

アムネ通信

52号

2021
WINTER

- 新年を迎えて
- コロナ禍を経験して

<葛飾区障害者作品展の様子>

あすなろの家	葛飾区新小岩3-20-6	☎03-3674-2560
ビオラ	葛飾区新宿3-9-11	☎03-6410-6147
第2あすなろの家	葛飾区宝町2-2-27	☎03-5698-8293
さくらハウス	葛飾区新宿2-11-11	☎03-3627-3473
コパン	葛飾区新宿3-9-11	☎03-5876-6320
もっく	葛飾区四つ木4-11-8	☎03-5654-6702
グループまどか	葛飾区高砂2	☎03-4291-2781
グループまどかⅡ	葛飾区鎌倉2	☎03-3673-8525

2021

新年を迎えて

明けましておめでとうございます。飛田理事長をはじめ、アムネかつしかの関係者の皆様には、いつも大変お世話になっております。今年もよろしくお祈りいたします。

昨年は、新型コロナウイルス感染症の流行により、葛飾区でも沢山の感染者が発生し、毎日対応に追われました。皆様の生活にも影響が大きかったと思います。コロナにより、日常生活も一変し、オンライン会議が多くなり、研修や講演会もオンデマンド方式が増えました。今後、デジタル化がますます進むのではないかと思います。

葛飾区では、精神障害のある方が、住み慣れた地域で医療を継続し、充実した生活を送ることができるよう、医療、障害福祉、介護、住まい、社会参加、地域の助け合いが包括的に確保された「精神障害に対応した地域包括ケアシステムの構築」に向けて、平成30年度に協議会を設置し、関係機関との連携強化に取り組んでおります。協議会には、「精神保健在宅療養部会」と「長期入院患者等支援検討部会」の2つの部会を設け、関係団体の実務者の方に参加していただき、ご意見を伺っております。

精神科病院での長期入院患者の退院支援のため、地域移行支援や地域定着支援サービスが少しずつ増えてきています。地域で安心して生活できるように、様々なサポート体制が必要です。そのためにも、地域住民の方の障害への理解が深まることが重要です。地域との交流を積極的に実施しているアムネかつしか様にはとても心強く思っております。平時からの顔の見える関係が、災害時などの有事にとっても力を発揮します。新型コロナウイルス感染症対策においても、日ごろからの医療機関とのつながりが大切であることを実感しました。ぜひ、皆様のお力をお願いいたします。

最後に法人の益々のご発展と皆様のご健康をお祈りし、新年の挨拶といたします。



葛飾区健康部
部長 清古 愛弓

新年あけましておめでとうございます。日頃より行政はじめ関係者の皆様にはご理解ご協力いただき、感謝申し上げます。

法人の理念である「誰もが笑顔で暮らしやすい地域をめざす」ことを目標に、日々、より良い福祉サービスの提供を心がけております。昨年新型コロナウイルス感染症対策として通所系施設は閉所し、利用者全員に電話などで感染への不安や生活上の相談、在宅での仕事の手配など、葛飾区健康部と連携しながら支援体制を大幅に変更しました。

また、グループホームにおいても入居者の不安を和らげながらホーム内での感染防止に配慮し、限られた職員で対応しました。緊急時に力を発揮出来る職員を頼もしく感じました。

今後も感染防止対策を徹底しながら、利用者一人ひとりの思いに耳を傾け、共に地域生活をより良く過ごせるよう支援してまいります。



私事ですが、先日リモート会議に初挑戦し、成功した時は感動しました。今後も会議や事務連絡などオンラインに変わる機会が増えます。IT機器を整備し、上手に活用できるよう頑張りたいと考えております。

今後ともご指導・ご協力の程よろしくお願い申し上げます。

社会福祉法人アムネかつしか
理事長 飛田 よし子





マスクしよう

コロナ禍を経験して



消毒しよう

現在もコロナ禍の中ではありますが、3密を防いだ少人数制、手洗い・消毒・マスクを基本とした対策のもと、現在はほぼ通常営業に戻しています。

緊急事態宣言時には、グループホームでは対応する職員を2チームに分け、どちらかに感染者が出て支援が継続できる体制としました。職員は交替勤務またはリモート勤務で感染リスクを軽減しながら、通所系の事業所は閉所しました。就労系では電話連絡と在宅の内職作業を手配し、リモート支援を継続し、センターは利用者が地域で孤立しないよう電話連絡でつながりを維持しました。自粛期間中、生活リズムが変わり、曜日の感覚、身支度、就寝・起床時間のずれなど、私自身も数日で崩れ始めるのがわかりました。緊急事態宣言は延長されましたが、利用者の皆さんのためにも1日も早く元の生活に近づけていく必要性を感じ、慎重に感染症対策を考え、連休明けの翌週から利用者の受け入れを再開しました。

これを書いている今は東京都の感染者数が日々最高を更新しています。いつ誰がなってもおかしくない状況です。感染者に謂れのない差別が無いよう配慮するとともに、これまでの経験を元に職員で知恵を出し合いながら、支援を必要としている皆さんに福祉サービスの提供を出来る限り継続していきたいと考えています。

