



職員自身もいつ自分に順番が回ってくるかが分からない、ドキドキのコーナー。職員も知らないあの職員の内側をのぞけると、職員間でひそかな人気です♪

「おすすめのカフェはどこ？」
(横田職員からのリレーテーマ)



かわのほりと ルッソ です。
かわのほりは先日初めて行きました。店名の通り、青田川のほりにあるかわいらしいお店です。店内にはゆったりとした空気が流れ、初めて来た気がしませんでした。私たちは小上がりの席でしたが、大きめの窓からは川の様子や周りの木々も見え、これからの季節には、窓から雪を見ながらゆっくりと温かいチャイティーを飲むのもよし、真夏の暑い時期に高い空を見上げながらアイスコーヒーを飲むのも、また良さそうです…！

ルッソは隣が美容室ですが、入り口は別々になっています。カフェラテをオーダーしたら、ねこちゃんのラテアートになっている、とってもかわいかったです！カウンター席も豊富にあるので、1人でお店に入るのが苦手な人でも、入りやすいと思います。皆さんもぜひ行ってみてください☆



総務 橋本ちひろ

「行ってみたいお店」(三浦職員からのリレーテーマ)

「お客さん、まだ飲むんですか!?!」ニモマケズ
「もう看板ですよ」ニモマケズ
雪ニモ夏ノ暑サニモマケズ
丈夫ナ胃袋ヲモチ
良クハナク
決シテオゴラス
イツモ「シズカニシロ」ト言ワレテイル
一日サンゴー缶一本ト
餃子ト少シノ野菜ヲタベ
飲ミ代支払イニハ
ジブンヲカンジョウニイレズ
老眼デヨク見聞キデキズ
デモ分カッタフリラシ
シカモスグ忘レル
東ニモ西ニモ南ニモ、モチロン北ニモ、面倒クサイカラ行カヌ
ソナナ私、イヤ違ッタ
ソナナ人ヲ歓待シテクル
サウイフ店ニ私ハ行キタイ



ここ 星野すす子



橋本職員からのリレーテーマは「おすすめのケーキ屋さんはどこ?!」、星野職員からのリレーテーマは「やっちまった!」です。また次回もお楽しみに!



りとるらいふセミナー開催

11月29日(木)市民プラザにて、りとるらいふセミナー「たいせつなこどものために・・・いまでできること」を開催致しました。

約60名の方が参加され、テーマに沿って『権利』『財産管理』『支援』の3つの内容の講義・セッションをお聞きいただきました。セッション「つながる・つなげる支援」では、ともをご利用者の保護者の方からご登壇頂き、ご本人が生まれてから今現在に至るまでの気持ちや「本人中心の支援」を展開するための工夫、関係者へのアプローチ、加えて地域を巻き込んだ取組みを紹介していただきました。

セミナーを終えて改めて感じたことは、「ご本人が主役である」ということと、目の前の課題と向き合い出来ることから確実に取り組んでいくこと、そしてそのためのネットワーク作りの重要性。

“Nothing About Us Without Us” (私たちのことを、私たち抜きに決めないで) 今一度、心に刻み込みました。

今後もとるらいふではこのようなセミナーを継続的に行い、ご利用者様、地域へ貢献してまいりたいと考えております。参加、ご登壇頂いた方に改めて感謝し、次の企画に取り掛かります!



りとるらいふ通信

(社福) みんなでいきる
障害福祉事業部りとるらいふ
発行日：2018年12月

あっという間に時は流れ、今年もあとわずかとなりました。皆様にとって今年はどのような1年だったでしょうか? 12月はクリスマスにお正月、学生の方たちは冬休みと楽しいイベントが盛りだくさんですね! 風邪を引かないように気を付けながら思い出をたくさん作りましょう★
それでは平成最後の12月号をお届けします!



