

夢を育て、力をあわせてはばたこう！

2011年 2月 15日発行

カ ム ニ テ イ ー

翔夢Nity

NO. 36

特定非営利活動法人 『翔夢』
障がい者ふれあい交流センター

〒547-0031
大阪市平野区平野南3-8-16
TEL (06) 6760-6167

<http://www.npo-cam.jp/>

e-mail: nandemosoudan@npo-cam.jp



特定非営利活動法人 翔夢 法人本部 大阪市平野区平野南3-8-16

障がい者ふれあい交流センター

大阪市平野区長吉長原2-14-15

相談支援事業

ホープネット

TEL (06) 6760-6167 FAX (06) 6760-6168

就労継続支援 (B型) 事業

ドリームネット

TEL (06) 6760-6181 FAX (06) 6760-6182

地域活動支援センター

ハートネット

TEL (06) 6760-5343 FAX (06) 6760-5344

障がい者ふれあい交流センター 第2

大阪市平野区長吉長原2-11-8

生活介護事業

ジョイネット

TEL (06) 6155-9901 FAX (06) 6155-9902

障がい者ふれあい交流センター つるみ支所

大阪市鶴見区浜4-18-7

就労継続支援 (B型) 事業

ワークネットつるみ

TEL (06) 6912-7333 FAX (06) 6912-7334

ご協力のおねがい

NPO法人「翔夢」では、アルミ缶のリサイクル活動も行っております。近隣ならばお伺いいたしますので、ご協力をお願いいたします。

ご連絡は下記へ。

ハートネット

TEL (06)

6760-5343



翔夢Nity. 36 もくじ

- P1..... 表紙
- P2..... 厨房より・お知らせ
- P3..... こころの病気基礎講座
- P4..... 倶楽部活動
- P5..... 研究集会に参加して
- P6..... レクリエーション
- P7..... 機能訓練のとりくみ
- P8..... メンバー紹介

表紙は、扇子・俳句づくりの風景です。

厨房からのお便り

もうすぐ春ですね♪

スーパーなどで春野菜を見かけると、あっ！もうすぐ春だなと感じます。が・・・まだまだ寒い日が続きますね。

春の訪れを感じさせてくれる素材は、冬の間にも雪の下などでたくわえていた栄養分をたっぷり含んでいます。

今回は、春野菜の簡単スープパスタを紹介します。是非、栄養たっぷりの春野菜を使った食事で、春の訪れを感じて下さい。

材料 (2人分)

スパゲティー乾麺	150g		
ベーコン	50g		
菜の花	100g		
そら豆	16粒		
オリーブ油	7cc		
A) 水	300cc	コンソメ	8g
塩	4g	こしょう	少々

【作り方】

- ① ベーコンは1cm幅に切る。菜の花は、水の中でふり洗いし、根元を少し切り落として、かたい部分の皮をそぎ取り、縦半分に切る。そら豆は、ゆがいてから、薄皮をむく。
- ② スパゲティーは、少々固めに茹でておく。
- ③ フライパンに、分量のオリーブ油を熱し、①のベーコン・菜の花を炒める。シンナリしたら、②のスパゲティー・①のそら豆・Aを加えて約1分間炒める。

エネルギー：512kcal

賛助会員入会のお願い

「翔夢」の活動をご理解いただき、賛助会員に入会をお願いいたします。

募金・賛助会費振込先

郵便振替

口座番号 00980-8-317336

口座名称 特定非営利活動法人 翔夢

三菱東京UFJ銀行 平野南口支店

口座番号 普通 4636394

口座名称 特定非営利活動法人 翔夢

翔夢の倶楽部活動



翔夢では現在さまざま

花づくりを楽しんでいます

まなクラブが活動を行って

園芸クラブは、花や緑が好きなメンバーが集まっています。ジョイネットの横の花壇を中心に、花や種を植



ソフト

女性同士の楽しい会話で

ボールクラブ・園芸クラブ・女性写真クラブ・

女性クラブは、名の通り女性限定のクラブです。紅茶やコーヒー等を飲みながら女性同士の楽しい会話に花が咲きます。現在月一回ジョイネット2にて楽しく活動をしています。



将棋クラブ

将棋クラブは、将棋の強い

しています。現在月一回活動しています。将棋の強い弱いに関係なく楽しめるクラブです。トーナメントを開催したり、上級者からアドバイスを受けてたり、活動を通して強くなってきました。簡単に各クラブをご紹介しますが、詳しくは各施設に掲示していますクラブ掲示板をご覧ください。



