

セーナー苑だより

薬師岳

No.
199
(2020・冬)

地域の方々との関わり	1
◆特集◆ 絆 ～地域の方々に支えられて～	2 3
家族の広場	4
研修報告	5
行事アラカルト	
緑風の会より	6 7
にこりほっと	
インフォメーション	8



成人式

地域の方々との関わり

私は普段、相談支援専門員として働いています。そのため、富山市在住の障害者手帳をお持ちの方やその関係者から相談を受け、対応をしています。

私が地域の方々と関わっていて、嬉しくなる時があります。それは、セーナー苑、そして職員のことを褒められた時です。私自身、仕事を頑張れば褒められることもありますが、苑として褒められるには何らかの要素があると思います。それは、過去や現在の職員の努力、苑関係者の活躍があつてのことだと考えられます。また、苑の事を外部の人が知り、良い印象を持たなければならぬことも挙げられます。考えられるのは、施設への見学や行事、実習生の受け入れ、ボランティア等がすぐに頭の中に浮かびます。このような時に外部の方々が苑を訪問され、その時の印象が強く影響すると感じます。また印象が良くなれば、外部の福祉関係者等と接する時に、よりよい関係で仕事をする事が出来、地域の方々に関わる際に優しく接してもらえることもあるはずです。さらに、苑の評判が良くなれば職員採用の申込みも増え、苑としても活気が出ると考えられます。

今後のセーナー苑にとっても良い影響を与えられる職員になりたいと日々感じており、今出来ることを一つずつ取り組んでいきたいと考えています。

地域総合支援部支援課長 尾野 潤治

絆 地域の皆さまに 支えられて

今回はいつもお世話になっている外部講師の先生方やボランティアさんの声を集めました。



歌の力

私たちは、ほほえみの丘で音楽ボランティアの活動を月に一度行っております。利用者の皆

さんと電子ピアノの伴奏に合わせ、季節に合った歌や簡単な体操をして楽しい時間を過ごしています。いつもボランティアで参加している時に、みなさんから元気もらっています。一



緒に歌うことにより、みなさんが自然と笑顔になり、一体感が生まれ、心も身体も若返るよう感じています。歌には不思議な力があり、誰もが楽しめるものです。これからも元気に歌いましょう!!



ふれあい

毎年12月、クリスマス会で演奏させていただいています。セーナー苑の皆さんが、とても楽しそうに聞いているのが毎年の楽しみであり、私達のエネルギー源です。



音楽ボランティア講師 熊林 満里子

歌ってふしぎ 熊林満里子
なつかしい歌、好きな歌
いつもなせか、口ずさむ歌
体つきが若返る、心も若返る
声のひびきが良くなる
春の歌は心をあたたくする
夏、歌は心を強くする
秋の歌は心を深くする
冬、歌は心を広くする
詩の心を知れば
あなたの人生が輝きます
さあ、うたいましょう。

YMCA (ヤングマン) は定番。今年は、何回吹くことになるのか?どのタイミングで演奏しようか、いろいろ考えているだけでウキウキしてきます。セーナー苑の皆さんの素直な音楽との「ふれあい」をこれからも大切にしていきたいと思っています。

部員も「ヤングマンで皆さんと盛り上がるのができ、とても楽しかったです。また、トーンチャイムでの『きよしこの夜』で、いっしょに歌い、喜んでいただけたのが、とても嬉しかったです」と語っています。

不二越工業高等学校吹奏楽部顧問 梅野 毅



地域との関わりの中で

「先生、待ってましたよー」無邪気な笑顔で車の所まで迎えに来てくださる利用者さんたち、花材を運び込む手伝いをするために玄関先で待つてくださる利用者さんたちもいます。到着したばかり



りなのに「今度いつ来るの?」という利用者さんもいるいつもの光景。教室を楽しみにしてくださっている様子が伝わってきます。

四十年近く続くいけばな教室を母から引き継いで、利用者さんの喜ぶ笑顔をもっと見たいと思っ
て続けてきましたが、それは母も同じだったと思います。いけばなを通じて笑顔の輪が更に増していくことを願っております。

いけばな教室講師 林 花奈

地域とのかかわり

基本的には障害がある人々とそうでない人々が共存する社会が理想と思われる。しかし、人間は罪深い者で「効率、安全、幸福とは?等々」と言っ
て分断してしまっている。制度的にはグループホームや通所、就労支援等整備されてきたが、これが真の方法か常に省みるべきであるう。