りとるらいふ 研修の取り組みについて

りとるらいふでは、ご利用者様への支援の質の向上及び職員の専門性やスキルアップを目的に内部研修の実施や外部研修への派遣を行なっています。内部研修については、講義を受けるだけでなく、あるテーマについて実際に考えたり、それを基にグループに分かれて話し合いや発言をするといった「参加型」の研修作り、職員が「楽しみながら学ぶ」「元気になる」ような研修作りを心がけるようにしています。また、外部研修では、経験年数や役職等に依じた研修に派遣させ、基礎的な力を段階的に積み上げ、かつ職場以外のネットワークが広がるよう工夫しています。



研修は知識や技術を高めるだけでなく、自身や現場を振り返り、新たな課題を見つめたり目標を設定するきっかけともなります。引き続き、理論と現場での実践が繋がるような仕組みを構築し、より良い支援の一助となるよう、研修の内容や人材育成の仕組みについてフラッシュアップしていきたいと考えています。



みんなでリンゴ狩り

～ららの活動より～

こんにちは。11月から日曜日イベントを再開しました。昨年度より日曜日イベントは休止しておりましたが、皆様のおかげで再開することができました。



1回目の日曜日イベント11月4(日)、にこ・ららん合同で信州フルーツランドに行き、リンゴ狩りを行いました。とても甘いリンゴで、子ども達が笑顔で食べている姿が見られました。

お土産用のリンゴを選ぶ際に、とても小さなリンゴを取ろうと必死に手を伸ばす子や、たくさんあるリンゴの中からより真っ赤なリンゴを探す子がいました。お昼はフルーツランドの中にあるフードコートで持参のお弁当を食べました。帰りの車内では「お土産のリンゴ早く食べたい」「また来年も来ようね」と話しながら、ららんへ戻ってきました。これからも様々な楽しい企画を考えて行きたいと思っております♪

秋色のきら

～きらの活動より～

秋も深まり、木の葉が赤や黄と色付いています。きらの周辺もカラフルな絨毯で埋め尽くされました。11月23日(金)の祝日に、御利用者様と職員全員で国府もみじ園へドライブに行ってきました。天候はあいにくの雨となり、外にみんなで出て見ることはできませんでしたが、車の窓に顔を寄せ、色とりどりの紅葉に目をとめる御利用者様が多くいらっしゃいました。

きら外清掃班の活動は敷地内の落ち葉集めがメインとなり、竹ぼうきやピピラを使って手入れをしています。1時間半でゴミ袋4袋分ほどは集めますが、まだまだ集め切れません。雪が降るまでには綺麗にしようと奮闘中です。



だんだんと寒さが厳しくなり、冬の訪れもあと少しです。季節を感じられ、御利用者様にとって実りのある時間となるような活動を今後も企画していこうと思っております。

ハンバーガー1つ、ください!

～にこの活動より～

11月のにこではマクドナルドに行ってきました!今回は行く前に事前学習を行い、〇×クイズ形式で店内でのマナーについて学びました。スタッフが出したクイズに対して、これっていいことなのかな、悪いことなのかなと一生懸命考えながら答えを出している姿が見られました。また今回は事前にメニューを準備し、それぞれ注文したいものに行く前に決めて行きました。自分で注文したいものをメモしたり、事前にスタッフと注文の仕方を練習したことで、当日レジでの注文がスムーズに行えました。マナーもばっちり守ることができ、「美味しい!」と笑顔で完食されていました。食べてすぐに「また行こうね!今度は家族と来たいな!」と話している方も。ぜひまた行きましょう!



〇〇狩りといえば…?

～ともの活動より～

ともは高田城と春日山城跡へ3回に分けて紅葉狩りへ行ってきました。1、2回目は高田城。天気にも恵まれ、色鮮やかな紅葉を見れる最高の紅葉狩りとなりました。



3回目の春日山城跡はあいにくの雨(; ω ;) 予定を変更して高田本町のクリスマスツリーを見ました。電飾や飾りで華やかなツリーを見てクリスマス狩り?してきました。それぞれの場所で皆さんの笑顔が輝いた季節を感じられるとても素敵な外出となりました。



何を書こうか中々思いつかなかったの、自分のことを少し書かせていただこうと思います。

私自身、福祉の仕事をはじめたのは、りとるらいふに入ってからで、その前は出版関係の仕事をしていました。パソコンとにらめっこの毎日、納期前になると毎日の残業は当たり前でした。

そこでのメインの仕事内容は画像処理と言って、カメラマンが撮ってきた写真や、漫画の原稿等をパソコンに取り込み、色の補正を行い綺麗にしたり、ページのレイアウトを考えるデザイン業務等も行っていました。担当は、インテリア雑誌や旅行雑誌、アーティストさんの写真集やブランドのカタログ等、様々。全国誌ばかりでしたから発売日になれば担当の本が書店やコンビニに並びます。大変な仕事でしたが、完成品が送られてきたときや、お店で手に取ってくれる人を見かけたときに、当時はやりがいを感じていました。

