



TEL (0463) 75-3221 FAX (0463) 75-2550
URL : <http://www.kuzuhagakuen.com/>

第13号
発行日
平成30年8月4日
発行
社会福祉法人
かしの木会 くず葉学園
発行人 三浦 啓
〒259-1302
神奈川県秦野市菩提2058-2
印刷：オフィス・フルプリント

原点にかえろう

園長 三浦 啓



朝日新聞の投書欄「声」 2018年5月19日(土)

「みんなで語ろうおやじのせなか」から。

「毎晩左足マッサージありがとう」

主婦 里 紀美子(神奈川県 73)

私は北海道の農家で、10人きょうだいの9番目に生まれました。3歳の時、雨の日の水遊びがもとで高熱を出し、小児まひと診断され左足が不自由になった。両親は農作業が忙しく、田へ出かけていたという。

父は、朝は朝日と共に、夜は月明かりと共に、ただただ農業一筋で一生懸命働いていた。そんな中、私の細く曲がった足を治そうと2時間近く汽車に乗り、私をおんぶして札幌の色々な病院へ通ってくれた。入院を繰り返した私に、父は少しでも良くなるようにと、ザラザラした手で毎晩マッサージをしてくれた。

小学校には1年遅れで入学。23歳の時結婚し、神奈川に来た私に、父はいつも達筆な字で手紙をくれた。

「親の不注意でお前に苦勞をかけて申し訳ない…」といつも謝っていた。一度もそんなこと思ったことのないのに、と思うと泣けた。

結婚したとき、たんすでミシンを買いなさいと、貧しいのにそーっとお金を渡してくれた優しい父。独学で勉強をし、ほんのひととき楽しそうにバイオリンをひいていた父。12年前に103歳で亡くなった。今でも大切な父を忘れはしない。

この投書を広報誌読者の方にはどのように受け止められたらどうか。

私は、思わず涙し、知的障害のある方々の支援現場に身を置くものとして、改めて私たちの仕事の原点を思い知らされた気がした。

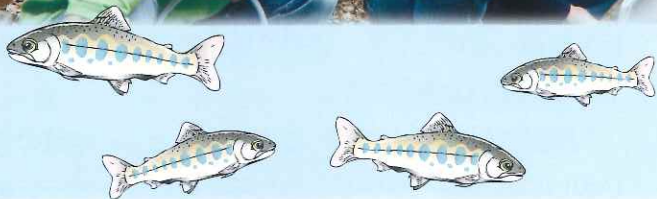
「お前に苦勞をかけて申し訳ない…」という家族の深い思いに共感し、ザラザラした手で毎晩マッサージをする手に支援の姿を重ねる。

ご本人は両親を非難する気持ちは微塵もなくご自分の道を歩まれているが、言葉で表現できない知的障害のある方々も気持ちは全く同じなのだ。

私たちは、今一度足元を振り返り、福祉の実践者としてどうあるべきなのかを考えたい。家族に寄り添い、本人の歩む道に対して良い支援をおこない、社会の人々に理解を求める。そして「共に生きる社会」を創る。それが職務なのだ。しかしながら2年前、施設職員による利用者への大量殺人事件が起こった。許せない事件だが、一体なぜこのような事件が起こったのか。最近、高齢者施設や病院でも似たような事件が報道され「なぜ？」が増幅する。社会病理か人間の性(さが)か…。このような今こそ、投書者に教えられ、素朴で根源的な原点にかえり、力強く「家族支援」「本人支援」「社会支援」に歩みたいと思うのである。

ヤマメの放流

5月13日(日) くずはの泉において、恒例の行事となっているヤマメの稚魚放流が行われました。景釣会の皆さまと菩提地区の有志が、くず葉学園の利用者をお誘いいただき参加しました。



チャレンジday

5月30日(水) 昨年に引き続き、表丹沢野外活動センターにおいて、障害者フライングディスク協会の方々のご協力のもと、1時間半ほどディスク飛ばし競技を楽しみました。今年は、会場でお弁当を食べて楽しい一日を過ごしました。



秦野市 商工まつり

5月26日(土)~27日(日) 秦野市文化会館周辺で行われた、商工まつりに出店しました。たくさんの皆様にお買い上げいただきました。ありがとうございました。イベントに出店するときには、豆富や椎茸を特別価格で販売していますので、お買い得ですよ。



やまゆり食堂完成

高齢化対策の一環で、また社会福祉充実計画の実行項目として、入所棟1階の利用者玄関ホールを食堂に改修しました。



戸川公園 花壇植え込み

6月 神奈川県立戸川公園の一角に花を植える仕事を今年もいただきました。今回は「海」をテーマに、約1,700鉢の花でイルカや魚などを描くように植えました。秋にも同じ場所を植え替える予定となっていますので、園芸班の皆さんは今から次のテーマを話し合っています。



外周フェンス

昨年度の補正予算補助を受けて取り組んできた施設安全対策として、平成29年12月に外部侵入者対策の威嚇警報付防犯カメラを設置しました。さらに施設外周フェンスが平成30年3月に完成しました。



観劇 人形劇“象つかいソムポット”

チャリティーイベントを全国展開している日産労連(神奈川支部)様よりお申し出があり、平成30年4月24日(火)に人形劇団つばさが来園され、表題にある“象つかいソムポット”を上演していただきました。

その内容は…

「象つかい」になるために、村にやってきたソムポット。年老いた象ボナの世話を任せられ、象に乗る日を夢見る毎日。ある日、親方の心ないムチで病気になってしまうボナ。そんなボナに見切りをつけた親方は、機械を使って仕事を始める。ところが……

