



指定の色と数字の穴にストローをさし込む教材。集中力が鍛えられるのだとか。

てやってきた面々ですが、それぞれが放課後の支援をやりたくてうずうずしていたメンバー。幼稚園教諭・学童クラブ指導員・リトミック講師・障害者スポーツ指導員などの経験者で、バラエティにも富んでいて、おもしろいですよ」

100人いれば、100通りの支援方法が必要

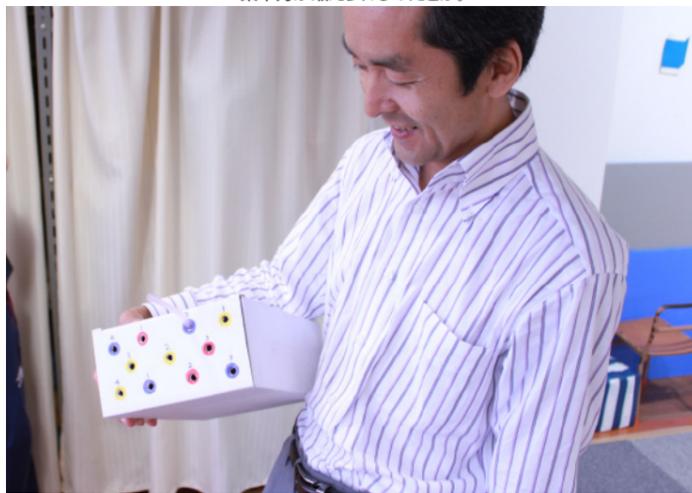
ホームーズで行っているのは「教育」でも「療育」でもない、と合田さんは話を続けます。



「学校等で行われる『教育』は、決められたカリキュラムの中で子どもたちに教えていくもの。また『療育』は医学の見地から作られた、一種の治療のようなもの。しかし私たちが行っているのは、障がいによって見えてくる課題のスキルアップを目的とした、カリキュラムにとられない『支援』なのです」

ホームーズの支援は、言葉や数で遊ぶ「生活学習」、音や歌で遊ぶ「音楽」、模倣や運動で遊ぶ「体育」の3つを軸に行わ

れます。特色は、そのほとんどにリズムを組み込むということ。このリズムが心地よさを生み、発達障がいのある子どもたちに興味と発散をもたらすのだそうです。また、継続的に面談をして、子どもの個性や課題、保護者のニーズに合わせた



内容の支援を行うことも特色のひとつ。

「障がいの程度は子どもによって全然違う。それこそ100人いれば100通りで、保護者の方からの要望もさまざまです。だからこそ、一人ひとりの子どもに合った支援は放課後の時間にこそ行うべき。つまり、うちのような施設が必要だと考えています」

体育を担当するスタッフも、自由な放課後支援の必要性を信じ、教員という道を選ばずにホームーズに入所したメンバーの一人。

「こんなことを言っているのかわかりませんが、私は学校の勉強からではなく、放課後の部活動や友だちとの遊びから多くを学びました。発達障がいのある子どもたちにも、その時間を充実させてあげたいんです」

さらにそのスタッフは、運動面に課題のある子どもたちについて、「運動ができないわけではなく、経験していない

だけ」と話します。実際にホームーズで支援している男の子は、当初あまり動かなかった左手が、1ヶ月間さまざまなアプローチの支援を受けることで少しずつ動くようになったのだとか。

「無理矢理させても子どもは嫌がるので、ボールを箱から箱に移すという遊びに『左手を使う』というルールをプラスしました。今では、こちらが言わなくても自分から右手を隠して左手を使うようになり、保護者の方も驚いています。発達障がいがあるからといってさせないのではなく、興味を促し、楽しんで行えるようにする。これがとても大切だと改めて気づかされました」

子どもはもちろん、親のサポートも重要

ホームーズの支援は幼児コース・小学生コースと分かれており、この日の参加者は両コースともに1名ずつ。実際に支援を行っているところを見せていただくと、幼児コースの男の子が先生と向かい合って椅子に座り、子ども用のピアノを弾いているところでした。「こんにちは」と声をかけると、こちらを見ないまでもちゃんと「こんにちは」と返事をしてくれる、一見普通の男の子です。しかし、この子は均一のリズムで鍵盤を叩くことに課題があり、音階も理解するのが難しいとのこと。

