コロナ禍でも楽しもう
～利用者さんの声と、職員の実践を通して～

【キーワード：コロナが奪った利用者さんの生活と、これからやりたいこと】

所属　ラポール川原　　氏名　松岡　純

１、利用者さんの生の声

新型コロナウイルスは、私たちの生活を大きく変えてしまいました。

今回は、コロナ禍で利用者さんたちが、どのようなことが嫌だったり、我慢したりしなければいけなかったのか、そして、これからどんなことをしたいか、インタビューをしました。

嫌だったことには、次のようなことがありました。

「緊急事態宣言で、事業所が閉まって困った」「当事者活動がなくなってしまった」「イベントや販売がなくなってしまった」「（外出人数を減らすため）利用者が職員と一緒に納品に行けなくなってしまった」「ゲームを買いに行きたいのに、コロナが怖くて行けない」「休日にヘルパーさんとマックに行くのが楽しみだったのに、行けなくなってしまった」「バス旅行や餅つき大会ができなくなってしまった」など。

また、これからの希望としては、「おいしいご飯を食べたりビンゴ大会をしたりしたい」「マラソン大会に参加したい」「他の事業所との交流もしたい」「レクリエーション活動に参加したい」などの意見が出されました。

色々な思いが寄せられる中、代表して３名の方に撮影をさせていただきました。

２、職員が事業所で工夫したこと

新型コロナウイルスの流行直後は、とにかく安全を第一に考えた対策をとっていました。

しかし、次第に利用者さんたちのストレスも溜まってきました。そのような中で、一時的に感染の波が引いたり、ワクチン接種が進んだりする中で、活動の中に楽しめる工夫が必要だと感じるようになりました。

ラポール川原では、以下の活動を行いました。

「人数を絞っての外出」「事業所内で行うお楽しみ会の企画」「テイクアウトの弁当を事業所で食べるお楽しみ会」「感染対策をしている喫茶店（同じ法人の事業所）でのランチ」「事業所企画のスポーツ巡回指導や、法人全体でのレク活動への参加」などに取り組んできました。

現時点ではコロナ終息には遠く、感染対策をしながらの活動が続くと思われます。

ただ、人間らしい生活のためには、楽しみの時間を持つことも欠かせません。

まだまだ利用者さんたちのニーズを充足できているとは思えませんが、気持ちに寄り添いながら、これからも事業所としてできることを続けていきたいと思います。

コロナ禍でも楽しもう
～ところで利用者の本音は？～

【キーワード：　コミュニケーション】

所属　テラス・きらっと　　氏名　出口　奈央

１、事業所の特徴

テラス・きらっとは静岡市清水区にあるNPO法人たからじまの就労継続支援B型事業所です。同法人内では、他にも就労継続支援B型事業所、生活介護、放課後等デイサービス、日中サービス支援型共同生活援助を運営している。きらっとは主に知的障がいの方が通所。環境の変化に弱い方や感情や思考の伝達が難しい方がいる。

２、事例①

Ｍさん　女性　60代　知的障がい

コロナに感染すると熱が出て調子が悪くなるから怖い。人が大勢いる所ではマスクをしなくてはいけないと思っているが、1日中マスクをするということに煩わしさを感じていた。帰りが近づいてくると、周りに人がいてもマスクを外している事もあった。

ご家族の方にも協力していただき、色々なマスクを試した。どのマスクが良いのか資料を見ながら一緒に考え、お気に入りのマスクに出会うことができた。

事例②

Ｔさん　男性　50代　知的障がい

環境の変化にとても弱く、また過去に耳の手術をした経験がある。マスクを長時間すると耳が痛くなるのでどうしてもしたくないと訴えがあった。フェイスシールドやパーテーション等の提案も受け入れてもらえなかった。

Ｔさんと何度も話し合いを重ね、納得して作業できる場所を見つけた。Ｔさんがその場所にいる時は、マスクを外しても良い。人がいる所に行く時は必ずマスクをしようと話した。毎日しっかり守って生活している。

事例③

Ｉさん　男性　20代　知的障がい

事業所の通所自粛時に、みんなに会えなくて残念がっていた。また、全員が同じ部屋で作業していたが、3密を避けるため作業部屋を2つに分けた。憧れている先輩と部屋が分かれて不満に思っていた。

