種マニュアルの見直し

2　地域で支え合う仕組みづくり

総合リハビリテーションセンターの機能を有効に活用し、当施設の持つ機能を社会に還元しながら、障害者自立支援法下の事業として市町村と連携を図る。

（1）ショートステイ事業（継続）

（2）施設運営協議会の活用（継続）
地域の主要な機関、行政等に参加いただき、施設を知っていただき地域生活をスムースに行えるようにするとともに、地域防災に視点を置いた検討を行う。

（3）神戸市自立支援協議会等との連携強化（継続）
障害者の地域生活支援の推進の中核的役割を担う神戸市西区地域自立支援協議会に身体障害ネットワークに参画し、関係機関（当事者団体・家族会、保健・医療・教育・労働の関係機関、行政機関、サービス事業所、相談支援事業者など）との連携強化に合わせ、当事者参加を新たに行い、地域の福祉課題に積極的に取り組む。

（4）体験型グループホームモデル事業（継続）
ハーフウェイハウスを利用し、地域あるいは施設で生活される方の安全安心な生活の確保のため、神戸市より委託され実施しているが、「地域生活移行」さらに「地域定着」を実現するためのツールとしての有用性を発揮し、充実していく。

（5）自動車運転コースの有効活用（拡充）
地域の小学校で行われている交通安全教室を運転練習コースを使用し、実際の信号機、標識を用い、実際の横断歩道を利用するリアルな「交通安全教室」とし、神戸市市民参画課と連携し、神戸市における認知度を高め、通常の交通安全教室にてのノウハウを駆使していただくことでよりリアルな「交通安全教室」とする。また、「ドライビングフェスタ」を実施し、障害者の運転技術の向上と安全運転の普及を図る。

（6）介助犬及び聴導犬訓練・認定事業の実施
身体障害者の自立と社会参加の促進を支援するために、身体障害者補助犬法に基づく介助犬及び聴導犬の訓練事業者及び認定法人として適正な訓練や認定事業を実施し、介助犬及び聴導犬の適正な普及促進を図る。
○24年度目標：介助犬3件、聴導犬1件

（7）個性と魅力のある施設の実現（継続）
1）自動車運転習熟訓練
地域における「安全・安心」をテーマとする地域生活の一助となる自動車　運転について大きく成果を上げてきているところではあるが、更に注意力、判断力等において障害となる高次脳機能障害者の自動車訓練についての訓練にも着目し行う。
2）高次脳機能障害者支援プログラムの充実
家族との協働を中心とし家族支援のあり方をプロジェクトチームを形成し、実施する。また、総合リハあり方検討会への積極的参加を行い、総合リハ内でのシームレスケアの具体的実施に向け検討を進める。
3）利用者の自主性・主体性の向上
クラブ活動を導入し、発表の場の創出を行い、スポーツ交流館と連携した障害者スポーツへの参加促進を行う。また、科学的評価を用いたQOL調査を実施し、サービスの質の向上を目指す。

3　福祉と医療の連携による事業推進

医療・福祉の連携モデル事業を先導的に実施するとともに、リハ医療や福祉に関する情報を必要としている人々のために、施設の持つ専門的な情報を提供する。

（1）家族との協働高次脳機能障害支援プログラムの実施（拡充）
高次脳機能障害を持たれた方にとっての地域移行について、キーパーソンとなる家族の方に焦点を当て、障害を持たれた状態からの変化や継続的に対応の必要な点を実際の対応をプロジェクトチームを形成し、障害理解をいただき、スムースな地域移行が出来るよう支援するプログラムとして、検討を含めた実施を行う。

4　人材育成と働きがいのある職場づくり

医療・福祉サービスは、対人援助サービスであり、その担い手である職員一人ひとりの資質（力量）がサービスの質に直結することから、計画的に有為な人材の確　保・育成を行う。

（1）事業団憲章・職員倫理綱領の普及・定着化（継続）

（2）人材育成基本方針の推進（継続）
人材育成基本方針が策定後3年を経過したこと及び新経営10か年計画に基づく人材育成に関する新たな課題に対応するため、人材育成基本方針検討委員会において人材育成基本方針を見直し、改定するとともに、次の検討項目について具体案を作成し、実施可能な内容から実施する。