「でもこの子は、色を理解することはできるんです。だから、鍵盤に色のシールを貼り、色で音階を作った『色楽譜』を見せながら弾かせています。初めて来室したときは椅子



スタッフの皆さん。真ん中が合田さんです。



に座っていることもできなかったのですが、すごい進歩なんですよ」とスタッフの方が教えてくれました。

また、少し離れたところに子どもを見守りながら会話をするお母さんと別のスタッフの姿がありました。合田さんは保護者の方々との会話がとても大切だと話します。「発達障がいのある子どもの支援は、当然ながらご家庭の協力なしではできません。そのためには、ご家族の方の悩みを聞き、共感し、サポートしていくことがとても重要です。そして、ここでやったことをここで終わらせるのではなく、ご家庭でも実践してもらう必要がある、だから、教材は家でも用意できるものを手作りしています」

教材を見せてもらうと、ペットボトルの中にBB弾を入れた楽器や、工作用紙で作った迷路など、確かにどれも手軽に作れるものばかり。「学校の体育でマット運動をするので、こちらで練習できませんか？」といった保護者の急な要望にも対応し、オリジナル教材を作成して練習を行うこともあるそうです。

子どもたちの個性や課題に合わせて考える支援内容、保護者の悩みを聞いて話をしつつニーズにもしっかりと応えるという姿勢、手作り教材を活用したサポートなどから共通して受ける印象は徹底した「丁寧さ」。そしてこの「丁寧さ」こそが、ホームーズにおける「ホスピタリティ」であると感じました。スタートしたばかりのホームーズでは、まだまだ入会者を募集しているそうです。無料体験教室や夏休み特別教室もやっているとのことなので、興味を持たれた方はぜひ一度、連絡されてみてはいかがでしょうか？

(取材:赤司研介)

NPO法人ホームーズ・フォー・チャイルドの活動に賛同いただける賛助会員の方を募集しております。詳しくはホームページをご覧ください。か、お電話でお問い合わせください。

【会員特典】

①発達支援教室ホームーズお便り配布 ②施設貸出料金割引

③メルマガ配信「ホームーズチルドレン」

<http://homeeasechild.web.fc2.com/> TEL:03-5356-7502

震災時に求められる、 介護福祉支援とレクリエーションとは？

新潟医療福祉大学 准教授 岡田 史さん

「災害時における要援護者の避難及び生活支援」を研究されている、岡田さん。
阪神大震災、中越地震での活動経験やノウハウをまとめた「災害時における
介護福祉支援ボランティア・マニュアル」の作成に携わられるなど、震災介護のエキスパートです。
今回の東日本大震災においても、現場に入り活動された岡田さんに、
震災時に求められる介護福祉とレクリエーション支援について、お話をうかがいました。



「点々アート」を楽しむ、利用者の皆さん。



大切なのは、生活の立ち直りレベルに 合わせたレク。

震災後、福祉避難所となった宮城県は仙台市泉区の「泉社会福祉センター」で、介護支援活動を行った岡田さん。福祉避難所での生活の様子や、ボランティアの活動状況とともに、支援のためのレクリエーションの役割について教えていただきました。

「震災時は時間の経過とともに、緊急支援から長期支援に切り替わっていきます。介護支援も緊急時介護から、生活を再建する介護へと変化するんです。福祉避難所は施設などに設置される場合と、避難所となっている体育館などに設置される場合があります、それぞれで避難されている要援護者の状態に応じて支援をしています。日頃から福祉

避難所としての機能を果たすように準備していたこちらの施設では、震災発生後、『福祉避難所』を早々に設置し、被災された高齢者の方たちを受け入れていました。こちらに避難していた方たちは、最初の避難所の環境が劣悪で、少しでも介護の環境が整ったところで生活したほうが良いという、家族やまわりの人たちの勧めで2次避難してきた方がほとんどです。『家族や親類と離れるより、避難所に一緒にいたほうが良いと思ったけれど、床の上に毛布1枚で、足を伸ばして寝ることもできなかったの、ここにきて良かった』とおっしゃる方もいましたね」

