長野 りんどう

2017.5
No.51

発行／社会福祉法人長野りんどう会
ライフサポートりんどう
発行責任者／宮尾美代子
〒 381-0041 長野市徳間 3222
TEL 026-239-7077
FAX 026-239-7070
http://nagano-rindou.jp
E-mail:l.s.r@bg.wakwak.com

特集 フレッシュとくま

退所後の生活はどうしているの？

皆で生活したフレッシュとくまの２階のデイルーム。自宅のような雰囲気で過ごしていました。　中島

昨年退所された中島さんに、フレッシュとくまのデイルームの様子を描いてもらいました。雰囲気が良く伝わってきます。

理念

私たちは、誰もが人として尊重される福祉活動を通じて、地域福祉の推進に協力し、すべての人々が住みやすいまちづくりに貢献します。

フレッシュとくまを退所した人は、どんな生活を送っているのかな？

フレッシュとくまは、旧援護寮から始まり平成 24 年 4 月からは生活介護、短期入所、日中生活訓練、宿泊型生活訓練の 4 事業により、利用者の方の生活支援を行っています。今回は、宿泊型生活訓練が終了した方 5 人に、思い出話や、現在の生活にどんな事が役立っているのか、お話を聞いてみました。

古籏さんは平成 25 年にフレッシュとくまの宿泊型の利用が終わった後直接、村松さんは旧援護寮、GH を経て平成 27 年に軽費老人ホーム「ケアハウスいなさと」に入所されました。お二人がどんな生活を送っているのか、聞いてみました。

Q．りんどうには、誰の紹介で入所したのですか？

古籏　入所前は一人暮らしで体調もすぐれず寝ていることが多かったです。そんな時、主治医からフレッシュとくまを紹介されました。

村松　母と暮らしていたのですが、亡くなって。寂しく思っていた時主治医に紹介されて入所しました。何ヶ所か見学しましたが、交通の便が良いことが決め手で、りんどうの援護寮に入所しました。

Q．入所中の思い出は？

古籏　旅行や行事に参加したことです。トイレ掃除や料理の当番は大変だったけどよい経験でした。若い男性スタッフとの交流は新鮮で楽しかったです。

村松　若い利用者さんも多い中、私は 50 代でそんなに思うように身体も動かなくて（笑い）日々の当番等ついていくのが大変だったかな？身近にスタッフさんが常にいるので、何かあると相談できたので、一人じゃないと思えて心強かったです。

Q．現在の生活は？

古旗　いなさとで個室で暮らしています。介護保険のサービスも利用できるので、週一回介護保険のデイケアに通っています。ヘルパーさんに来てもらっている人もいます。

村松　いなさとで体操や音楽会があるので参加しています。通院は、ＧＨの時と同じで福祉タクシーで通っています。食事は三食出るので楽ですね。

年齢的なこともあり、お二人は現在軽費老人ホームに入所しています。入退所した時期は違いますが、旅行やスタッフとのやり取りの思い出話で盛り上がりました。

共通して、りんどうと関わったことがきっかけで福祉サービスの利用が始まったと言うことです。

ケアハウスいなさとのロビーにて

自宅で両親と暮らして一年経ちました　N・Kさん

Q．入所したきっかけは？

A. 入院していて、自立した生活を送りたいと思っていたところ、ケースワーカーにフレッシュとくまを紹介されました。

Q．入所しての思い出は？

A. もっと厳しいかと思っていたけれど、旅行や年忘れ会等行事も多くて楽しかったです。色々な人と会話することができ、いい経験になりました。

Q．今はどんな生活を送っていますか？フレッシュとくまでの生活で役立ったことは？

A. 両親と暮らしています。日中は作業所に通っています。フレッシュの担当さんと相談して、退所する数ヶ月前から作業所に通い自宅に外泊しました。おかげで、退所後の生活がイメージできてすんなり自宅での生活を送ることができました。

マイペースでアパート暮らししています　Hさん

Q．今どのような生活を送っていますか？

A． フレッシュとくまを退所してから４年たちました。今アパートで独り暮らしです。ヘルパーさんに週３回来てもらい、買い物や掃除の支援を受けています。スローステップは登録していますが、足が痛いので最近はご無沙汰しています。プランナーはりんどうの方にお願いしています。