Ｉさんがその部屋に選ばれた理由、その部屋にＩさんが必要等、説明すると最初は渋々受け入れた感じだった。今では休み時間にＩさんの所に来てくれる仲間やＩさんを頼ってくれる人がいることに喜びを感じている。

事例④

Ｗさん　男性　20代

身体・知的障がい　発語はないが、指文字または、筆談にて会話する。

事業所の通所自粛からの休みが長く、作業ができずにいた。下請作業の数量は減り、同じ作業ばかりで、つまらなそうにしていた。工賃も今までより激減してしまった。下請けの業者に働きかけを続け、Ｗさんに落ち着いたら仕事がくるとその都度伝えた。

作業量が増えない状態が続いたので「今できることをやろう」と、作業が多い時にはできなかった片付けや掃除等を行い、作業の合間の気分転換となった。現在、作業は戻ってきている。

3、事例⑤　みんなの思い

Ｍさん

バス旅行を毎年楽しみにしていた。コロナ前から次は桔梗屋と決まっていたので、中止になりとてもショックを受けていた。

Ｓさん　女性　70代　知的障がい

買い物や旅行等、お出掛けすることが好き。コロナ前は自宅近くからバスに乗り駅前商店街へ行き、友達とお買い物をしていた。コロナが流行し、行けない所が増えた為、不満が募っていった。1人ではなく誰かと一緒に行きたいと希望していた。

Ｉさん

みんなで行くバス旅行はすごく盛り上がるから行きたい、予定していたバス旅行に行けなかったので残念に思っていた。

Ｙさん　女性　60代　知的障がい

お出掛けや旅行の計画があると必ず参加していた。年間で予定していたお祭りやイベントが次々に中止になり「まただね」という声も出ていた。

4、みんなの思いを叶えるために

コロナでも安全にみんなの思いを叶える方法がないかと考えた。午前中の作業の合間に近場の商業施設に出掛けけた。行く場所はみんなから要望を聞き、2時間で戻れる場所にした。マスクを外すのはリスクが大きいため、昼食はきらっとに戻り食べた。定期的に買い物を取り入れることで、気分転換になり「また行きたいね。」と云う声も聞けた。昨年はバス旅行でサファリパークに行った。他の方との接触を避け、園内は大型バスでそのまま入り、昼食は屋外でお弁当を食べた。今年はコロナ前から予定していた桔梗屋へやっと行くことができた。ランチは食べ放題とはいかなかったが、レストランを貸し切り室内でゆっくり食べた。

Ｍさん、Ｓさん、Ｉさんは、買い物やバス旅行に行けてよかった。いつもと違う昼食を食べて美味しかったと教えてくれた。買い物したハンカチを嬉しそうに見せてくれた。Ｙさんは、歳を重ねる毎に側弯症による前屈が大きくなり、歩行も大変になってきた。今年のバス旅行も殆ど歩けなかった。そして「出掛けても出掛けなくてもどっちでもいい」と云った。本当は行きたいけど、身体の事を気にしていた。

5、考察

コロナという目に見えない、よくわからないものに対して、私たちは困惑しどう対処すればよいのか今も悩んでいる。そういった中で、今回コロナについてどう思っているのか聞き、みんなが感じていたことを改めて確認する事ができた。

Ｙさんのように本当は行きたいという想いはあるが伝えられない、または伝えても仕方ないと諦めている人もいる。表面に見えている事だけでなく、裏面に隠れている部分にも耳を傾ける必要がある。

その人にとってどうすること、どうなることが良い状態なのか確認し、コミュニケーションを取ることが大事だと感じた。

コロナ禍・でも
～グループショップぱれっとの取り組み～

【キィワード：　安心・安全・溶く　】

所属　グループショップぱれっと　氏名　望月　融

１、精神障がいの特性

・ストレスや環境変化に弱い。
・一度に情報がはいると混乱する。
・気持ちが落ち込むと意欲の低下や不安感が高まる。

２、安心

基本的な対策である手洗い、消毒、検温、換気、マスク、アクリル板の設置はもちろんの事、作業時間の短縮・・令和 2 年 4 月 27 日～5 月 10 日の間、作業時間を前後一時間短縮し通所の密をさけたことにより疲労を少なくし免疫力を高めた。また、工賃減の不安をなくすために「時間短縮助成金」を設け工賃の現状維持に努めた。

３、安全

永年使っていなく不要な布、毛糸等を収納していた棚を処分し作業場を広くし密にならいような環境を整えた。費用については県社協の新型コロナウイルス感染事業の助成金を充てた。