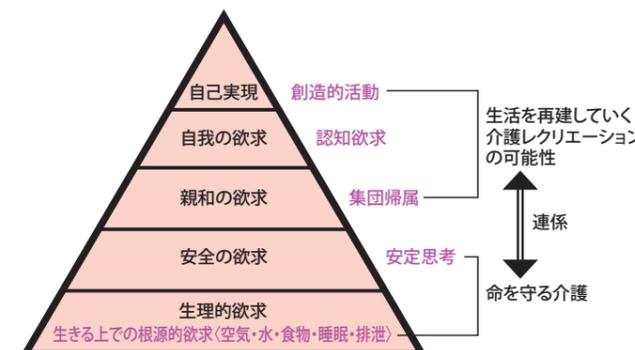
こちらでは、災害時にいつでも「福祉避難所」
を開設できる準備が整えられていました。



こちらでは3日間活動された岡田さん。1日目は、例えば下肢に浮腫が来ている方の足浴をしながら、地震発生後の様子をうかがうなど、コミュニケーションを図ることを中心に、皆さんが生活されている様子を把握しました。「またそのころはお湯が出るようになっていたので、同じボランティアで会津から派遣されていた看護師さんと相談し、翌日、避難されていた方たちのシャワー浴を行いました。これまでも体の清拭はしていたようですが、約3週間ぶりのお湯のシャワー浴は大変喜ばれましたね。『シャワーで体を洗ったら、やっと頭がハッキリしてきた』とおっしゃる方もいて、その言葉から、体の心地よさと心の心地よさの関係を改めて実感しました。シャワー浴後、皆さんのお部屋に戻ると、とてもくつろいでいる様子だったので、『何か(レクリエーション)やりましょうか?』と尋ねてみると『やりたい!』という答えが返ってきました。それまではテレビを見たり、ボランティアと語り合ったりなどして過ごしていたのですが、シャワー浴をすることによって、何かをやりたいたいという意欲が湧いてきたのだと思います」

これは、「マズローの欲求5段階説」(図参照)に照らし合わせるとよく分かります、と岡田さん。「震災発生直後は、自分や人の命を助け、その命を永らえさせることが一番の目的になります。それは、5段階の下

マズローが唱える「欲求5段階説」から見る災害時の生活



から2つ『生理的欲求』・『安全の要求』によるものです。つまり、人間の欲求は、人間の存在を支える基本的な『空気・水・食物・睡眠・排泄』『安全と安定』の欲求が充足されて、次の段階への欲求へと進んでいきます。今回、介助を受けながらであってもシャワー浴を行うことができたということで、生活の安定・安心の確保ができ、次に何かやってみようという次の段階へと進んできたのでしょう」

この段階に進むと、新たな多様な生活のニーズも高まってきます。「楽しく過ごしたい」という欲求もその一つです。

「同時に、現在の自分の心身の機能を低下させたくないという欲求も出てきます。ここで大切なのが、その見極めです。被災者はいつまでも基本的欲求に留まっていなかったことを、支援者が認識する必要があります。マズローの図からも、次の段階の欲求を充足させる支援が、自立を支援することであると理解できると思います。その支援に役立つ方法の一つが、レクリエーションです。ここからここが緊急時、ここからここが生活再建時というように明確に分けることはできませんが、緊急時が過ぎ去ったところで、楽しいひと時が持てるようなレクリエーションに取り組むことは、介護予防の面から考えても大切です。そのようなとき、参加の動機付けを担うのがレクリエーション支援者ですね。現場には、レクリエーション関係の資格を持っている介護福祉士も大勢おられますし、ボランティアに参加しておられるレクリエーション支援者も大勢います。皆が連携して介護やレクリエーションに取り組むことができれば、避難されている皆さんの生活もイキイキとしたものになるのではないのでしょうか。例えば今回のシャワー浴で言うと、シャワー後にドライヤーをかけながらのコミュニケーションでうち解けたときに、『こんなことをやってみませんか?』と尋ねてみる。『やってみたい』という返事があったら、レクリエーション支援者につなぐ。そんな連携が大切ですね」

