

ほのぼの通信

社会福祉法人まりも会

清瀬療護園

広報紙

三三三二夏祭り

9月15日(水)

清瀬療護園の1階活動室とエレベーターホールで『三三三二夏祭り』が行われました。コロナ禍での開催のため、午前中は通所利用者の参加時間、午後は入所利用者の参加時間として開催しました。模擬店は「炭火で焼いた焼き鳥」「かき氷」「わたあめ」「三角くじ」「お酒もある飲み物コーナー」が出ました。浴衣を着て参加する利用者の方もいて(職員も着ました)、お祭りの雰囲気がよく出ていました。



第72号

〒204-0023 東京都
清瀬市竹丘3-1-72
清瀬療護園
TEL:042-493-3235
Fax:042-493-3234
発行
地域福祉委員会
(広報部門)

8月27日(金)

水遊び(通所)

通所利用者の企画活動(イベント)として『水遊び』が広場でありました。段ボールで作った洋服(まこ)を着た利用者の方々が水鉄砲でねらってうちました。大きさま



8月22日(日)

スイカ割り ・水遊び(入所)

入所利用者を対象とした企画イベント『スイカ割り・水遊び』が広場のデッキでありました。利用者の方は、スイカを模した風船にねらいをつけて割りました。本物のスイカを割る『すいか割り』は職員が目隠しをして行い、なかなか割れないスイカを利用者の方には見て楽しんでいました。



まなシャボン玉も出現し、皆さん夏を満喫しました。

職場の人間関係研修 ～ 交流分析から学ぶ～

7月26日(月)と8月23日(月)に「職場の人間関係研修ー交流分析から学ぶー」が日中活動室で開かれ、職員の鈴木雄大が講師を務めました。研修会は全部署が対象で、看護課・生活支援課・地域支援課・事務所・短期入所・ランドリー等から幅広く集まり、二回の研修会で22名の職員が参加しました。

交流分析について

清瀬療護園 職員 鈴木雄大

今回の研修で講師を務めました。研修の内容は、前半はプロジェクターで交流分析を紹介するパワーポイントを映しながら、心理ストレスの影響と交流分析の説明をしました。後半は参加した職員の皆様に協力して頂きながらエゴグラムという心理検査をして



研修会の様子

頂き、自分の性格やコミュニケーションの癖を分析し、分かち合う場としました。

参加された職員から、「自分自身を見つめ直すきっかけになった」等様々な感想を頂きました。ワークも好評で後日、研修会やエゴグラムの資料を求めて頂くなど、嬉しい出来事もありました。職員の皆さんに交流分析に関心を持って下さり、日常の「コミュニケーション改善の手伝いできたことを嬉しく思います。

職場の人間関係は生活全般にも大きな影響があり、ストレスが溜まると仕事にも影響があります。交流分析は1950年代にカナダ出身のエリックバーンが提唱した心理療法です。実践的な理論でもあり、人間関係の改善に有効とされ

ています。交流分析によると人間は3つ(または5つ)の心の状態があり、親・大人・子どもの自我状態が存在します。私たちは日常の様々な場面でこれらの自我状態を使い分けてコミュニケーションをとっています。上手いかわない事もあります。それは、自分自身の心の癖が良く分からずに無意識で躓いてしまうことが原因といわれています。エゴグラムという心理検査をすることで手軽に自分の心の状態や癖を分析できます。

交流分析の大切な考え方として「過去と他人は変わらぬ。変わるの、現在と将来の自分だけ」というものがあります。他人は変えられませんが、人間関係の改善を目指す時は、自分自身をよく知り、自分の人生の向き合い方を変えていくことがとても大切です。また、人間は生きていくにはストロークという心の栄養が必要不可欠です。ストロークは全てのコミュニケーションで生まれるもので、プラスのストロークは相手を褒めたりすること、人間関係が豊かになり、マイナスのストロークは相手をけなすことで、人間関係をこじらせる原因です。

人間はストロークという心の栄養が不足すると自分も相手も気分が悪くなって終わる「心理ゲーム」をしてしまいます。そうならない為には、日頃から意識して周囲や家族に感謝やほめるなどプラスのストロークを送ることで、相手のストロークを与えることで返すことが多くなってきます。小さなプラスの言動が少しずつ人間関係を変えてきます。