（3）人材育成基本方針に基づく研修等の実施（継続）
1）OJTの実施
2）事業団アカデミーや各種専門研修会等の参加
3）介護福祉士等の計画的養成・資格取得の推進のための受験講座の開催

（4）研究成果発表等の発表機会の提供
全国リハ研究会・兵庫リハケア

5　経営基盤の確立

（1）経営基盤の強化（継続）
日中活動120以上・施設入所120

（2）訓練センターの役割・機能を高め積極的に実践するとともに社会的リハ機能の必要性を更にアピールしていくため、当センターの特色とメリットをホームページをとおして情報発信するとともに、パンフレットやDVD作成により障害者や医療機関等への働きかけを積極的に展開し利用者の掘り起こしを行う。

（2）職員の安定配置（継続）

（3）財務体制の強化（継続）

新任職員紹介

支援員　笹野　千恵子

この度、3年間の育児休暇を経て復帰することとなりました笹野といいます。慣れるまで暫くかかると思いますが、新たに一から頑張りたいと思いますので、よろしくお願いします。

課長　中島　祥江

4月から自立生活訓練センターに勤務しています。訓練センターの皆様が毎日、一生懸命訓練されている姿に励まされています。私自身も皆様と共に頑張りたいと思います。よろしくお願いします。

支援員　加藤　史久

6月から訓練課でお世話になることになりました加藤と申します。
これまでは、淡路島で障がいをお持ちの方の地域支援を行ってきました。
まだまだ勉強することばかりですがよろしくお願いします。

理学療法士　安政　尚子

4月より赴任してきました理学療法士の安政です。病院とは違う施設で働くのは初めてなので気分も新たに新鮮な気持ちで勉強していきたいと思います。宜しくお願い致します。

支援員　井上　歩

この4月より3階支援員として勤務しています。4年ぶりの職場復帰、新たな気持で頑張りたいと思います。どうぞよろしくお願いいたします。
ちなみによく年齢不詳と言われるのですが、年齢は38歳です・・・

支援員　長井　香織

4月から支援員として勤務しています。利用者のみなさまが自立した生活を送れるよう支援していきたいと思いますので、どうぞよろしくお願いします。

支援員　田中　伸治

この6月より、自立生活訓練センター3階で、支援員として勤務しております。これまで約20年間営業職でした。分からないことが多くあり、日々勉強させてもらっています。自分の経験が活かせるように頑張りたいと思います。どうぞよろしくお願い致します。

支援員　角野 浩三

縁あって4年ぶりに自立生活訓練ｾﾝﾀｰ支援員として勤務することになりました角野です。
利用者のみなさんからﾊﾟﾜｰをもらえるという当ｾﾝﾀｰ特有の恩恵を受けてがんばります。
よろしくおねがいします。

栄養士　　松岡　三枝

初めまして、松岡三枝です。よろしくお願い致します。業務がスムーズに進める事ができるよう日々勉強している毎日です、皆さんに信頼され愛される栄養士になりたいと思いますので、よろしくお願い致します。

管理栄養士　久保　保代

6月から産休に入られた大山管理栄養士の後任として勤務しております管理栄養士の久保と申します。給食・栄養面で利用者の皆様の支援をさせていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。

支援員　村田　美香子

8月から支援員としてお世話になることになりました村田です。3月まで幼稚園で発達障害のある子供たちに関わる仕事をしていました。大人の方に関わるのは初めてなのですが、信頼される支援員を目指して頑張りたいと思います。

看護師　河内　節子

7月から、勤務させて頂いている河内です。垂水のデイケアで働いていました。今3週間経った所ですが、新しい事を覚えるのに苦戦しています。早く、利用者さんにも慣れて、役立てるよう頑張りたいと思いますのでよろしくおねがいします。

看護師　大森　えみ

4月から訓練センターで看護師としてお世話になる事になりました大森です。訓練に励む利用者様から毎日学ばせて頂く事が多く、利用者様に寄り添う看護が提供できるよう努力していきたいと考えております。ご指導よろしくお願い致します。

看護師　戎井　みき

中3女、小6男，小1男の3人の子供に囲まれ日々奮闘中です。ブランクもあり施設勤務も初めてで、分からない事だらけです。ご迷惑をお掛けすることがあるとは思いますが宜しくお願い致します。