レクリエーションは、指導ではなく 支援の姿勢で。

シャワー浴後、岡田さんが皆さんで行ったレクリエーションは、ティッシュペーパーとマジックインキを使った「点々アート」でした。

「点々アートの良いところの一つは、身近な材料で簡単にできることです。ティッシュペーパーと色とりどりの水性ペンやマジックを使うんですが、色とりどりのペンを見るだ



けでも楽しいものです。やり方は、まずティッシュペーパーを半分の三角に折り、それをもう一度半分の三角に折ります。さらに、もう一回同じように折ったら、そこに好きな色のマジックで点を付けていく。工程はそれだけです。高齢者の方にも簡単です。もう一つの利点は、どんな模様ができたのか開いてみるまでわからないところです。開くまでは点々でしかないのに、開いてみるとそれらの点々が想像もしなかった模様になって現れる。『こんな模様ができた』という、ちょっとした感動がありますよね。実際、『これは面白いね』と、皆さんにとっても喜んでいただきました。このような体験は、災害で生死を分けるような状態から救出され、楽しい時間をもつことなど考えようもなく、ただテレビを見て過ごしてきた方々にとって、自分の目と手を使って主体的に楽しむことができた久々の体験だったのではないかと考えられます」

またこのとき、岡田さんが意外に思う出来事があったそうです。それは、同席していたボランティアの方たちが「点々アートはとっても楽しくて、こんなに喜んでもらえるんだ」と、ビックリしていたことでした。「特にボランティアの方はそうですが、震災後という状況から色々意識しすぎているのかもしれない。まだレクをしてはいけない、今は寄り添ってお話を聞いてあげることに徹するべきだ」という考えがあるのだと思います。その考えは当然のことですが、いつまでも、基本的欲求の段階ではないことを意識して、次の生活につないでいけるような支援を行うことが求められます。それが、介護支援ボランティアの役割です。それは、災害時の介護予防への取り組みの第一歩でもあります。これまで在宅での生活を継続してきた方々です。福祉避難所で生活することによって心身の機能が低下するということは少しでも予防し



なければなりません。そのために、レクリエーションを活用して『楽しい時間』を過ごすこと、初めから動きのあるものでなく、『点々アート』のような静的なものから始めればいいんです。レク・インストラクターが災害時の支援に入る場合には、さりげなくできて“心が動く”レクリエーション・プログラムを用意しておく必要があります。その基本にあるのが、『ホスピタリティ』の考え方ですね」

ホスピタリティの姿勢に欠けたままレクリエーションに臨むと、一番起こりやすいのが、支援する側とされる側の心のミスマッチだと、岡田さんはおっしゃいます。「これは今回のような災害時に限らず、普段のデイサービスなどの介護サービスでも言えることですが、上からレクリエーションを押し付ける姿勢は、利用者の方に敬遠されます。相手のニーズも考えずに、『童謡に合わせて手を動かしましょう』と言われても、人によっては馬鹿にしているのかと思いますよね。それは、レク・インストラクターが“指導”するという姿勢だからです。逆にレクリエーションをリハビリテーションと捉えれば、好意的に受け取ってもらえます。『体にいいですよ、楽しいからやりましょう』ではなく、『この運動は、この機能を高めますよ』と、何のために行うのかを利用者さんにしっかり説明する。それをするかしないかで、相手の反応が変わります。大切なのは、利用者主体の“支援”の姿勢。相手のプライドを考えて、1人1人のニーズに合わせた、きめ細やかなコミュニケーションをとることが大事なんです」

今回、岡田さんにお話をうかがい、震災時だからと特別に意気込むよりも、むしろ日頃からの準備や心がけが大切であること。震災時こそ、その積み重ねを活かす支援が求められることを再認識しました。（取材：山浦一俊）



下記のアドレスで「災害時における介護福祉支援ボランティアマニュアル (抜粋版)」をご覧ください。
<http://www.jaccw.or.jp/katudou/H20zyoseikinokoku/saigai1.htm>

岡田 史(おかだ・ふみ)