その後、実家の柿崎区に戻り、しばらく柏崎市にある小さな印刷会社に勤めました。設備も以前の会社に比べれば格段に悪く、パソコンも旧式、職員も少なく、部屋も狭い…正直給料も安かったです。そこでの仕事内容はこれまでと違って、町の広報誌、選挙のリーフレット、学校の卒業文集、新聞広告のデザイン等、地域の仕事がメインでした。勤め始めた当初は、物足りなさを感じていましたし、当時はリーマンショックの時代でしたから出勤しても仕事が無く、通勤途中の車の中で「今日仕事が無いから休んで」と言われる日もありました。「前の職場、辞めなきゃ良かったな…」などとたまに思っていました。

ある日、近所のおじいさんより私に写真の修正の仕事が来ました。写真は白黒で所々破けていました。聞くと、今まで生きてきた証を本にしたいとのこと。作業自体難しいものではありませんでしたが、いつも以上に丁寧に仕事をしたように記憶しています。できたデータを見てもらったときの「ありがとうね」の言葉は今でも覚えています。思い出のために本を作る方もいれば、年度末になると卒業アルバムや文集を担当させてもらい、一生残る思い出に関わらせてもらっていることにまた新たなやりがいを感じました。事業所が小さいことで不便もありましたが、良いこともたくさんありました。お客さんとの距離感も以前より近くに感じ、直接やり取りをする場面も多くなったことで、より相手の思いに寄り添って仕事をするようになったような気がします。

「見てもらった人に綺麗と思ってもらえる写真ってどんなのかな?」「誰でも読みやすいフォントや文字の大きさをどうしたら?」「言葉ではこう言っていたけど、本当に相手が求めていることって何?」

色々と考えながら、相手から「ありがとう」と言って

もらえるためにはどうすれば良いのかたくさん考えた時期でした。結果、学校の先生や市の関係の方からも良くしていただきましたし、近所のおじいさんからもデザインを褒めてもらったりと、すごくアットホームな環境の中で仕事ができました。仕事が大きいか小さいか、仕事環境がどうこう言うのは相手には関係無く、こんな私でも必要としてくれる人に対しては、どんな形であれ答えたいかなくてはいけないのだと、その時感じました。

「デザイナー」「クリエイター」と聞くと、カッコよく聞こえるかもしれませんが、実際自分の作りたいものだけで食べていける人はほんの一握りです。会社に所属していれば尚更、自分だけの意見を貫こうとしてもうまくはいきません。なぜなら相手がいる仕事だからです。前職で感じた「相手の思いに寄り添うこと」と「人に見てもらおうということへの喜び」を今も大切にしているつもりです。これは障害者福祉にも通ずる部分でもあると思います。まずは利用者さんのことを知り、ニーズを聞くことから始め、にこだったら何ができるのか、どうすることが喜ばれることに繋がるのか考えることから支援は始まります。

利用者さん、ご家族に喜んでもらいたいと思いつつ仕事をし、気づけば前職の倍近い時間をりとるらいふで過ごしています。しばらく体調を崩して不在になる日も多くありましたが、子どもたちの「待ってたよ」の言葉に救われました。これからも、にこの子どもたちの卒業、将来に向けて、今にことして何ができるのか、職員と一緒に子どもたちやご家族の目線になって考えていきたいと思います。

最後に前月号の山本主任のテーマでもありました「漫画」について豆知識を一つ。漫画のセリフをよく見てみると、同じ吹き出しの中でも平仮名と漢字でフォントが違っている場合が多くあります。よく使われるのは平仮名が「アンチック体(明朝体みたいな形)」、漢字が「ゴシック体」です。これは平仮名より横線の多い漢字を明朝体で印刷した場合、横線が細すぎて、紙質によってはかすれてしまうためです。そのため、漢字は全体的に太目になるようゴシックが使われるようになったそうです(理由はこれだけでは無く諸説あります)。本にはそんなちょっとしたルールがたくさんあります。今度気にして見てください。最近ではネットやスマホで本が読める時代になり発行部数も年々減っています。ですが私は一枚一枚めくって読む本の方が次にどんな記事や展開が待っているのかワクワクしながら読める感じが好きです。何より紙やインクの中で仕事をしてきたこともあり、本の匂いはなんだか落ち着きます。