【整備前】

【整備後】

４、溶く

①　シトラスリボンの製作、配布

こんな時（コロナ禍）でも誹謗中傷をなくし、思いやりの社会をとシトラスリボンプロジェクトに賛同しシトラスリボンを製作し医療機関、保健所、民生委員等小棒者に配布した。

②　閉塞感を払拭し、気持ちを明るくし、健康な心の維持のために毎月 1 回、心のビタミン剤と呼んでいる教養、レクの開催。

障がいにより味わえなかった事、経験したことがない事、触れ得なかった事等を実施することにより、個人が忘れたもの、落としたものを見つけ思い出すことに繋がっている。

障がい者スポーツ（ぼっちゃ等）の開催や季節感あふれるスタッフの手づくり料理、地区の民生委員とのふれあい、（三流は出さない・一流はお金がない・二流にこだわる）　心を溶く

【講師は障がいスポーツ指導者の大塚康夫氏】

コロナ禍でも生き生きと暮らすには
～ 仲間の本音は？ 意思決定支援と QOL の向上をめざして～

【キーワード：本音(本当の願い)　主体（自己決定・自己選択）　生き生きと暮らす】

所属　ラポールみなみ　　氏名　東地廉夫

１、コロナ禍の仲間の思い

ア）嫌だな・辛いな、別に変わらない？

・「別に変わらない」という人もいたが、「コロナで〇〇できない」のが嫌との声が多数だった。

イ)できなくなって残念なこと

【事業所】各種イベント（バス旅行、〇〇まつり、販売など）

【個人】旅行、サッカー観戦、忘年会など

２、「みなみ」の対応と仲間の反応

ア）お楽しみイベントの新企画

1)お楽しみ会（不定期）

（内容）ゲストによる出し物、室内ゲーム、カラオケ、近隣散策など

2)テイクアウト（月１回）

希望を集約してお店を決めて、各自が好きなメニューを選ぶ昼食。

イ）仲間の反応

・「続けたい」がほぼ全員の声。

・イベントがある日は出席率が高い。

・「幼稚だ」「やらなくてもいい」など不満・批判の声は上がらないが、「本音」だろうか？

３、本音を知るには～意思決定支援～

ア）意思決定支援の意義・必要性

本人が自分の生活の主体になる（自己選択・自己決定する）ことは、夢、希望をもって生き生きと暮らすためには不可欠と思われる。

イ）「みなみ」の意思決定支援の手立て

1)選択肢をわかりやすく提示する（絵、カード、投票用紙など）

2)利用者会議（月１回１時間）

・めざすは利用者による利用者のための会議。

・最近のプログラム

誕生会,テイクアウト先決定,話合い

・話合いのテーマは仲間からの提案がなければ、職員が設定している

（例）「お楽しみ会の企画」「マナー」「防災」「感染対策」「工賃」など

3)利用者会議の現状と課題

・仲間が意見を言える場、みんなで選択できる場としての意義がある。

指示待ち傾向の人もテイクアウト先は自分の希望で投票するようになった。

提案、不満・批判があまり出ないので、本音（本当の願い）がわかりづらい。

ウ）自己選択・自己決定の前提は「伝えたい、伝えよう」の気持ちが育つこと。そのために必要なことは何か。

1)成功体験の積み重ね

・「〇〇をしたい」を自分で選ぶ経験

→「自分で選んで良いんだ」という気持ちが育つ。

・「意思を伝えてよかった」経験

→「思いを伝えよう」という意欲が育つ。

2)安心して選べる、気持ちを伝えられる環境づくり

・職員の共感的・受容的対応、職員とのラポール（信頼関係）

否定的対応(注意・指導)は気持ちを萎縮させてしまう。

・仲間間の関係性、仲間意識がもてる集団

４、意思決定支援の課題として思うこと

ア)日々の事業所生活において自己決定・自己選択できることがどれだけあるだろうか

・日々の仕事・作業内容も選択できるとよいが‥‥。かなり限られる。

イ)仲間間の関係性づくり、集団づくり

・協働作業等をとおして仲間意識を醸成することができれば。

・折り合いの悪い仲間とも平和共存できる関係性の構築ができれば。

ウ)仲間の本当の願いを日々の生活・行事に反映して、コロナ禍においても生き生きとした暮らしを実現したい。