看護師　西川　喜久代

7月から勤務しています、よろしくお願いします。

看護師　鈴間　佐和子

2女の子育てを経て3年のブランクがあり、少々ガタも出てますが精一杯しがみついて頑張る所存でございます。ご迷惑をおかけすることもあるかと思いますが温かく見守りつつ叱咤激励していただければ幸いです。

プログラム紹介
（高次脳プログラム　ABCD）

当センターでは、高次脳機能障害に対するプログラムを各障害別の症状に合わせて実施しています。主に作業療法士と支援員で協力してプログラムを運営しています。障害特性に合わせた訓練を実施することで、訓練目的や段階付けなどを詳細に設定することができ、訓練効果が期待できます。またグループ訓練を通して、他者を見て自己を振返るなど自分を客観視する機会にもなり、障害に対する自己認知が高まり易くなります。各グループの紹介をします。

高次脳機能支援プログラムA（遂行機能訓練）

利用者6～8名を対象とし、週1回・2時間程度実施しています。主に、計画を立てることができない、作業を途中でやめてしまう、仕事を順序よくこなせず予定していた時間より多くかかってしまう、臨機応変に対応ができない、複数の作業をこなせない、金銭や時間の管理ができない、行き当たりばったりの行動をするなどの方を対象としています。

訓練目的は、計画・実行・振り返りを通して、自己認識を高め、問題点を明確化し、その対策を獲得することです。

活動としては、外出や調理、ゲームの企画運営などを行い、その都度振返り、何が難しかったのか、次の課題として何が残ったのか確認しています。

高次脳機能支援プログラムB（注意獲得訓練）

利用者8～10名を対象とし、週1回・1回につき2時間程度実施しています。主に、集中力が続かず、落ち着きがない、複数の事柄を同時に進行できないなど注意機能の低下がみられる方を対象としています。訓練目的は、各自の障害への気づきや自己認識を高め、代償方法を習得することです。

活動内容は、目で見て注意し確認すること（視覚探索訓練）や、話している人に注意を向けて聞くこと（聴覚注意力訓練）を中心に、単純明快なゲームやレクリエーションなど実施しています。

高次脳機能支援プログラムC（失語訓練）

利用者7～8名を対象とし、週1回・1時間程度実施しています。

失語レベルを重度・軽度と分け、症状に応じた訓練プログラムを展開しています。

訓練目的は、重度レベルではゲームを通して、発話・発語の機会を増やし、コミュニケーション能力の向上を設定しています。軽度レベルでは、より高度な発話・発語に加え、社会に必要となる書字能力の獲得・コミュニケーション能力の向上を、活動を通して設定しています。

高次脳機能支援プログラムD（記憶訓練）

利用者6～8名を対象とし、隔週1回・1回につき1時間程度実施しています。主に、記憶障害により記銘力が低下した方を対象としています。記憶障害により、スケジュール管理が出来ないことや、大切な連絡事項を忘れてしまうなど日常生活に支障をきたすことがあります。そのため、記銘力の強化を促すグループ訓練を中心に行っています。活動内容は、トランプやレクリエーションなど楽しみながら訓練が進められるようにしています。また、毎日の朝礼時にマイノートを持参してもらい、連絡事項を各時で記入し、朝礼直後にグループメンバーで連絡事項の再確認を行い、その場で確認し記録する習慣づけを行い、メモリーノートの習慣化の練習に繋げています。

訓練課で学んだこと

元利用者　原口　舞子

看護師としてバリバリと働いていた矢先、まさかの自分が交通事故に遭い救急車で運ばれるとは思ってもいなかった2年前の1月、私は脊椎損傷で下半身が全く動かない身体になりました。

病気の知識はあっても、脊椎損傷の患者さんが退院してからどんな生活をしているかという情報までは知らなかったし、周囲に脊椎損傷の患者さんはほとんどいないし、今後一体どうなっていくのだろうかという不安な気持ちを打ち消すかのように必死にリハビリに励んでいました。まるで暗闇のトンネルを闇雲に歩いているような感覚だったと思います。

