

すだちの輪



2025.3.10

No.160

杉並障害者自立生活支援センター すだち

〒167-0035 杉並区今川2-14-12 すだちの里すぎなみ内

TEL 03-5310-3362

FAX 03-5310-3561

すだちの輪の部数などを見直しました

- ・ すだちの輪をお送りする部数を減らしています。
- ・ 同じ建物で同じ法人の事業所さんへは
ひとつの封筒に複数枚入れてお送りしています。

不都合などがありましたら

支援センターすだち へご連絡ください

きゅーあーる

Q R コードをスマホなどで読み取っていただくと

すだちの里すぎなみ ホームページに繋がります

「広報誌」に最新のすだちの輪を掲載しています



すだちの里
ホームページ
QRコード

学齡期（小学校〜高校）に先々の生活を考える

高校卒業後、これまでと違ったことに遭遇するかもしれません。

○相談支援で実際の事例から

見られた生活課題は

- A 対人関係づくり
 - B 活動の場参加
 - C 自己生活力を増やす
 - D 障害特性の理解
 - E 働くルールの理解
 - F 愛着と自己肯定の獲得
 - G 通院・服薬の理解
 - H 緊急時の支援対応方策
 - I 生活体験の積み重ね
 - J 必要な支援の期限把握
 - K 支援内容を共有する
 - L 家庭内の関係
 - M 家族間理解
- と、幅広くあります。（高齢期除く）
- これまでの相談支援経験からは、特効薬は見当たりません。日頃から少しずつ、その都度問題を感じた時に思考・相談・チャレンジして行かれることを希望します。

○生活の場をどう考えていくか

生活の場は、本人の年齢の変化と、家族の年齢の変化の中で変わっていきます。

- ・本人の自立希望や結婚、家賃の金銭面などによる成否はあるが、一

人暮らしを考えていくか。

- ・本人の自立希望や自立体験・生活力増と、家族の高齢化時期のへ対応想定に向け、グループホームを考えていくか。

- ・自宅生活を展望する場合、どこから同居家族の介護が難しくなってきた時、どう考えていくか。
- ・期せずして、色々な理由から入院をして、次の生活を検討する場面もある事を理解しておく。
- ・人には必ずある人生の終期に、多くの方が、病院でその時を迎える事も、考えに入っているといいいのではないか。

○将来生活をどう想像するか

- ・変化する将来生活の場の事例は年齢を重ねるごとに年代ごとの本人像の変化、障害の重度化や家族介護が困難な際、ぎりぎりの対応内容として、一つの方法に入所施設の入居。「親亡きあと」と言われる事への対応について考えられるといいのではないか。
- ・本人が65歳を超えて介護保険対象になってから、日中活動の一つにデイサービス利用や、介護付き高齢者施設を利用し、本人の高齢期の場合と想定しておくことがあっているのではないか。

- ・年齢を重ね、誤嚥など医療的な対応が必要になると、高齢者施設での対応・生活も大事な選択肢となり得る。

それらを考慮・想定する時、先々を考え、現在ある各種生活の場面を見聞しておけるとなおい。

視点として、利用されている、支援者・他事業所との連携、サービス利用の方法、利用費用、意思決定・後見制度など、こうした事を知り、相談を継続して行える相談事業所を見つけていくなどの準備を、ゆっくりでも考えていくことが出来ると思います。

○今、どのような事に

取り組んでいけるといいか

本人が成長していくと意思表出が顕著になり、やりたい事と出来る事・現実的に叶うか否かを踏まえて好きな事や将来の為の経験を積み重ねていきます。そもそも何が好きで何をしたいのか分からない、本人・保護者共に葛藤する事があるかもしれません。