れのクラブが日中、楽しく熱心な活動を行っています。

翔夢では、それぞれのクラブが目的と目標を持って楽しく活動を行っています。今後は、歌、楽器などの音楽系、釣り、手芸などの趣味系、他のスポーツ系など、もっとクラブが増えていけばいいと考えています。これからも、クラブ活動を通してメンバー

大会めざして特訓中

ソフトボールクラブは、スポーツが大好きなメンバーが集まっています。大会(ベリーカップ)に向けて現在月三回の練習を近くの運動

撮影の腕もあげています

写真クラブは、写真の好きなメンバーが集まっています。各自撮ってきた写真を全員で品評したり、写真を撮りに公園などに出かけたりも

さん同士が同じ目的や目標に向かって、その中で楽しみを見い出して行けるような翔夢のクラブ活動でありたいと考えています。(吉田)

お仕事おまかせください!

翔夢では、メンバーの障害に応じて、パソコンを使っての各種作業や軽作業などを分担しています。



- 各種データ入力
- 名刺・チラシ
- インターネット検索
- ホームページ制作・更新
- 組み立て作業
- 袋詰め作業 など

お気軽にご相談ください

NPO法人 翔夢 ドリームネット TEL 06-6760-6181 担当:石井

発達保障の大切さ

〜 全障研第十三回

支部研究集会に参加して〜

一月二十三日、大阪府立中央会館で行われた全障研第十三回支部研究集会に参加しました。この研修会は今年七月に大阪で開催する全国大会に先駆けて行われた事前企画です。

その研修会の中で、愛知県でろう学校の教員をされていた竹沢清先生による記念講演が行われました。竹沢先生は元々社会科の先生を目指していましたが、あるきっかけでろう学校の教員になり、その後三十八年間教員をされたという、ある意味障がい児教育との運命的出会いをされた方です。

竹沢先生は自身の苦労や困難の話、障がい児教育についての経験談を時に冗談を交えながら、また時に語気の強弱をつけながらというまさに『緩急をつく絶妙なトーク』

で講演してくださいました。私はグイグイと竹沢先生の話に惹きこまれたの言うまでもありませんでした。

竹沢先生は知的障がいを持つ教え子数人の成長話をしてくださいました。教え子一人一人に対して時に怒り口調で話をしたり、時に大きなリアクションをして興味をひかせたり、また、周りの先生や他の教え子を味方につけてチー

ムで取り組んだり。そこから教え子に成長の変化が表れてくるなど。竹沢先生は教え子の成長を実に嬉しそうに話して下さいました。

先生は私たちにとっても大切なことを教えて下さいました。

「重度な障がいを持つ子でも日々成長する」日々の関わりの中でその子の性格や障がいの特性、そしてその子の要求や課題を把握してその子に合った指導・教育をする。それによりその子が成長していく。それは専門用語で言いかえると「発達保障理論」ということになります。

私も福祉職に身を置いて十年弱、さまざまな障がいを持つ方々と日々関り、利用者の皆様の課題・要求を見出し、その実現に向けて計画を立てて一緒に歩みました。ですが、福祉職だからこそ、悲しいかな「仕事」として「普通」に感じてしまっている自分がいきました。竹沢先生の講演を聞いて、利用者の皆様の成長させようと職員と悩み手を変え品を変え取り組んだこと。成長の兆しが見えた時にとっても嬉しかったこと。色々と思いだしました。そしてその何気ない関わりが「発達保障」という理論で大切な視点であったこと。

竹沢先生の講演は一時間半ほどの講演でしたが、私にとって非常に大きく濃密な時間でした。 (佐藤)

2月のレクリエーション
豆まきだ！ 俳句づくりだ！
鬼も現れた!!