地域との関わり?特に入所施設においては対象者とサポートする側が積極的に地域に向く機会を作ることも大切と思う。



例えば、独居老人宅への除雪作業等、地域への清掃活動等々。また、ずっと前から福祉と農業との連携について考えてみてはと思っ
ていたが、いかがでしょうか。

書道教室講師(元苑職員) 川島 正一



兄弟のように

月に一度わかくさの丘で絵画教室を開催しております。約二十年もの長い間、利用者さん
とまるで兄弟のように寄り添ってきました。

教室では皆それぞれが、好きなことを好きなように描いています。毎回時間が経つのもあつ
という間です。

絵手紙を作成した時は「家族にあげよう!」と張り切っ
て書いておられ、そんな利用者さんの姿をみると何よりも嬉しいと感じま
す。



絵画教室講師 長根尾 幸子

教室・サークルの紹介

- ・合唱クラブ
- ・太鼓クラブ
- ・いけばな教室
- ・フラワーアレンジメント
- ・絵画教室
- ・煎茶教室
- ・書道教室
- ・美術教室
- ・健康サークル
- ・リズム体操



太鼓クラブ



合唱クラブ



リズム体操



フラワーアレンジメント

家族の広場

「音楽と共に」



平成23年の8月より、やまびこの丘にてお世話になり8年が過ぎました。

小さい時はこだわりも強く頑固な性格でこのまま大人になっただらどうなることかと心配していましたが、少しずつ性格にも柔軟さがみられるようになり、穏やかに過ごせる日も増えてきました。

息子は今までの人生を大好きな音楽と共に過ごしてきました。さっと息子にとって音楽は心の拠り所なのでしょう。

この先の人生も大好きな音楽と共に過ごしていくと思いますが、その大好きな音楽がこだわりの原因になり時々周囲の人を困らせることもあります。その度に職員の方々には息子に向き合い対応していただき感謝しています。

これからもお世話をおかけすると思いますがよろしく願います。

林 美千代
(やまびこの丘利用者 林元之母)



「セーナー苑に入所来て」

妹、英好は、7年前にわかくさの丘に入所させていただきました。その時は、以前の薬のせいでまだ手の震え、体の自由が利かず本人も大変でした。今は一人で食事でもできるし、英好の好きな塗り絵をこなせるようになりました。これも、みな職員さんたちのより良い支援とコミュニケーションのおかげと思っております。兄として深く感謝申し上げます。

英好も今日まで体のことで何回も入院したことがありましたが、強い気持ちで今に至っていると思います。さかのぼると9年前は、友達と卓球をしたりして日々を過ごし、たくさん思い出があります。早くに母がなくなり、父もなし。3年前には弟も亡くしました。兄としては、なんとか淋しい思いをさせないように来苑日には必ず来るようにしています。職員の皆さんには今後もしよろしくお願ひ申し上げます。

細木 隆宗
(わかくさの丘利用者 山下英好の兄)



「うどん大国のビール大好きプリンセス」



「お父え」乾杯！缶、うどん、泡わ（風呂）、トトロ。愛娘、彩音が大好きなもの。そこには俺の名は出てこない。さほど遊び相手には都合の良い男である。彼女の欲望は無量大。1つの事を叶えると、また次から次へと欲望には限りはない。取扱説明書が無い、手のかかる娘である。誰に似たのかと妻と顔を見合わせやっぱ俺か？!

ジブリ映画「となりのトトロ」、トトロが住んでいるのはコナラやクヌギの木々に覆われた雑木林の中、週末山荘で過ごす時間がある。木漏れ日を浴び、林床の落ち葉のにおい、なつかしくて少し切ない、子どもたちとの遠い日が蘇ってくる。そんな感傷に浸っていると彩音が台所からいつもの電気鍋を取り出し、片手にはアサヒスーパードライをもって「うどん、うどん」の連発！よって女房はうどんが大つきらいになり、俺はいつしか鍋奉行となっていた。

彩音のやわらかいほほえみに今宵も騙され「乾杯」。ビールも良いが冷え込みが厳しいこの頃は燗酒も恋しくなる季節である。ウイスキーに炭酸水でハイボールをつくり、女房も参戦。愛犬（銀次）はおこぼれがもらえないかと彩音のテーブル下で待っている。

家族で飲む酒はうまいものである。少し愛して、長く愛してと願いつつ、山に耳を澄ますと、遠くかすかに、彩りある音が聞こえてくる。「お父え」お代り！。

早川 和雄
(こだまの丘利用者 早川彩音の父)

研修報告

セーナー苑研修講演会

9月21日

富山県総合福祉会館（サンシップ富山）にて、新潟県の障がい者支援施設緑風園の渡辺陽一園長を講師に迎え、「障害福祉サービスを提供する組織の役割と機能を活かした人材育成」の演題で、苑関係者や県内施設職員55名の参加のもと講演会が開催されました。