一年の入院生活を経て入所した訓練課に来てまず衝撃を受けたことは、同じような障害を持ったみんなはきっと相当がむしゃらにリハビリを頑張っているのだろうと思ったらむしろ逆で、自分のペースでゆっくりとリハビリを進めていたことでした。

私の勝手なイメージで毎日血の滲むような努力の末に社会復帰という道が待っていると思っていたので、最初はゆっくりペースのプログラムに焦りを感じていたりしました。

でも所外訓練でバスや電車の乗り方を覚えたら一気に活動範囲が広がって、行きたい場所ややってみたいことを友人やセラピストに相談していろんなことにチャレンジさせてもらい、最終的には自分で車を運転してどこにも行けるようになりました。苦手だった料理にもチャレンジさせてもらって自分の手から驚くような人生初のオムライスが生み出されて支援員さんと奇跡が起きたと驚いてみたり、車いす仲間でいろんなお店に行ってはどんなお店でもご飯を食べに行けることも教わりました。

車いすでも出来ることが沢山あることを学び、障害があっても前向きに明るく立ち向かう姿に触発されて、看護師として社会復帰したいという願望が現実になったと思います。

おかげさまで車いすナースとして毎日充実した気持ちで働いています。これから先はまだどうなるかわかりませんが、見える景色をゆっくり楽しみながら前に進んでいきたいと思います。

私の1年間

元利用者　斉藤　幹雄

私が脳出血で倒れたのは、東日本大震災の直後の2011年3月23日のことでした。

その日は朝から会議があり、自転車で会議の会場に行きました。右足にちょっと違和感を感じましたが、別に大したことはないと思い、そのまま自転車を漕ぎました。

会議が一つ終わり、次の会議が始まるまでそのまま座って待っていましたら、次第に体が右側に傾いてきました。立つこともできませんでした。自分の身に何が起きたか分からず、混乱してきました。隣に座っていた人が救急車を呼んだほうが良いと言ってくれて、すぐに救急車を呼びました。近くの救急病院に搬送され、すぐに処置してもらいました。

その救急病院で約2ヶ月を過ごし、次にリハビリテーション西播磨病院に移りました。この病院で5月半ばから10月半ばまで約5ヶ月間を過ごしました。自分の足でその病院を出ることが目標でしたが、その目標はかなわず、車いすのまま退院しました。当初、退院と同時に復職するつもりでしたが、まだ車いすから完全に起つことができないので、3件目のリハビリ施設として、自立生活訓練センターに入所することになりました。

リハビリテーション西播磨病院から当センターに沢山の人が入所しているので、少しも不安はありませんでした。入所してから西播磨病院で仲良くしてもらっていた人によくしてもらったし、その人を通じて何人もの人と仲良くなれました。理学療法士や作業療法士の先生方、看護師や支援員の皆さん、栄養士や食堂の人たちなど様々な人たちにお世話になりました。

退所して約4ヶ月、まだまだ体は元には戻っていませんが、1日でも早く元に戻ればと毎日頑張っています。

復職に向けての訓練課での生活（プログラム）

利用者　保西　利敦

私は昨年6月に脳出血を発症し左側の麻痺が残りました。ここ、自立生活訓練課へはリハビリテーション西播磨病院を退院後、今年9月からの復職を目標に昨年12月に入所しました。

当初の大きな訓練目標は①体力をつけること。②車の運転ができるようになること。この2点でした。①体力についてはフリーウォーキングやロード・坂道などのプログラムや毎日の自主訓練（寒い時期でしたので毎夕廊下を一時間歩くことに取り組む中で徐々にですが確実に体力がついていると実感することができました。

②の車の運転に関しては身体の麻痺だけでなく高次脳機能障害（特に私の場合は注意欠陥を指摘されていましたので）その改善が課題でした。

「病院を退院する頃にはほぼ改善しているようには言ってもらってはいましたが・・・」ここに入所後も高次脳の改善に向けてのプログラムには継続して取り組みました。

具体的にはOTの時間のプリントを中心とした課題や高次脳Aや高次脳Bといった訓練プログラム、また朝のグループ学習なども改善に向けてのプログラムとして参加させていただきました。また自主訓練としては市販のクロスワードや間違い探しなどのパズル本。また居室でのパソコンを使っての自主訓練には毎日取り組みました。（脳みそエステというフリーソフトをダウンロードして使っていました。これはおすすめです。）