清瀬療護園の思い出

～ 楽しかった夏祭り～

清瀬療護園 職員 野原敏勝



昭和56年に清瀬療護園に就職しました。当園の開設が昭和50年ですので、開設後6年目での入職、もうかれこれ40年たちます。あれから今までずっと利用者支援にたずさわってきました。

建て替え前の清瀬療護園の思い出の中で忘れられないのは、10年ぐらい前まで、毎年8月に実施されていた「夏祭り」です。その頃の当園の「夏祭り」は、隣接する清瀬希望園(重度呼吸機能障害者



20年前頃の野原職員

この2日間に渡っての夏祭りは、清瀬療護園の利用者の方だけでなく、地域に住んでいる一般の方々も自由に参加できて、とても賑わいました。櫓からは四方に「祭り提灯」が伸び、夜になるととても幻想的な光を放ち、焼き鳥や唐揚げ、手作りパン、ビールやジュースなどの模擬店が並び



20年前頃の清瀬療護園の夏祭りの様子



ました。
当園と清瀬喜望園の盆踊りでは「東京音頭」「炭坑節」などの昔ながらの伝統的な曲が、翌日の清瀬わかば会の盆踊りではテンポの速い若者向けの曲、例えば「ジンギスカン」(ドイツの音楽グループの曲)などの曲が会場いっぱいに鳴り響きました。
今はコロナ禍で、多くの人が集まる機会がなかなか作れません。コロナが終息したら、あの楽しかった盛大な夏祭りをまた再現したいですね。

まさお日記

パラアート展に出展!

最近、僕は絵を描くことにはまっています。そこで今回『2021パラアート東京 第8回国際交流展』に自分の作品を出してみました。

2つ出展しました。一つは『海』という作品です。幼いころに海に行ったら記憶から描いたものです。もう一つは『パチパチ花火』という作品です。きれいな花火が好きなので、描いてみました。

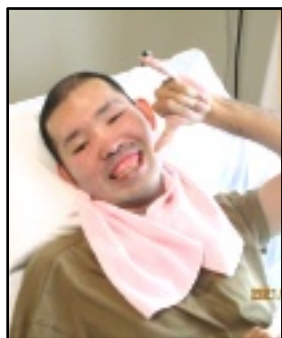
いずれも手にスポンジをつけて、そ



れに絵具をつけて、イメージしながら塗りました。
がんばって描いたのに、結果は...?! 『落選』でした! ショック!
でもこれに負けずに、これから絵を描いていきたいです。
(清瀬療護園 利用者)

誕生日を迎えて

清瀬療護園利用者 今井翔也



8月に34歳を迎えました。清瀬療護園には、2016年7月に入所したので、もう5年が経ちました。コロナの影響で外へ出かけることが出来なくなってしまういましたが、天気の良い日には園の周りを散歩したり、月一回のドライブ企画

活動を楽しみにしています。自室では、YouTubeで好きな音楽(倅田来未・パンプオブチキン)を聴いたり、好きなDVDを観たりして過ごしています。

この前、訪室した職員が「今井さんの歌を作ったから歌ってあげる」と言って「俺はイマイ、俺はイマイ...」と歌ってくれました。面白い歌で笑ってしまいました。昔やっていた楽器「エレキベース」をまた弾きたいので、リハビリも頑張っています。では皆さん、お元気で。

いくの日記

オリンピック・パラリンピック 応援した!

令和3年7月23日に『東京オリンピック2020』の開会式が行われ、8月8日までの17日間、色んなスポーツの競技が行われました。

新しい競技も登場しましたが、私は日本の選手(男子も女子も)全員を、一生懸命ハラハラドキドキしながら応援しました。

野球で侍ジャパンが色んな国と試合をやって勝ち進み、決勝トーナメントでアメリカと対戦し、2対0で日本が優勝、金メダルを取



りました。野球がオリンピックの正式競技になって初めての金メダルだそうです。私は野球が

大好きなので、初金メダルを取り、嬉しくて涙が出ました。すごく嬉しかったです。

他のスポーツでも、日本が金メダルや銀メダルや銅メダルをたくさん取り、そのたびに嬉しかったです。

一番残念だったスポーツは女子サッカーです。なでしこジャパンが負けてメダルを取れなかった...。相手のチームは体も大きかったし強かったから...。でもメダルを取

れなかった日本の選手達、みんなよく頑張っていました。みんなお疲れ様でした!