というストーリーです。

飽きさせない工夫も盛りだくさんで、途中にシューティングゲームがあったり、人形との会話を楽しんだり。利用者も大いに盛り上がり楽しむことができていました。最後には、出演していた人形たちと握手や触れ合いを通して皆さんの笑顔は最高潮、とてもいい時間をもつことができました。



新入職員を紹介します



通所支援課
園芸パート
西垣 希



入所支援課
いちようクラス
奥津 仁司



入所支援課
やまゆりクラス
後藤 恵美



Junの 簡単レシピ

さばのから揚げサルサソース

血液さらさら

さばは脂質が多く、特にDHA、EPAは青魚の中でも多い。動脈硬化、血栓症の予防につながり脳の活性化になります。また、ビタミンB群、ビタミンDも豊富で脳を元気にする栄養が多く含まれています。

ゴマのセサミノールは、抗酸化物のひとつであり、細胞の老化やガン化の促進因子と考えられている過酸化脂質の生成を抑制します。脳の老化防止に繋がります。また悪玉コレステロールを減少させ、動脈硬化を防ぐので脳の働きを鮮明にし組織の活動を活発にします。

材 料 (2人分)

さばの切り身	2切れ	サルサソースの材料	
小麦粉	適宜	トマト・赤パプリカ・紫玉ねぎ	
白胡麻	適宜	ねぎ	各1/2個
揚げ油	適宜	ししとう	2本
塩・コショウ	適宜	白ワインピネガー	
			100cc (1/2カップ)
		塩・コショウ	適宜

作り方

- ① トマトは湯剥きします。お湯に入れ、皮が剥がれてきたら、取り出して、冷水に浸けた後、皮を剥いて、ヘタを切り、種を取り除き1cmの角切りにします。赤パプリカ、紫玉ねぎは、それぞれ1cmの角切りにします。ししとうは、ヘタを切り、小口切りにします。
- ② ポウルに①の野菜、白ワインピネガー、塩、コショウを入れ、混ぜ合わせ、15分なじませます。
- ③ さばは、ヒレを取り除き、皮目に十字の切れ込み

を入れて、一口大に切り、塩、コショウで下味をつけ、小麦粉をまぶし、溶き卵をつけて、白胡麻をまぶします。

- ④ ③を180℃の揚げ油に入れて、カラリと3~4分揚げます。
- ⑤ 器にさばを盛り、②のサルサソースをかけて、出来上がりです。



研修会だより

(7月31日現在)

4月	三浦 啓 早坂 光	平成30年度報酬改定事業所説明会 平成30年度法改正および報酬改定（生活介護）説明会
	井上 浩一	平成30年度法改正および報酬改定（就労）説明会
	三浦 啓	平成30年度障害福祉施設事業所・団体説明会
	園長・次長・課長・係長	第三者評価受審準備学習会
5月	吉田 恵美 園長・次長・課長・係長	摂食・嚥下の基本と食事支援について 第三者評価受審準備学習会
6月	和賀 央哲 小久保孝二 古家 英樹 島山 忍 道川あさみ 上谷 道子 全職員研修会	煙火保安講習会 地域支え合い認定ドライバー養成研修 福祉QC入門講座 高齢者施設研修 高齢者施設研修 高齢者施設研修 DVD視聴とグループ討議
	園長・次長・課長・係長	第三者評価受審準備学習会
7月	三浦 啓 早坂 光 井上 浩一 山元 大輔 園長・次長・課長・係長	全国知的障害関係施設長等会議 全国知的障害関係施設長等会議 安全運転管理者法定講習会 西湘地区施設長会（報酬改定説明会） 第三者評価受審準備学習会

MIMIのカルテから

「睡眠不足」

猛暑で寝苦しい夜が続く、睡眠不足に悩んでいる方も多いのではないのでしょうか。

睡眠不足にも、慢性と急性があります。慢性の場合は、疲労、日中の眠気、作業精度低下など様々な症状を引き起こします。人間にとって最適な睡眠は7~8時間と言われていますが、体質、年齢、生活スタイル等で大きく変わります。そこで、睡眠不足解消のための対策をいくつか紹介します。

まず、朝起きたら日光を浴びてください。セロトニンという物質が作られ、睡眠ホルモンに変化します。睡眠不足で辛い時は、昼のうちに30程度お昼寝するのも良いでしょう。また、日中の適度な運動や、寝る前のストレッチで筋肉の緊張をほぐし、心も体もリラックスさせると良い睡眠に入ることができます。その他、体を温める飲み物を飲んだり、パジャマを着て睡眠に入ったりという意識づけも有効です。例え眠れなくても、布団の中で目を瞑ってリラックスして過ごしてみてください。疲れがとれるかもしれません。寝る前のテレビやスマホは、ブルーライトが出て睡眠の妨げとなるのでやめましょう。しかし、様々な方法を試しても眠れない場合は、医療機関に頼るのも大切なことです。いずれも簡単な習慣づけですので、暑さに負けない体を作るためにも、ぜひ試してみてください。

編集後記

6月中に梅雨明け宣言がだされ、7月には西日本豪雨災害、そしてその後はヒトの体温を超える記録的な異常な猛暑の毎日。地球温暖化なんて悠長なことを言っていられない危機的な脅威を感じさせられるこの頃です。あらためて平常な生活が続けられることの大切さを思い知らされます。

リーフ広報委員会