特に退所・復職が間近に迫り、最近ではより復職後の仕事や日常に直結したプログラムに取り組んでいます。

訓練課では坂道やロード・レクリエーションスポーツなどの全体のプログラムの他、各個人のニーズに合わせ自由に取り組める時間として個別課題を各自の時間割の中に設定できます。私の場合は週六時間（ほぼ毎日一時間ですが）個別課題の時間があり、学習室を利用させていただいています。担当の先生からのプリントに取り組まれている方や、私のようにやりたい本を持ち込み取り組んでいる者など各自のニーズに合わせて自由に学習ができるようになっています。

私のある1日のプログラムを紹介します。

今日の1限目は学習でした。

私は現在休職中で9月からは高校の数学教師として復職の予定ですので、今日は9月からの授業で使う大学入試センター試験問題集（数学1ⅡABの予習（授業準備）をしました。

2限目はOTでした。40分間ホワイトボードに向かって板書の練習（数学の解答を書く）をしました。

午後の1時から4時は隣接の能力開発課に行かせていただきExcel・Wordの習熟練習をさせていただいています。

少し前までは月・水・金の週3回でしたが、最近は高次脳Aというプログラムが新たに入ったため、水・金の週2回（各三時間）行かせていただいています。

また、先日自動車の習熟訓練（火・木二時間×4回）も終了し、自力通勤の目途もたちました。

自動車の習熟訓練を希望し、入所される方は多いと思いますが、障がいや高次脳の程度によってこれに至るプロセスにもひとりひとり異なるようです。

注意障がいをもつ私の場合はOTさんのペーパーテストによる運転の適性検査ののち、自動車教習所の先生に同乗していただき、教習コースでの適性検査をうけ、許可を得て、明石の運転免許更新センターに行き、（AT車3・4輪車に限る）等の付帯条件をつけていただきました。その後希望すれば当施設での習熟訓練（有料）が受けられるという流れでした。

幸い、私の場合には入所時の目標をなんとか達成（自己評価ですが）でき、当初目標だった9月から復職の予定です。

ここでの生活を振り返って特に思うことは次の2点です。

まず1点目は、ここはリハビリ病院のように毎日、マンツーマンでPT・OTの訓練が受けられるという施設ではありません。

私もそうでしたが入所に当たり皆さんが最も不安に思われる点だろうと思います。

私は、「リハビリは人にしてもらうものではなく。毎日自分でしなければいけない」。というOTさんの言葉と、復職を考える上でより要求されること（条件）を考慮し当施設

への入所を決めました。

2点目は、当施設でプログラムを消化して行く上で最も良かったと思えることは

・私は一人じゃない

・みんな頑張っているんだから自分も頑張らないとという気持ちになれることです。

・どんなに意志が強くても在宅で毎日継続し続けることは難しいことだろうと思います。

特に若い人たちが頑張って、どんどん良くなっていかれている姿にいつも励まされています。私もそんなふうに誰かにエネルギーを与えられたら、（私の姿を見て、誰かが頑張ろうとしてくれたらと思い、日々の訓練に励んでいます。

週間プログラム

利用者氏名　　保西　利敦

			1	2	昼食	3	4	5
	9:00	9:15～9:30	9:45～10:30	10:45～11:30	11:45～13:00	13:15～14:00	14:15～15:00	15:00～
月	朝礼		PT（訓練室）	フリーウォーキング（教習コース）		高次脳機能障害支援プログラム　A		
火	朝礼		個別課題	OT（訓練室）		ロード	ホームルーム（第1週）	クラブ活動（第2・4週）（園芸）
水	朝礼 2、4週目は朝礼なし	環境整備	個別課題	フリーウォーキング（体育館）		能開OA		
木	朝礼		個別課題	OT（訓練室）		坂道訓練	自立の会（第1．3週）教養講座（4）	
金	朝礼		個別課題	PT（訓練室）		能開OA		