8月24日から9月5日までは東京パラリンピックを応援しました。

パラリンピックの中で好きなのはボッチャというスポーツです。おもしろかったです。ルールはわからなかったけど、いろんな障害の人たちが一生懸命プレイする姿を見て感動しました。

私も、ここ清瀬療護園でボッチャ大会を開催して、みんなで盛り上がりたくなりました。

日本選手たち、みんなみんな頑張りました。

楽しかったです。ありがとう!

(清瀬療護園 利用者)

職員紹介

石黒歩 (いしぐろ あゆみ)

(生活支援課)

はじめまして。今年の4月より動かさせていただいております。

出身は山形県です。こちらに来てからまだ数年程なので、土地勘がなく、利用者さんに教えていただいているところです。仕事もまだ慣れないこともありますが、笑顔を忘れず、利用者さんに寄り添い、その人らしい生活を送って頂



けるよう、お手伝いさせていただきます。ただだけばと思います。宜しくお願いします。

岡原有沙(おかはら ありさ)

(生活支援課)

今年の2月よりお世話になっております。

幼少期からスポーツが大好きで、バ



スネや器械体操、フットサル、スノーボードなどをしておりました。サバイバル・ゲームも好きです。介護や福祉の現場に携わるのは初めてで、日々勉強の毎日ですが、スポーツトレーナーの専門学校に通っていたので、その経験や知識を少しでも活かして、利用者様の日々の生活を彩れたいなと思っております。今後とも宜しくお願いいたします。

杉本朋哉

(すぎもと ともや)

(生活支援課)

今年の5月に正規職員になりました。これまでの仕事は、高齢者のショートステイや障害児のデイサービスの仕事をしています。社会人になってからずっと介護の世界で働いています。

趣味は音楽とバドミントンです。音楽ではボーカルをしていて現在はインスタグラムで幼馴染と動画を上げたりしています。バド



ミントンは市内大

会で優勝したこともあり、今でも週に2回ほど練習をしています。運動はかなり好きなのでです。

自分の能力を生かして清瀬療護園でも皆さんを楽しませられたらなと思います。よろしくお願いたします。

橋本晃佑

(はしもと こうすけ)

(生活支援課)

はじめまして。5月に入職しました。

趣味は映画鑑賞、現代アート鑑賞、御朱印集めです。

一番好きな映画は『ギルバート・グレイブ』という、2人の兄弟の日常を主軸とした内容で、日々の苦悩、受け入れたくない現状と決断がとても繊細に描かれている作品です。ジョニーデップとディカプリオが兄弟の役で、最初のカットと最後のカット割りがとても素敵な映画なのでおすすめです。



普段そこからへんに居るのに気軽に話しかけてください

い。至らない点もあるかと思いますが、頑張りますので宜しくお願い致します。

成田恵子

(なりた けいこ)

(OT)(作業療法士)

はじめまして。7月から清瀬療護園でお世話になっております。職種はリハビリ(OT)(作業療法士)です。主に、手先を使うリハビリです。

趣味は手芸、裁縫です。といっても不器用ですが「下手の横好き」「楽しむことをモットーに」で励んでいます。それと身体を動かすこと(サイクリング等)です。

清瀬療護園ではまだ不慣れで皆様にご迷惑をおかけすることも多々あるかと思えます。少しずつ慣れて、お力添えできればと思っております。手先を使うことに関しての相談や、それ以外でも、お気軽にお声かけ下されば嬉しいです。



どうぞよろしくお願いたします。

勢畑美和子

(せはた みわこ)

(歯科衛生士)

はじめまして。ご縁があり、7月から清瀬療護園に歯科衛生士として勤務しております。歯科衛生士として、外来で20年のキャリアはありますが、施設で働くというのは初めてのこと。不慣れなところもありますが、よろしくお願致します。

趣味は旅行とグルメです。「口ナ禍」ということで、今は『お取り寄せグルメ』にはまっています。私を見かけましたら、おいしいもの情報を教えてください。

歯と食を大事にし、利用者さんの口腔内がよりよい環境になるよう努めていきたいと思えます。