新潟医療福祉大学 社会福祉学部准教授。社会福祉学修士。日本介護福祉会理事。新潟市介護福祉会顧問。福祉レク・ワーカー。

“つながる楽しさ”が、高齢者を呼ぶ。 吉原小宿のよしわら食彩サービス。

静岡県富士市、吉原商店街の休憩所／吉原小宿

平成14年8月、吉原商店街の活気を取り戻すべく始まった、吉原小宿の「よしわら食彩サービス」。毎月2回、商店街の休憩所に高齢者を集めて、出前の昼食会を開くというサービスです。拡大が期待されるシルバー市場を見据えてスタートしたこのサービスは、同年12月、9回目の開催で利用者数が300人を突破し、約9年経った現在でもコンスタントな集客に成功しています。人気の理由は、高齢者が喜ぶホスピタリティにあるようです。



食彩サービスの運営を支えている、羽田さん(右)と儀間さん(左)。

「高齢者が集まるやさしい街づくり」がコンセプト。

「最大の集客を誇った大型スーパーの撤退」と、「郊外大型店舗の進出」により、吉原商店街の活気は大きく減りました。しかも、大型スーパーの撤退は活気だけでなく、気軽に利用できるトイレや休憩所も奪ってしまったのです。

こうした事態に立ち向かうため、吉原商店街振興組合は商店街の空き店舗を取得して、「高齢者のための休憩所兼交流サロン」というコミュニティー事業に取り組みました。そこへ、偶然にも静岡県から「高齢者のための給食サービスができないか」というオファーがあり、振興組合

吉原小宿
〒417-0051 静岡県富士市
吉原2-1-13
TEL:0545-53-1585
吉原商店街振興組合
<http://yoshiwara-shoutengai.com/>

よしわら食彩サービスのシステム

- 開催日
毎月10日と20日の月2回、出前での昼食会を開催。水曜日は定休日。
- 利用方法
当日は10:50までに集まり、750円までの特別メニューから、好きな食事を選びます。出前の注文は運営スタッフが代行し、電話予約も受け付けています。誰でも、1人でも利用できます。
- 運営スタッフ
吉原商店街振興組合の女性部10名と委託管理まちづくりプロジェクトSee-throughのスタッフ8名が、持ち回りで運営。運営は無償で行っています。





はこれを快諾。休憩所に高齢者を集めて、出前による昼食を提供する「よしわら食彩サービス」が計画されました。

食彩サービス立ち上げの中心となったのは、振興組合の理事と、普段は商店を営んでいる女性部の皆さん。「安くして身体にやさしい食事を提供して、高齢者が集まる商店街にしたい」というコンセプトのもと、振興組合の理事と女性部が飲食店一軒一軒に説明しながら協力を依頼。



スタッフにも気軽に話しかけます。

「価格は700円まで(当時)」「出前をしてくれること」というハードルの高いお願いにもかかわらず、多くの店舗が積極的に協力を申し出てくれたそうです。さらに振興組合以外の店舗や老舗料亭までも特別メニューを提供してくれることに。開催日は、覚えやすいように毎月10日と20日に設定し、準備万端でサービス開始に臨みました。そのかいあってか、食彩サービスは好スタートを切り、地元紙でも取り上げられるほど注目されました。

高齢者が集まる大きな理由は、「つながる楽しさ」というホスピタリティ。

食彩サービス開始から約9年経った今、当初ほどの利用者数ではありませんが、それでも多い日は30人以上も集まります。参加者同士が会話を楽しみながら食事をす

ることにつながりが深まり、友達になれる。そんなところに、参加者はホスピタリティを感じているようです。

運営スタッフの羽田さんと儀間さんは、参加者同士が友達になり元気に活動している姿を何度も見てきたそうです。

「ここで知り合ってお友達になった方、多いんですよ。皆さんおしゃべり好きだから、ここで食事した後、旅行やお店の情報交換をして、『じゃあ出かけましょうか』という感じで遊びにいられるんです。とても元気で、年々行動範囲が広がっている気がしますね(笑)」と話す羽田さん。