Q．フレッシュとくまの思い出話は？

A． 知人の紹介で入所したのですが、刺激がありました。食事も美味しく、誕生会や食事をみんなで作ったりして楽しかったです。掃除は大変でした。でも、おかげで少し掃除が上手になったかな？規則正しい生活が身に付きました。

一人暮らしを始めて一年経ちました　山田さん

Q．フレッシュとくまへ入所したきっかけは？思い出話を聞かせて下さい。

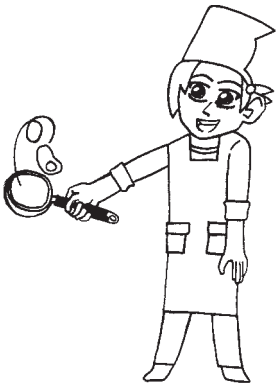
A． 家族と暮らしていたのですが、一人暮らしをしたくて。家族はいきなりだと心配だとのことで、フレッシュとくまに入所しました。退所したのは１年少し前です。一番の思い出は、ふれあいまつりのステージ発表で自分が演出してヒーロー物の劇をやったことです。メンバーさんも仲間に入ってくれて良かったです。大変だったのはお皿洗いや掃除かな？

Q．現在の生活は？

A． アパートで独り暮らしです。市内のＢ型作業所に月～金まで通っています。火曜日はヘルパーさんが来て調理の支援を受けています。自炊していて魚や肉を焼いたりしています。料理は面白いですね。今まであまり経験が無かったので、フレッシュとくまでの掃除や調理の経験が役立ちました。最初の頃は母が頻繁に来ていましたが、最近は週末一緒に買い物に行きますが、月数回立ち寄るくらいです。

Q．将来の希望はありますか？

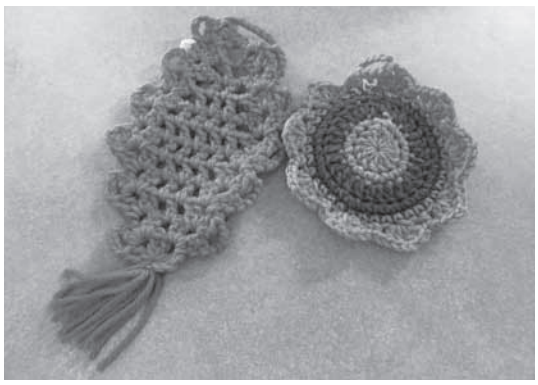
A． 漫画家になることです。絵を描くことが好きで、部屋で漫画を描いています。充実しています。



朝食の目玉焼き調理中

フレッシュとくまでの生活は訓練施設ということもあり、料理や掃除等、当番が最初は大変だったとのことですが、今の生活に役に立ったとのことです。行事やイベントを通して仲間との交流も思い出に残っていると、共通してコメントがありました。フレッシュとくまではケア会議等を通して利用者本人が望む生活が送れるように、他機関とも連携して支援しています。

作品展
りんどうの利用者の作品です

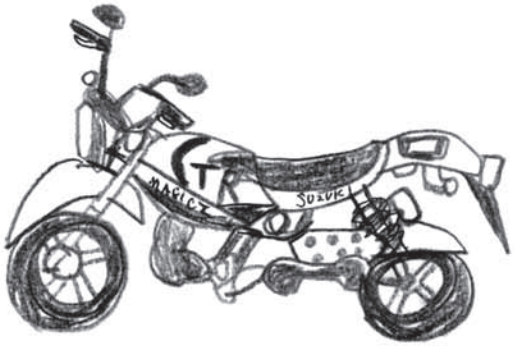


題　アクリルたわし
作　Y・H

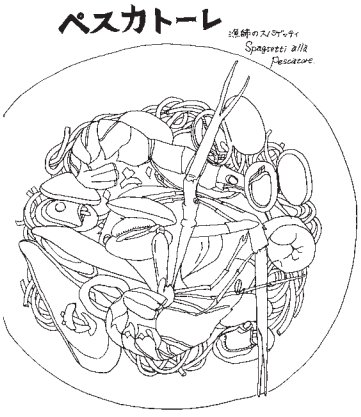
題　ネックウォーマー
作　K

題　てまり
作　徳武　恵子

題　時計
作　徳竹　祐介



題　初代オレのバイク　ストマジ
作　辰野　学太郎



題　ペスカトーレ
作　山本　美由紀

法人からのお知らせ

去る３月 22 日（水）に第 74 回理事会及び第 66 回評議員会が開催され、次の議案について審議をいただき、承認されました。

1　議案第１号　社会福祉法人長野りんどう会　平成 29 年度事業計画（案）について （概要）

ライフサポートりんどうの平成 29 年度事業の概要として、まず、フレッシュとくま（生活介護事業・生活訓練事業・短期入所事業）は、安定経営を目指す観点から利用者確保に積極的に取り組み利用率向上を図るとともに、生活訓練事業では、一人ひとりの状態やニーズを十分に踏まえた支援を行うことにより、利用終了後にそれぞれの目標に向かって明るい希望を持って踏み出すことができるような支援を行う。

