

保護者の皆様

可部 つちくれの家
平成28年6月3日
施設長 米田香代子

施設だより 6月

のぞみの部屋には、仲間が作った折り紙の「アジサイ」が、いきいきにもピンクとブルーの色画用紙を小さくちぎって貼り付けて作ったアジサイが壁画として見事に咲き、季節の変化を知らせてくれています。

さて、つちくれの四つ目の事業である『グループホーム・リボン』では、すでに7名の仲間が入居し、1名が昨日宿泊体験をしました。

今月はすでに入居されているリボンでの生活と仲間の様子、そして仲間の変化についてお知らせしたいと思います。

まず、生活の流れです。つちくれから送迎担当職員と共に帰ると、まず各自荷物を自分の部屋に片づけ、うがいと手洗いをし、中野さん(介護福祉士)に検温してもらい、みんな揃ってお茶とお菓子を頂きます。4時半前後から入浴準備です。入浴は2グループに分かれ、食前・食後に1～2名ずつ交代で入ります。

その日入浴する人は、ボードに顔写真を貼ってあり、誰が、いつどの順番で入るのか、すぐ解るようになっています。自分の「入浴セット」をその人の力量に合わせて準備して運びます(自分で、または職員・ヘルパーさんと一緒に)。

夕食時はテーブルを拭く人、お茶を配る人、食べる声掛けをする人など、それぞれの役割が交代であります。

現在夕食のおかずは、生協の無添加・野菜たっぷりの『おかずセット』(毎日6～7品のセット内容)を利用しています。

ご飯は職員が炊いています。おかずセットは一人づつ順番に電子レンジで温めます。皆が揃って食べるのですが、最後の人がおかずを温めるまで、誰一人つまみ食いをする事なく、おかずとご飯を前に、椅子に座ってきちんと待つ

ているのです! 食後、お風呂に入らない人たちは、自由時間を楽しみます。食堂でTVを見る人。自分の部屋でビーズ通しを楽しむ人、好きな音楽を聴いて楽しむ人、ゲームをする人、好きなテレビ番組を向かいの部屋の人と一緒に見ている人。早くから布団に入って寝る準備をしている人等々。それぞれが思い思いのゆったりした時間を過ごしています。

家族以外の仲間の人と一緒に過ごす中で、なぜか皆さん家庭にいた時よりも早く就寝し、朝の起床時間も早く、スッキリと目覚めているようです。5時台に目覚めた人も、部屋で布団を片づけたり、小さな音でTVを見たり、6時20分迄は自分の部屋で静かに過ごしています。6時20分になると、皆1階のリビングに集まり、テレビのスイッチを誰かが入れます。なんと、6時半からのNHK朝の体操を全員ですのです!

朝食は、夜勤担当職員の甲斐さんがお手製の味噌汁・スープ・サラダなどを日替わりで準備します。できる仲間たちは交代で準備に参加。ホットプレートを出して目玉焼きを作ったり、つちくれの食パンをトーストで焼いたり、ヨーグルトを配膳したりします。ゆかさんは、ヘルパーさんと食事です。7時出勤担当の金子さんも加わり、一緒にお手伝い。仲間は皆で楽しく朝食を頂きます。テレビ体操をしているせいか目覚める時間が早くなっているからか、皆さん朝食も沢山食べています。食器下げもつちくれ同様、出来る範囲で各自がやります。

つちくれへの出勤は、公則さんとゆかさんそして貴之さんは、早出職員の梶原さんと車で。あとの侑喜さん、香里さん、彩さん、美穂さんは金子さんと歩いて行きます。つちくれまでの朝夕の片道30分余りのウォーキングは、体重管理にも役立ち、脚力も付き仲間にとっていい運動です。以上グループホームリボン入居者様子の一端を報告させていただきました。

体験を含め長い方で1ヶ月半、最も短い利用期間はわずか8日間なのですが、みなさんの姿に驚いてしまいます。

入居前までは、就寝時間がとても遅かった人や起床時間が遅く目覚めも悪かった人、夜中に何度も起きて熟睡できず、睡眠リズムが確立しにくかった人、新しい場面や新しい体験に挑むことがなかなか出来なかった人など、多くの生活のしづらさを抱えた人たちが集まってスタートした共同生活でした。

しかし、母親を初め、家族と離れて仲間共に生活をする中で、一人ひとり確実に変化が起きています。

特に、今まで一緒にいることが当たり前だった母親との生活から一時的に離れ、再び週末に再会することで、改めて『母親の存在』を意識できるようになっていると思います。再会した時の仲間の笑顔・表情は見ていて微笑ましくなるほどの美しい光景です。初めて健康診断に参加できた人。小遣い帳をつけ、自分で金銭管理をするということが解ってきている人。安定した睡眠が持てるようになってきている人。自分で身のまわりの事を自分でできるようになってきている人。自分に少しずつ自信が持てるようになってきた人。さらに自信を高めた人。新しい自分に気づけた人がいるかどうかは定かではありませんが、つちくれの日々のなかでは観ることが出来なかった姿を少しずつ、それぞれに見せてくれています。このようにほんの小さな変化や大きな変化を遂げてきつつある姿が、本当の意味での『その人なりの自立の一步』だと私は思いましたが皆様はどう感じられるのでしょうか？

また新しく、つちくれへの通所とリボン入居を希望されている方がおられます。実現すれば、9名定員のグループホームは満室となる見込みです。仲間の自己実現に向けての一つの役割をグループホームリボンが担えるようにこれから成長していきたいと思えます。