社会福祉法人アムネかつしか
業務執行理事 大矢 由紀子



4月に新型コロナウイルスによる緊急事態宣言がでてから、自宅待機になり施設に行けなくなりました。収束時期がわからず、出来るだけ家で過ごしました。生活の為、近くのスーパーに買い物に行きましたが感染しないか不安でした。また、運動不足解消のため、早朝や夜間、極力人と接しないように河川敷でジョギングや、スクワットを毎日1時間しました。

すべての行動を自分で管理しないといけないのは難しかったです。慣れないため、食事の時間が不規則になり野菜を取りづらくなったり、外出する回数が減った為に、お酒を飲む量が増えたりしました。でも、施設の対応には助かりました。毎日決まった時間に電話を頂いたことで、生活のリズムが整い、体温や体調、自分の不安を毎日相談できました。身近に悩みや相談する場所があったことで、とても安心できました。自宅での内職や安否確認は非常に良いアイデアだと思います。

家では時間がある分、家事を積極的に手伝いました。殺菌を兼ねて頻繁に布団を干したり、手作りマスクを制作しました。また、家族で初めて小麦粉からうどんを作る体験をしましたが、子どもたちも喜び、大変美味しくできて楽しかったです。

施設で皆さんに再開したときは、元気そうで安心しました。施設には、仲間がいますので、自分だけでなく、他人にもうつさないようきちんと、マスクを着け、手洗いやうがいをし、他の人の迷惑にならないよう注意したいと思います。今後は、体調管理に注意をしながら休まず通所をして、資格取得を目指したり、就労に繋げていきたいと思っています。(利用者のKさん)

コロナ禍で工夫した事は、ストレスを溜めないようにウォーキングをしました。また、以前からもしていましたが、手洗いをよくするようになりました。

困った事は、コロナ前は開所から閉所まで、1日もつくにいましたが、コロナになってからは12:00~13:00はもっくの利用ができなくなってしまったので、午後は自宅で過ごしています。途中で閉所する時間が入ると、途切れてしまう感じがします。

その他のことでは、もっくから安否確認の電話をしてくれましたが、何かあればこちらから電話するので自分には必要がなかったと思いました。(利用者の匿名希望さん)



ちょっと 読んでみませんか？

『多分そいつ、今ごろパフェとか食ってるよ。』

SNSでのやり取り、会社での人間関係、友達との会話などで、いつも誰かのことを考えて悩んだり、傷ついたり、嫉妬したりなど、嫌な気持ちがグルグル回って疲れてしまうことはありませんか？

この本は、そんな気持ちを少しでも楽にしてくれる64のヒント（考え方）が書いてある本です。私は、物事をマイナスに考えてしまいがちなのですが、この本を読んだ後は、「もしかしたら自分の思い込みなのかもしれない」と思えるようになりました。本のタイトル『多分そいつ、今ごろパフェとか食ってるよ。』は、“自分が嫌な気持ちになった原因の相手は、四六時中、自分のことをそう思っているのではなく、そんなことは忘れてパフェでも食べてるかもしれない。”そう思うことで、“相手は自分が思っているほど、自分のことをそこまで思っていないかもしれない”と気持ちを切り替えることができ、嫌な気持ちが軽くなるというメッセージです。確かに私も美味しいものを食べている時は嫌なことは考えていないなと思いました。ひとつのテーマごとに4コマ漫画と文章で構成されていて、ひとつのテーマが2～4ページでまとめられていて、とても読みやすいです。

いつも誰かのことを考えて、自分の行動は正しかったのだろうかと考えてしまい、なかなか行動に移すことが苦手な人、何か言われると自分が悪いんだろうなと思ってしまう人など、いろいろ考えてしまいそれで疲れてしまう方、この本を読んで、気持ちを軽くするヒントを探してみませんか？読んだ後は、落ち込んでいた気持ちがきつと軽くなってるはずですよ。

(さくらハウス/高橋 瑞枝)



『多分そいつ、今ごろパフェとか食ってるよ。』

Jam/著 名越康文/監修
出版：サンクチュアリ出版
定価：1,100円＋税

編集後記

昨年4月に入社しました市川毅と申します。よろしくお願ひ致します。私は昨年からは福祉業界に足を踏み入れ、日々利用者の皆様と一緒に時間を過ごしています。職員として何が出来るのか試行錯誤を繰り返していますが、共に過ごす一時間が何よりも良い時間です。その時間の中で「ありがとう。」と言ってもらうとても嬉しいと思ひ、「自分はここにいていいんだ。」と安心した気持ちになれます。感謝の気持ちはとても大切なので、私もその気持ちを日々忘れずに生活をしていきたいと思ひます。

(あすなろの家/市川 毅)

アムネ通信52号 令和3年1月15日発行

[発行者]
社会福祉法人アムネかつしか
[発行責任者]
飛田 よし子 (理事長)
[編集責任者]
小林 正人 (編集委員長)
[お問い合わせ]
〒124-0024
東京都葛飾区新小岩3-20-6
TEL 03-5879-5071 (法人本部)

寄付金報告 ※ 2019.12.1～2020.11.30

葛飾明るい社会づくりの会 様 日産化学株式会社 様 クラリアント触媒株式会社 様 小松田 博 様
矢澤 澄子 様 阿部 良子 様 相田 茂 様 西山 桂子 様 飛田 よし子 様