「中には会社勤めの方もいらっしゃるんですよ。『いつも同じ顔見て食事するのはつまらないから』って、わざわざお土産まで持ってきてここで食事されるんです。そこから友達の輪が広がって行って、おしゃべり相手が増えていく。人生を楽しく過ごしてるなって感じますね」

儀間さんは語ります。
1人であるより、誰かとつながっていたい。そんな当たり前のニーズに、身近な商店街が応えてくれる。気軽に立ち寄れて、元気と安心を提供してくれる食彩サービスが、高齢者に人気のもうなずけます。

運営スタッフとも、友達のような関係でつながっている。

「お客さまというより、うんと歳上のお友達だと思ってますから(笑)」儀間さんの話に羽田さんもうなずきます。「無償で運営スタッフをやってますけど、ボランティアっていう感覚ではないですね。こうやってお付き合いできることが単純に楽しいんです」と、お2人は話します。



スタッフとは友達のような関係。



食事のあとは、おしゃべりに花を咲かせます。

参加者とのおしゃべりは、商店街や自分のお店ですることもしばしばあるのだそうです。「見かけたときはもちろん声をかけるんですけど、おばちゃんたちから声をかけてくれることもしょっちゅうなんです。だから商店街に友達が増えたと感じて、すごく嬉しいです。店で話して、また食彩サービスで会ったときに『あの後〇〇へ行ってきたんでしょ? どうだった?』なんて話もよくしてますよ」と、にこやかに語る儀間さん。

人と人のつながりの大切さが見直されている昨今、吉原商店街では、街で気軽に声をかけ合える友達のような関係が根付いているのです。

「安心」「親子3世代交流」というホスピタリティで、幅広い世代にやさしい街へ。

食彩サービスには、「つながり」のほかに2つのホスピタリティがあります。1つは「安心」というホスピタリティです。富士市介護保険課からの申し入れで、食彩サービスの日は健康相談が行われており、職員2人で参加者一人一人の血圧をチェック。さらに熱中症対策など、高齢者がかかりやすい病気の予防を呼びかけてます。参加者にとって、毎月身体のことを気にかけてくれる人がいるのは、大変心強いはず。楽しいだけでなく安心できる場所も、食彩サービスのメリットです。

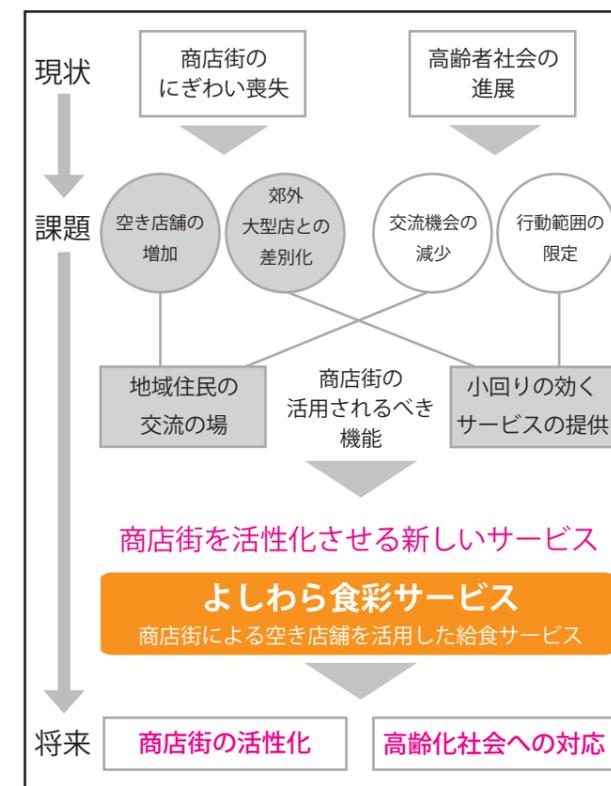
もう1つは「親子3世代交流」というホスピタリティ。近年、子育て支援課と連携し、授乳専用椅子とおむつ交換台を設置。吉原小宿は乳幼児連れの保護者が立ち寄る公共施設「ふじ子育てほっとステーション」に指定されました。