行事報告（うどん作り）

利用者　林　寛子

私は訓練課に入所して8ヶ月が経ちます。沢山の方が退所して社会復帰され、また新しく入所されるのを見てきました。同じ施設で生活していると言っても、100名弱の大人数それぞれが自分に合った訓練・日常生活を送っているので、なかなか個人でお話をする機会がありません。でも、せっかく年齢も生まれも育ちも障害も違う私たちが、こういった施設で同じ時期に出会った事を大切に、そして楽しく横のつながりを少しでも広げたいなと前々から密かににたくらんでおり、今回の手打ちうどん作りを提案しました。

快く蛇をとってくださった支援員さんと優しく協力してくださった利用者さんのお陰で、私の夢が叶いました。それに、訓練の一環とは思えないくらいちゃんとした（笑）うどんでした。天かす、ねぎ、のり、生姜に冷たいお出汁そして、いびつな打ちたてうどん！とっても美味でした。正直、手際の良さや完成度に欲はありません。

障害内容の違う者同士の協同作業や、普段それぞれに訓練している中でのこの時間の共有に、皆さんが参加して良かったと思って頂けたなら今回の手打ちうどん作りは大成功だと思います。ありがとうございました。

行事報告

第51回神戸市障害者スポーツ大会に参加して

初夏を思わせるほどの晴天の中、ユニバー記念陸上競技場、ユニバー補助競技場において第51回神戸市障害者スポーツ大会が実施されました。

訓練課からは、齋藤一八さん、増田美信さん、上山貴洋さん、池田大地さん、福本賢志さんの5名が参加されました。齋藤さん、上山さんは50M走とソフトボール投げに、増田さんはソフトボール投げとジャベリックスローに、池田さんは100M走とソフトボール投げ、福本さんはフライングディスク競技にそれぞれ出場されました。

ここで聞き慣れない種目がありますので、簡単ですがご紹介させていただきます。

ジャベリックスローという種目ですが、これはいわゆるやり投げを想像してください。ターボジャブ（ポリエチレン製）という手具をいかに遠くに投げるかを競いあいます。投げ方は握りの部分を握り、肩または投げる方の腕の上で投げ、振り回したりしてはいけないとなっています。

フライングディスクという競技については、皆さんの知っているところではフリスビーです。フライングディスク競技にはディスタンスとアキュラシーという種目があります。ディスタンスについてはディスクを遠くに投げ、その距離を競いあいます。アキュラシー種目は5Mもしくは7M離れた的に10枚のディスクを投げ、何枚的に入ったかを競い合います。見ているとどちらも簡単そうですが、屋外で行うため風の影響をうけてしまい、なかなか練習どおりにはいかない競技です。

障害者スポーツではこのような特殊な競技種目がありそれは、それぞれの障害程度にあわせて誰もができるよう考案されたものです。興味のある方はぜひチャレンジしてみてください。

出場された利用者の方の成績は、皆さん三位までの入賞を果たし、金、銀、銅のメダルを獲得されました。スポーツ大会に出場するにあたり、なかなか練習の時間がなく、本番を迎えられた利用者の方も多かったのですが、「次はきちんと練習して出場したい。」との声も聞かれました。

この大会は秋に行われる「全国障害者スポーツ大会」の予選も兼ねています。来年も訓練課からより多くの利用者の方がこの大会に参加し、ぜひ「全国障害者スポーツ大会」出場を果たして欲しいと思います。

編集後記

暑い夏が終わろうとしています。今回訓練課では、初めての試みで「うどん作り」に挑戦しました。粉をこねる所から、踏んで伸ばして切って…各自で出来ることを分担しながら美味しいうどんを作ることが出来ました。普段の訓練とはひと味違ったみなさんの姿は、一段といきいきとしているように見えました。残暑が続きますが、体調を整えて日々の訓練に備えましょう。

クラブ通信　車いすダンスクラブ

車いすダンスクラブはボランティア（神戸西車いすダンスの会ピアチェーレ）の熱心な指導のもとで月2回活動しています。

車いすダンスはペア（車いすと立位）が基本です。リズム、ステップそして呼吸を合わせて初めて成立する奥の深いプログラムです。現在はマンボを中心にダンスレッスンしていますが、今後はサンバ、タンゴ、ワルツにもチャレンジしていく予定です。

ストレス解消やダイエット等、それぞれの目的で楽しく活動していますのでお披露目できる機会を楽しみにしています。