次に、ワークス上駒（就労移行事業・就労継続Ｂ型事業）は、受託事業や自主製品の見直しと充実などの魅力あるプログラムにより、工賃アップ、通所意欲の向上及び利用者増を図るとともに、利用者の多様化に対応したきめ細やかな支援を行う。両事業とも、企業等への就職を希望する利用者についてはその意向を最大限実現し、就労後の定着についても支援していく。

スローステップ（地域活動支援センターⅠ型）は、事業受託期間の最終年次となる。利用者が地域において自立した社会生活を営むことができるよう、必要な支援を行うとともに、地域住民との交流を図っていく。

相談支援事業は、専任の相談支援専門員の資質向上を図りながら、サービス等利用計画・地域移行支援・地域定着支援・障がい児相談の内容を充実させる。

グループホーム（共同生活援助事業）は、「地域生活拠点」としての機能を引き続き活かしながら利用者が地域と密着した生活ができるように支援するとともに、利用者の意向を尊重したより豊かな新しい生活の道を考えていく。

長野市とがくししょうまの家（地域活動支援センターⅢ型）は、地域・関係機関との緊密な連携を取りつつ、利用者増と支援内容の充実を図る。

2　議案第２号　社会福祉法人長野りんどう会　平成 29 年度資金収支予算（案）について

法人全体の予算額は、収入 280,852 千円、支出 283,307 千円、予備費 761 千円で、前年度予算額に比べ 6,590 千円の増額となった。

収入では、利用者のサービス向上を目指すとともに提供するサービス量を的確に見積もり計上した。また、給付費収入に職員処遇加算を増額した。

支出では、提供するサービス量を的確に見積もり計上した。また、職員の処遇のさらなる改善を行うため、職員人件費を増額した。施設改修関係では防犯カメラの設置や、老朽化している車両の買替などを行う。

サービス別予算額については、裏面の一欄表を参照。

3　議案第３号　社会福祉法人長野りんどう会　監事の選任について

監事から辞任の届け出があり、後任を選任するもの。就任期間は残任期間。

4　議案第４号　社会福祉法人長野りんどう会　苦情解決第三者委員の委嘱について

委員から辞任の届け出があり、後任を選任するもの。就任期間は残任期間。

5　議案第５号　社会福祉法人長野りんどう会　定款細則の改訂について

社会福祉法人制度改革に伴い平成 28 年 11 月 16 日開催の第 65 回評議員会・第 72 回理事会で定款改訂の承認を得たが、認可されたので、合わせて細則を改訂するもの。