「最近は常連の方が多く状況なので、今後は子ども連れの方にも来ていただけたらなと思っているんです。ふじ子育てほっとステーションになったのをきっかけに、おばあちゃんとお母さんと子どもの3世代で遊べたら素敵」と話す儀間さん。この2月に、「高齢者のための食彩サービス」から、「誰でも利用できる食彩サービス」に目標を変更、利用者の年代を広げていこうと考えているそうです。

儀間さんが言うように、3世代交流を実現できれば、吉原商店街はこれまで以上に高齢者にやさしく、笑い声の多い街になるのではないのでしょうか。おばあちゃんが子どもの遊び相手になったり、時には親の育児相談役になったり。食彩サービスのホスピタリティは、幅広い世代へと広がっていくようです。

(取材:柳沼紀人)

よしわら食彩サービスが誕生した経緯



介護保険課の職員が、血圧をチェックしてくれます。

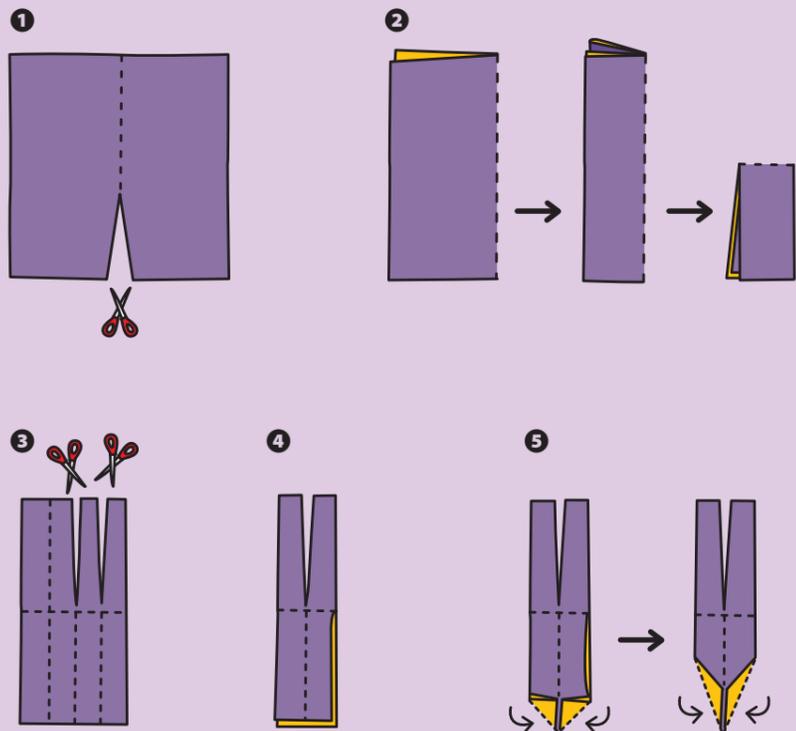


作ろう! 遊ぼう!! 楽しもう!!!

簡単、楽しい! 紙コフター

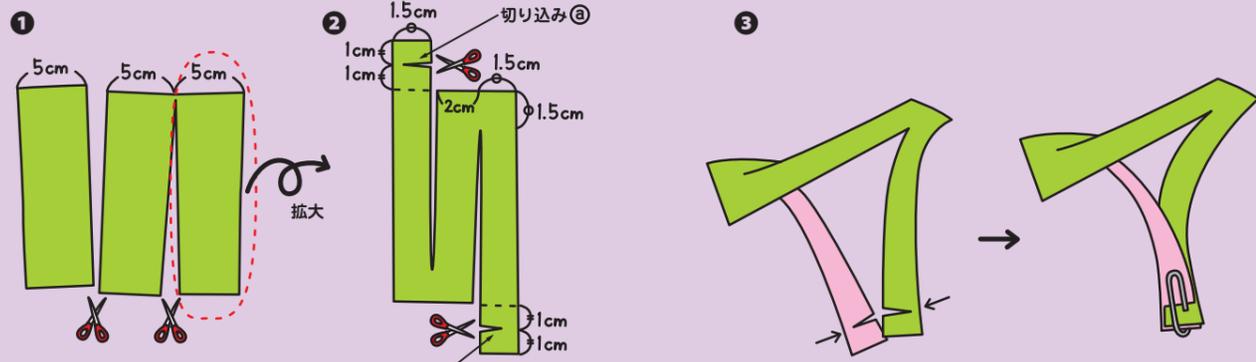
作ろう!