障害福祉サービスを提供する組織の役割として「組織マネジメント視点、サービスマネジメント視点を持ちながら具体的な事業計画の作成、サービス評価の実施、サービス改善計画の策定及び実施。これらをPDCAサイクルに則り、継続的かつ効果的に実践すること」が求められる。

また、人材育成には「個別支援計画に基づく適切なサービス提供において、支援に当たる職員全てがチームとしての目的と目標を共有するなど、チームアプローチが重要。効果的な実践や評価を繰り返しながら、更に、カンファレンスにおいて適切な支援を検討していくこと」が重要であると話されました。

本講演会で学んだことを、現在、苑が取り組んでいる支援力向上の一助になることを期待します。

こだまの丘支援課長 津田 勝



健康づくり講座

10月30日

とやま健康パークの栄養士を講師に招き、生活習慣病の予防について学んだ。

生活習慣病（がん、高血圧、糖尿病、脳疾患等）は、文字通り生活習慣の要因が7割（残り3割は遺伝要因）。つまり生活習慣、特に食生活を改善し、病気につながるメタボリックシンドロームにならないことが予防対策になる。

まずは、いろいろなペットボトル飲料に含まれる糖分の量を体感。ジュースの大量摂取で、命に関わるほどの糖尿病を引き起こすこともあるという。その他、体験や実例を交えながら生活習慣病の敵である糖分・塩分・脂肪・アルコールを「上手に減らす」方法を教えて頂いた。やはり基本はバランスの取れた3食の食事である。また、食べ方にもコツがあり、繊維質のものから食べる、温かい汁物から食べる等であった。

受講前は、正直あまり自分には関係ないテーマだと思っていたが「生活習慣病にかかる費用は、日本の医療費の約3分の1を占める」という事実を聞き、少し衝撃を受けた。今後は自分や家族の為だけでなく公共の利益の為に、病を遠ざける食習慣を一つでも身に付けたと思う。



苑の利用者さんの食事やおやつは栄養士によってきちんと管理されており、食生活には問題ないと思われる。しかし、行事の日に支援員がデザートを用意することもあるし、帰省時に思わず食べ過ぎてしまうという場合も考えられる。栄養の摂りすぎには注意しつつ、行事や帰省が楽しく行われるよう支援したい。

のぞみの丘支援員 平澤 雅美

職場定着に向けた研修会

富山障害者就業・生活支援センターは、就職を希望しているあるいは在職中で障害のある方が抱える課題に応じてハローワークや福祉事業所等の関係機関と連携しながら就労面と生活面の一体的な支援を行っています。最近では精神障害や発達障害の方から、職場での人間関係がうまくいかない、勤怠が安定しないためどうすればよいかなどの困りごとの相談を多く受けています。

そのためセンターでは、職場定着を図るために在職中の精神障害や発達障害の方に対して職場定着に向けた研修会を年6回開催しています。先日の会では、富山県立中央病院精神科の石須智子氏を講師としてお招きし「長く働いたための工夫」のテーマで10名程度の参加者にグループ討議を行って頂きました。長く働いていてもわからないことがあれば聞く、ありがたうの気持ちを持つなど、参加者が実際に心がけている内容を共有できる機会となりました。これからのような研修会を開催し、職場定着促進に繋がればと考えています。

地域総合支援部係長 石田 憲一郎



クリーン作戦

9/18

今年度のクリーン作戦は、民生委員の方が6名ボランティアとして参加されました。会話をしながら、利用者さんと一緒にゴミを集めることで交流が深まっていったように感じました。

春日公園内を歩きながら、ウインディ周辺のゴミ拾いも実施しました。春日公園内の木陰にブルーシートを敷き、皆さんでお弁当を食べました。今回、活動を行って見て、春日公園周辺の側溝にも落ち葉やゴミが溜まっており、クリーン作戦の一環として掃除をしてはどうかという意見を民生委員さんからいただきました。

台風やゲリラ豪雨などでの災害に備え、クリーン作戦の活動が災害対策にも繋がるということも踏まえ、今後の活動を計画していきたいと思えます。



ふれあい育成スポーツ大会

9/27

セーナー苑からは144名の利用者さんが参加しました。走ったり、玉入れをしたり、踊ったりと皆さんそれぞれの競技に一生懸命に取り組みました。最終種目の団別リレーでは、今年も抜きつ抜かれつの白熱した戦いが繰り広げられ、会場は大いに盛り上がりました。勝って嬉しい人、負けて悔しい人、勝ち負け関係なく参加することが楽しい人など競技に参加された方も応援していた方も皆さんの笑顔があふれるスポーツ大会となりました。