相談支援で関わる中で「本人・保護者が体験・経験をすること」が先々の生活でも活かしている場面が多くありました。

自宅外での泊まりや活動、家族以外の人と一緒にいるのは単身での外出・移動など、本人が体験する事を通して「とても充実した」「思っ

いたより不安だった」「具体的な課題点が分かった」「想像していた以上に出来ていた事が多かった」など、本人・保護者共に実感を体感でき知る事が出来ます。

失敗してトラウマになってしまわないかが心配・何らかの不安があり、体験する事を躊躇している方もおられるかと思えます。

体験する事を本人が肯定的に受け止められる事が何より大切です。

本人・家族の目線だけでなく、学校や本人を知る人からの視点も取り入れ、出来るだけ本人状況に合わせた段階づくりやお互いに安心できる要素などを増やしていく取組みが出来るとトラウマとなる要素が減っていく傾向があります。

万が一、上手くいかなかった場合でも、その時は嫌な思いや後悔をするかもしれませんが、それが実体験として、先々「あの時こうだったから大丈夫」「あの時こうだったから止めておこう」などの言葉にも重みが生れます。

本人自身が体感し、共有する事が財産となっていくしますので検討をしてみてください。



強度行動障害がある方が地域で過ごすには…

昨年12月18日に社会福祉法人SHIP企画開発室の若林佳史氏から、自閉症で強度行動障害がある方を幾人も受入れ、安定した生活に繋がっている実績から、地域で受入れるために必要な支援の考え方、アセスメント、支援の講義をいただきました。

◇講義の一例「自閉症支援の考え方」

- ・ 先ず利用者を支援者が理解する。そのために職員は発達障害等についての専門的知識が必要。
- ・ 起きている行動だけでなく、行動の原因を知るためのアセスメントが重要。

氷山モデルの活用

支援者に日頃みえる行動（表面化している事）下でどういう要因・原因があるのかを知る。その原因に対し支援する事が適切な学習に繋がる。

当所の相談支援の中でも、講義内容と共通する出来事が度々あります。支援センターすだちのご利用者約140名中、障害区分が4以上、行動点数が10点以上の方50名と契約しています。その内ASD（自閉症スペクトラム症）の方も多くおられます。

講義で、ASDの方は生まれながらに脳の構造や機能に定型発達との違いがあると説明がありました。

モニタリングなど面会の際も、利用者の方の言葉の受止め方や伝え方、環境の捉え方などに各々異なります。支援者が日常的に思っていた生活の流れやルールなどについてもご本人と共通していない事もままあり、意図が伝わらず悶々としたり、パニックになる場面もありました。

この間共有できなかった理由が、今回の講義を通じて

- ・ 情報の処理（理解）に至らなかった
- ・ 自身の思いが曲げられない
- ・ 否定されたと感じた

など様々あり、その根本的要因が個人の機能的な面や生活の中でできた拘り、愛着形成に問題があったなど多岐であったことをふり返るきっかけになりました。

SHIPの活動で「一貫性のあるプロンプト（促し・指示）を用いて、どの段階で本人が理解するかを見極めていく」ことを大切にしていると説明がありました。が、相談支援として本人が分かりやすく安心できる生活に向けて、関係者で一貫した対応や環境づくりにつなげていきたいと思いました。



気持ちを伺ったら「肯定ある話」を求めている！

〈事例から〉グループホームで暮らし作業所に通所しながらリズムある生活を送ることがうまく行っていないので、どうしようかと、ご本人から話しを伺いました。

△家でどんな生活をしてましたか？

- ・ 寝ようと思っても、寝れなかったり、体力も全然ダメになって、記憶力もなくなって。困ってる。家の中で手伝いはちよつとしなかった。昨日のことともわからなくなった。

△なにか理由がありそうですか？

- ・ 言われたり、ストレスがあるから、そういうふうになったかもしれない。

△ストレスとは誰にどんなことを言われたのですか？

- ・ したくないことを言われる、体のこと言われるのが嫌です。親から言われたりするのは嫌です。職員から言われるのが嫌です。今までより厳しいこと言われるのが嫌です。