6　議案第６号　社会福祉法人長野りんどう会　給与規程の改訂について

職員の処遇改善を図るため、処遇改善手当を増額するもの。

平成 29 年度　資金収支予算　サービス区分別内訳書

単位：　千円

科目名称				本部	フレッシュとくま			ワークス上駒		スローステップ地域Ⅰ型	相談支援					共同生活援助	しょうまの家	計
大	中	小			生活訓練	生活介護	短期入所	就労移行	就労継続Ｂ型		長野市委託	一般（地域移行）	一般（地域定着）	指定特定	障害児			
事業活動による収支	収入	就労支援事業収入						773	11,987	0	0	0	0	0	0	0	1,370	14,130
		障害福祉サービス等事業収入			64,188	10,820	5,221	9,133	52,300	13,300	6,450	800	180	12,000	610	34,103	8,380	217,485
		経常経費寄付金収入		1,600														1,600
		受取利息配当金収入		30													1	31
		その他の収入		300	80					120							100	600
		事業活動収入　計　(1)		1,930	64,268	10,820	5,221	9,906	64,287	13,420	6,450	800	180	12,000	610	34,103	9,851	233,846
	支出	人件費支出		26,421	30,159	4,856	2,238	6,556	30,345	14,531	7,566	718	187	10,100	352	17,071	7,817	158,917
		事業費支出			10,551	951	829	414	3,125	1,795						560	1,060	19,285
		事務費支出		5,094	5,221	615	130	565	3,818	1,847	630	115	30	595	50	8,135	650	27,495
		就労支援事業支出						773	11,987								1,370	14,130
		支払利息支出							232									232
		その他の支出		1,200														1,200
		事業活動支出　計　(2)		32,715	45,931	6,422	3,197	8,308	49,507	18,173	8,196	833	217	10,695	402	25,766	10,897	221,259
	事業活動資金収支差額　(3)＝(1)－(2)			△ 30,785	18,337	4,398	2,024	1,598	14,780	△ 4,753	△ 1,746	△ 33	△ 37	1,305	208	8,337	△ 1,046	12,587
施設整備等による収支	収入	施設整備等補助金収入		1,200														1,200
		施設整備等収入計　(4)		1,200														1,512
	支出	設備資金借入金元金償還支出							1,512									1,512
		固定資産取得支出		5,600	100				1,853	1,000								8,553
		固定資産除却・廃棄支出		11														11
		施設整備等支出計　(5)		5,611	100				3,365	1,000								10,076
	施設整備資金収支差額　(6)＝(4)－(5)			△ 4,411	△ 100				△ 3,365	△ 1,000								△ 8,876
その他の活動による収支	収入	積立資産取崩収入		1,500														1,500
		サービス区分間繰入金収入		38,907						5,753	1,746	33	37				1,046	47,522
	その他の活動収入計　(7)			40,407						5,753	1,746	33	37				1,046	49,022
	支出	積立資産支出		4,450														4,450
		サービス区分間繰入金支出			18,237	4,398	2,024	1,598	11,415					1,305	208	8,337		47,522
		その他の活動支出計　(8)		4,450	18,237	4,398	2,024	1,598	11,415					1,305	208	8,337		51,972
	その他の活動資金収支差額　(9)＝(7)－(8)			35,957	△ 18,237	△ 4,398	△ 2,024	△ 1,598	△ 11,415	5,753	1,746	33	37	△ 1,305	△ 208	△ 8,337	1,046	△ 2,950
予備費　(10)				761														761
当期資金収支差額　(11)＝(3)＋(6)＋(9)－(10)				0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

前期末支払資金残高　(12)	150,000																150,000
当期末支払資金残高　(13)＝(11)＋(12)	150,000																150,000

第14回ミミコンサート
メンバーさんの新しい一面を見る事ができました

スローステップ

3月10日（金）に、今年で14回目のミミコンサートがサンアップルにて開催されました。14年目なので、メンバーやスタッフにとっては恒例行事となっていますが、私にとっては初めてのミミコンサートでした。どのように進められ、皆どのような発表をするのか始まる前から楽しみにしていました。本番はスタッフ、ボランティア、メンバー合わせて14組が出演しました。歌（カラオケ）が多かったですが、自作曲や写真のスライドショー等がありました。歌では、皆が手拍子をし、盛り上がり、演歌では聞き入ってしまいました。また、美しい花のスライドショーや完成度の高い自作曲、ギター演奏には「こんな特技があったのか！」と驚いてしまいました。スムーズな司会進行、裏方の準備のお陰で、時間が押すこともなく、楽しいミミコンサートになりました。

また、会場までのロビーではメンバー、スタッフの自主製品を展示しました。日中活動の木工の時間に作った時計・一輪ざしや布ぞうり・スリッパ、個々で作ったバック、てまり、塗り絵等様々な作品が展示されました。発表が始まるまでの間や終了時にたくさんの方が鑑賞されて行きました。素敵な作品ばかりでした。

初めてのミミコンサートは非常に楽しい物でした。しかし、楽しいばかりではなく、メンバーの新しい一面を見ることができました。とても有意義な一日になりました。

（担当：冨澤李沙）

カントリーロードを歌いました

作業所のトイレがバリアフリーになりました！

しょうまの家

利用者さんの高齢化が進んでいるしょうまの家。毎日使うトイレですが、段差があったり、狭かったりと使い勝手がいまひとつでした。歩行が困難な人でも利用できるようにしたいねと、かねてから長野市に依頼していたトイレの工事が3月末に完了しました。