ふなくら祭り(和太鼓クラブ)

10/20

船峠公民館で行われ毎年参加しています。今年は雨が心配されたため、屋内の会場でした。大勢の方々が手を叩きながら聴いてくれました。一人一人が一生懸命に演奏し、とてもいい笑顔を見せてくれました。演奏後は、それぞれ好きなフランクフルト等を買って食べ、お祭りを楽しみました。



お楽しみ会

11/11

令和初のセーナー苑祭は、台風の影響で中止となりました。

そこで、代わりに苑祭に出演予定だった愉快なピエロ・ファンキーJさんが来苑され、ジャグリングや皿回し、バルーンアート等で会場は大いに盛り上がりました。苑祭が中止になったことは残念でしたが、利用者の笑顔が見られたことは何よりの励みになりました。



もちつき大会

12/12

平成から元号が改元され、令和初のもちつき大会が今年も盛大に開催されました。「よいしょー」の掛け声と共に杵で力強くつく方や小刻みに早くつく方など、餅のつき方は様々でしたが、皆さんとても楽しんでおられ、会場にはたくさんの方々の笑顔が溢れました。昨今、杵と臼を使用し餅をつくという習慣は少なくなっており、苑の利用者さんにとっては毎年楽しみにしている行事の一つでもあります。

今後みなさんの笑顔を引き出せる、素晴らしい機会を提供し続けていけたら良いと感じます。



苑クリスマス会

昨年は感染症の流行で中止となったクリスマス会でしたが、今年は2年分の期待が詰まった開催となりました。午前は中ロータークラブより10名のサンタさんが来訪され、レクリエーションを通してのふれあいに笑顔が溢れました。午後は不二越工業高等学校吹奏楽部による演奏会が行われ、生演奏に合わせて歌って！踊って！にぎやかな時間となりました。



※このクリスマス会は、「NHK歳末たすけあい義援金」の助成を受けて行われました。募金に協力して下さいました方々に感謝いたします。ありがとうございました。

成人式

冬晴れの澄んだ青空の下、のぞみの丘の稲葉玲奈さんの成人式が行われました。

晴れやかな表情で母さんに感謝の気持ちを込めて、直筆の絵と花束を渡していました。

たくさんの方々がお祝いに駆けつけてくださり盛大な式典となりました。会食会はゆーとりあ越中に場所を移し、和やかな雰囲気の中で楽しいひとときを過ごしました。

これからも日々の成長を温かく見守り応援していきたいです。



緑風の会より

『退隠独語』

退職して3年になります。未だに働いている時を回顧し、慣れ親しんだ利用者さん、支援員さんの面影に浸ることが時折あります。

今年も苑祭で「緑風の会」のくじ引きの手伝いに参加して、久しぶりにセーナー苑に行けることを楽しみにしていました。台風の影響で苑祭が中止になり、とても残念でした。来年はまた開催されて、馴染みの利用者さん、支援員さんにお目にかかることを楽しみにしています。

さて、退職後の私の暮らしは、90歳になる母の介護と、妻と週2回、自宅から環水公園の中島開門までのウォーキング、さらに富山市内10キロ区間のジョギングを週3回繰り返しています。また、県内のマラソン大会に出場してリフレッシュもしています。昨年、今年と富山マラソンに出場できなかったのですが、来年は出場して完走を目標に頑張りたいと思っています。

退職してからは、夫婦で過ごす時間が多く、買い物、映画鑑賞、外食、展覧会の鑑賞と、気ままに穏やかに流れていく時間を大切にしています。

ところで、熊の出没がニュースで騒がれている昨今、セーナー苑界隈の出没状況も心配され、支援員さんも利用者さんの屋外散歩に不安を感じているのではないかと思えます。人身被害が起きないことをただ願うのみです。

インフルエンザも例年より早めの流行の兆しです。利用者の皆さん、支援員の皆さん、健康に留意され、健やかに楽しく過ごされることを心より望んでいます。

室井 良信

ふんぽっく



このコーナーでは、日々のふれあいの中で、思わず「にこり」してしまうような、「ほっと」心温かくなるエピソードを紹介します。

- ・食事の時間、席に座るがなかなか食べようとしないKさん。スプーンが無い事に気付き渡してあげるとニコニコ笑顔で食べ始められました。
- ・利用者さんと過ごす時間。隣に座ると突然肩もみをしてくれた。終わると合図がポンツと両肩を叩くだけ。表情や仕草でコミュニケーションが取れたことが嬉しかった。
- ・夜の見回り時、ベッドで体育座りのKさんが「せんせー、本読んだ」。子供の頃を思い出したのかな？...では、昔むかし...と話し出すと、そのうち眠っていかれました。