△いい話はありますか？

- ・ いいことは、できた話をちよつとすることがいいことかなと思ってます。

- ・ それと、通って来てる人と話もできるし、したいです。そっちの方もいいです。こうしなさいとか、これ

やっちゃダメだとか。できたけども、あんまり上手でないとか。どっかというと、褒めてもらえない言い方が多いと嫌だつてことです。

- ・ 好き嫌いなこと言われたりとかするのが嫌です。

△もしそういう事を言わないことにしようと思ったらどうですか？

- ・ それいいかもしれません。うん、ちよつといいかもしれません。一般的な好きな場所へ外出したい気持ちをはっきりしたい。でも「だいたいだから」と言われると落ち着いていられないです。

△家にいる時と、外にいる時ではどっちが落ち着いてられますか？

- ・ 分からないですけど家にいたときかな。

◆手帳をお持ちの方の会話環境に、ご本人の話になった時に、「あなたはちよつと待って」となっている傾向が多くありませんか？そのことは、本人に疎外感を及ぼし、自分に自信を持たず、不安を持ち続ける原因につながっている事例が少なくありません。危険時を除いて、肯定感を持てる会話を増やしていきたいですね。



クラブ活動のお知らせ

予約受付：9：00から開始

5月分 4月1日(火) 6月分 5月1日(木)



◆アートクラブ 定員7名

会場 すだちの里 地域交流室

時間 9：30～11：00

3月 1日(土)・15日(土)

4月 5日(土)・19日(土)

5月 3日(土)・17日(土)

◆リトミック(二部制)定員6名

会場 すだちの里 地域交流室

時間①10：00～10：45

②11：00～11：45

3月23日(日)…各2部制

4月27日(日)

5月25日(日)

◆ユニカール 定員9名

会場 すだちの里 地域交流室

時間 13：00～15：00

開催案内をお送りします

3月23日(日)

4月27日(日)

5月25日(日)

■初めて参加する方は見学をお願いしています。

支援センターすだちにお問合せください

■中止・変更の際は予約をいただいた方または関係者にご連絡します。

■不参加の際は予め支援センターすだちへ連絡をお願いします。

予約・問い合わせ：支援センターすだち

☎03-5310-3362

テーマ：紅白梅図



支援センターすだち

定休日のお知らせ

【3月】

・第一週 2日(日)

・第二週 8日(土)

・第三週 16日(日)

・春分の日 20日(木)

・第四週 22日(土)

・第五週 30日(日)

【4月】

・第一週 6日(日)

・第二週 12日(土)

・第三週 20日(日)

・第四週 26日(土)

・昭和の日 29日(月)

【5月】

・みどりの日 4日(日)

・こどもの日 5日(月)

・振替休日 6日(火)

・第二週 11日(土)

・第三週 19日(日)

・第四週 25日(土)

※5月3日は祝日ですが

クラブ活動開催のため開

所します。



地震・津波・地形崩壊・大雪・台風、そして山火事、と災害関係ニュースが頻繁で、広い生活範囲に関連しています。

「避難困難者」に含まれる障害ある方々の避難時対応と避難場所・生活の課題対応想定が容易でなく感じます。そんな中、二つのはつとする話を聞きました。

・2月13日に当所提起で輪島の経験を聞く機会がありました。感じた特徴は、少子化対応のまちづくり検討の中で、障害者施設等の役割が確認され、それが能登半島地震時に大事な役割を果たせたと。

・2月16日首都直下地震時災害ボランティア活動報告の中で、これまであまり関わりのなかった分野へ裾野を広げていく必要があり、特に要配慮者との連携、協力を進めるには、「一緒に企画する」「一緒に取り組む」でした。

ともすれば、障害課題を提起のみの取組みとなりがちの視点を、まちづくりの中で一緒に企画・取組みを、との目線は、今後欠かせない大事な点と強く思いました。

近年、障害者事業へ求められている「BCP計画」作成と、「地域連携推進会議」の開催は、この視点から、型通りでない実施をまちの皆様と一緒に進められるチャンスだと思います。着手団体も始めています。遠くない機会に交流したいものです。

(支援センターすだち 佐藤弘美)