床に段差を無くし、入口のドアを引き戸にして、便器周りに手すりを付けました。

20年間使用していた便器も、交換しました。

大小便器がドアで区切れていたのを、小便器は外して、ワンフロアになり、広くなりました。

でも、男性には、少し不便にはなってしまったでしょうかね？

メンバーさんからは「広くなって、きれいになって良かった」「床がフラットになったので利用しやすい」といった声が聞かれました。

（担当：山口）

使いやすくなりました

公園トイレ清掃
地域の人から声をかけてもらっています

ワークス上駒

ワークス上駒では、長野市からの委託を受けて週２回、近隣４か所の公園トイレ清掃を行っています。

便器や床の掃除はもちろんトイレ建物周囲の草取りや冬季は雪かきまで､寒さ暑さや虫と闘いながら毎回３人のメンバーさんがその時の状況に応じた清掃を一生懸命に行っています。

今後とも地域の人たちに気持ち良く使ってもらえるトイレを目指して頑張っていきます。

（担当：久保田）

キレイになると気持ちいいです

清掃メンバーさんに聞いてみました。

Q. トイレ掃除をしていて思うこと、よかったことはありますか？

Ｈさん：清掃中に地域の人に声をかけられると役に立てているのかな、と思い嬉しい。あと、工賃が高いのがいい。

Ｓさん：汚れているときは嫌になるけど、工賃が高いので嬉しい。

桜は蕾でしたが、のんびり、
楽しいお花見会となりました！

毎年恒例のお花見会が昭和の森公園で４月 14 日に行われ、メンバー、ご家族、ボランティア、スタッフ合わせて約 100 人の参加者が集まりました。今年は前日に長野市で桜の開花が宣言されたところで、桜の木はほとんど小さな蕾の状態でした。しかし、多少暑く感じるほどの陽気となり、春空の下でのんびり豚汁や団子などを食べて過ごす事ができました。りんりんりんりん☆りんどーずの演奏や、ビンゴ大会、散策、バッティングゲームなど行いながら、ほのぼのと、楽しい時間となりました。

（担当：小沼）

散策でクイズに挑戦中

参加者の皆さんから

・桜は見られなかったけど、暖かくて気持ちよかった。
・今年もご飯がおいしかった。
・散策のクイズが面白かった。
・バッティング、優勝できなかったけど楽しかった。

家族会

研究集会に参加 自分の人生を楽しむ生き方を大切に

先般、新潟市で開かれた日本心理教育・家族教室ネットワーク第20回研究集会に参加させて頂きました。私は研修の内容も良く分からないまま、特に下準備もせず参加しましたので初めは少し不安でしたが、講演会、シンポジウム他多彩な分科会が準備されていて、私にとって少しハードではありましたがとても有意義なものでした。

研修を通じ、精神障害を持つ方が長期入院することなく地域で安心して生活して行くことの大切さ、その為にはきちんとした服薬を前提に、ACT（包括的地域生活支援）、ＣＢＴ（認知行動療法）、ＳＳＴ（社会生活技能訓練）等により、当事者本人が対処能力を身につけること、家族としては医師、支援者と情報を共有した上で、自分自身の人生を楽しむ生き方をして行くことの大切さとそのための心理教育の重要性を実感しました。

さらに家族や身内に統合失調症を持つ精神科医や作業療法士の方のお話もお聞きすることが出来ましたが、それぞれ辛い経験をしながらも、その事実（家族が統合失調症であったという・・）があるからこそ、それぞれの方の今がある訳で、この方々のお話からも、難しいかもしれないが家族としては、事実を肯定的に考え、自らが生き生きとした生活を送ることの大切さを改めて実感しました。