- 用意するもの
- 折り紙
 - クリップ
 - ハサミ



作ろう! その1

- ①折り紙を半分に切ります。
- ②縦半分に2回折り、さらに横半分に折ります。
- ③折った紙を開き、となり合う縦の折り線2カ所を、紙の半分まで切ります。
- ④縦半分に折り、切り込み部分を残して、横半分に折ります。
- ⑤切り込みが入っていない側の左右の角を、2回谷折りします。
- ⑥切り込み部分を前後に開いて出来上がりです。



作ろう! その2

- ①折り紙を3等分に切ります。
- ②図のように切ります。
- ③切り込みaとbを互いに差し込み合い、下からクリップでとめたら出来上がりです。

遊ぼう!!



その①高齢者が楽しめるあそび①
「的あて」

床に設置した的をねらって紙コフターを落とし、点数を競い合います(点数は10・5・3・1)。1チーム4人程のグループになり1人1回投げ、チームで何点取れるかに挑戦します(チーム対抗戦)。



その②高齢者が楽しめるあそび②
「玉入れ」

床に置いた赤と白の箱を囲むようにして2チームに分かれ、円になって座ります(箱から1~2m離れる)。紙コフターを投げ入れ、箱に入った数を競います。

ONE POINT

- 高齢者レクでは、①折り紙を楽しむ→②飛ばし方を楽しむ→③お茶飲みで楽しむ、という流れがオススメ。
- 紙コフターを作りつつ、昔親しんだ色々な「折り紙遊び」を思い出すことができます。
- 昔親しんだ遊び方について話し合ううちに、次回のプログラムが決まることもあります。
- 高い場所から飛ばすなど、よりキレイにクルクル回る方法をみんなで考えるのも楽しいです。



その③子どもが楽しめるあそび①
「キャッチ」

2人1組になり、1人が肩の高さから紙コフターを落とします。もう1人が落とした紙コフターを素早くキャッチ*できたら、役割をチェンジ。これを繰り返し、1分間で何回キャッチできるかを競います。

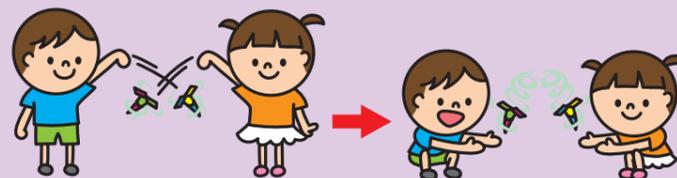


イラスト: 大瀧麻里奈

その④子どもが楽しめるあそび②
「ダブルキャッチ」

2人1組になり、お互いが肩の高さから紙コフターを同時に落として、相手の紙コフターを素早くキャッチ*。1分間で同時に何回キャッチできるかを競います。

*キャッチする時は、必ず床すれすれの位置で、手の平ですくうようにして取るのがルールです。

楽しもう!!!

●クリップを2個付けて、おもりを重くする。折り紙ではなくハガキで作ってみる。こうしたアレンジで、投げたときに回るスピードが速くなったり、より遠くに飛ぶようになるとりします。

●得点や回数の記録は、ホワイトボードなどを使って全員で確認できるようにしましょう。周囲のグループやペアと競争ではなく、1回目より2回目の記録が上がるように工夫することを促すとともに、記録が上がったときの達成感(まだまだいける、やればできる感)を共有しましょう。

●それぞれのあそびの説明は、参加者1人に協力してもらい、スタッフと参加者のペアで見本を見せながら実施します(2人も参加者にすると、すべて言葉で説明しなければならない、見本の効果が弱まる)。また見本役には、積極的でいつも前が出るタイプの参加者だけでなく、「他者の前でスポットライトを浴びることが支援として必要」な方を選ぶことも大切(スタッフとの共同作業なので、プレッシャーは比較的小さい)。