他にも統合失調症患者の健康管理〈メタボ防止を中心に〉についてのお話なども聞く事が出来、得る物の多い２日間でした。

（家族会員：早川）

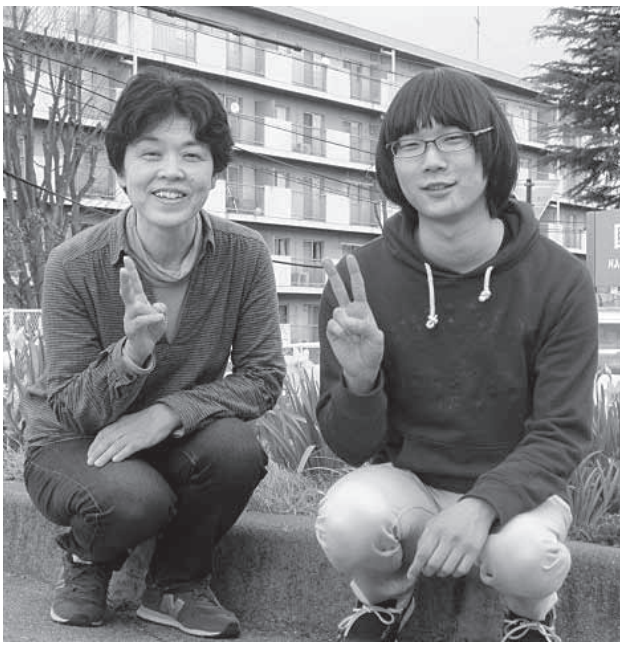
新人スタッフ紹介

新人スタッフさんに聞いてみた！

① 名前・所属先
② 好きな音楽♪
③ りんどうに就職しての目標

① 高野　裕朗さん　フレッシュとくま所属
② あまりテレビは見なくて…（　＾ω＾）
音楽は洋楽のヘヴィメタルやクラシックのアヴェ・マリアが特に好きです！すごくきれいな曲ですよ！
③ 利用者さんが自分らしく生きていけるようにサポートできたらと思います。みなさん一緒にやっていきましょう。よろしくお願いします！（物忘れと聞き間違いが多いのはおゆるしください…）

① 和田　美佐江さん　ワークス上駒所属
② 中島みゆき　力強い歌声に元気付けられるから。好きな曲は「糸」と「地上の星」です。
③ お世話になってすぐに利用者さんの秘めた力を感じ、その力を引き出そうとしているスタッフの皆さんの熱意を感じました。同じような熱意を持ったスタッフになりたいと思います。



和田　美佐江さん　　高野　裕朗さん

ライフサポートりんどうの助っ人！

コミュニティわかつき　地域福祉ワーカー
宮澤由枝さん

3、4年前からライフサポートりんどうの地域交流の窓口として欠かせない存在の宮澤さん。地域のボランティアの方と一緒に行う木工教室「なんちゃってモノづくり大楽」の共催や、ぞうきん縫いボランティア「ぞろ目の会」への参加など地域に根付いた事業所をライフサポートりんどうが目指していく中、頼もしい助っ人代表です。これからもお世話になります。

宮澤さんより

ライフサポートりんどうさんとのお付き合いが年々密度を増していると実感しています。私の無茶ぶり（若槻地区ふれあいバザーで、りんどうのメンバー、スタッフさんに着物カフェのヘルプを頼んだり）にも快く応じてくださって、毎回感謝の気持ちで一杯。

地域の活動を一緒に楽しくできたら、とそればかりを考えていますので、これからも良いお付き合いをよろしくお願いします。

ぞろ目の会で雑巾を縫っています

歳末たすけあい

NHK歳末たすけあい募金より特別分配金から、スロースステップ木工教室で使う、卓上ボール盤を購入させて頂きました。

お知らせ

ライフサポートりんどうスロースステップで平成29年3月にスズキのアルトを購入しました。行事等の際に利用します。

人事異動

◇退職◇

ワークス上駒	吉田　真矢（3月31日）	久保田　朋　（3月31日）
フレッシュとくま	太田　雄子（3月31日）	
相談室	板倉　重彦（4月30日）	

◇異動◇

スロースステップ	北澤　純子（4月1日よりワークス上駒勤務）
グループホーム	山口　和嘉（4月1日より相談室勤務）
フレッシュとくま	北川　智子（4月1日より相談室勤務）
相談室	矢ヶ崎　たか子（4月1日よりスロースステップ勤務）

◇新規◇

フレッシュとくま	高野　裕朗（4月1日）
ワークス上駒	和田　美佐江（4月1日）
とがくししょうまの家	丸山　恵美子（平成28年10月3日）

◇復職◇

本　部	荒井　里美（3月14日より。育児休業終了）

編集後記

今回特集で旧援護寮、フレッシュとくま（宿泊型生活訓練）を退所された方のその後を追ってみました。最近は、より自立した生活を目指して一人暮らしやアパートタイプのGHを希望される方が増えました。しかし、残念ですが、退所先が病院という方もいらっしゃいます。生活スタイルの多様性を尊重しながら、一歩を踏み出す支援を行っていきたいです。　武井