登場とともに「鬼は外！福は内！」の声があがりバラバラッと豆が飛び交います。職員が扮した三匹の鬼は、追いかけてたり追いかけられたり



二月三日、節分のレクリエーションが行われました。朝食にはいつも通り厨房のスタッフが入れて仕込んでくれた恵方巻と鰯(いわし)の煮つけを、口いっぱいにはおぼりました。その後、鬼の節分のレクリエーションがあげました。その後、昼からはジョイネットに皆が集まり俳句をつくるグループ、扇子のデザイン付けをするグループと分かれ楽しみました。俳句では毎年、伊藤園さんの「おい、お茶」へ応募し入選された。そのため今年も！と自信のある顔ぶれが揃いました。

日々感じていることや思っていることを文字にする俳句は普段とは違った一面を見せてくれます。おもしろさがあります。たくさ

信のある顔ぶれが揃いました。日々感じていることや思っていることを文字にする俳句は普段とは違った一面を見せてくれます。おもしろさがあります。たくさ



んので、その中からそれぞれ気に入った句を選んで筆で書き上げていきました。また、扇子にデザインするグループでは色ペン、和紙、ビーズやシルをあきらめず、皆で「マイ扇子」でパタパタと扇ぎたいなあと思つています。では最後に詠まれた句の中から少し・・・

初夢や
一夜明ければ
忘れ去り

あきらめず
夢に向かつて
突き進め



翔夢での機能訓練

～楽しくできる環境づくりを～

機能訓練の一つに歩行訓練があります。歩行訓練は自立歩行または介助を受けながらの歩行を可能にするこ

とを目的として行いますが、歩行を行うにもそれなりの筋力とバランス能力が必要になります。歩行訓練では、最初に平行棒を使った歩行

訓練を行っていき、その後、階段での昇降動作、坂道、方向転換などの応用歩行動作訓練に移行しています。施設での筋力増強訓練は膝を伸ばす訓練では、大腿四頭筋という筋肉を鍛えるのに非常に大切な運動です。足を挙げる時よりゆっくりと降ろして筋力アップに繋がっています。またこの運動は、膝・股関節が痛い方にお勧めの運動と考えていま

す。膝を曲げる運動では、出来る範囲でいいので九〇度までで充分です。大事なのはゆっくり曲げて、ゆっくりと降ろします。そのため、我々は一つ一つの動作の時には必ず声掛けを行っています。声をかけるだけでも、訓練をされているメンバーさんは頑張っていて訓練に取り組んでくれますし応援してくれていると思われる方もおられるのではないかと思う所もあって、声をかけさせてもらっています。

メンバーYさん・・・歩けるように成りたいと言われていて、下下肢筋力強化をして鍛えていて最初よりか足に力が入るようになっておられて、歩行の時も安定してきています。表情も最初より明るくなられて自分から機能訓練をしたいと声をかけて来られる様にもなられています。

(7)



メンバーTさん・・・杖をついてでも歩けるようになりたいと言われていると思います。同じく下肢筋力訓練をしています。足あげ・膝の曲げ伸ばし・つま先あげ・踵上げ・膝を伸ばして五〇を数えて床に下ろす運動を取り入れていきます。Yさんに関しても同じく膝の屈曲伸展・もも上げ・ポール挟み・つま先あげ・踵上げ・ストレッチ等を取り入れて訓練を実行していただきます。Tさんはとても話し好きで話をしながら楽しくされるかたでしている側も楽しく和気あいあい取り組んでいます。

施設に来られている方々の希望は殆んど自分の足で立てて歩きたいと思われているメンバーさんが割合をしめています。歩行訓練の前にはまず、座られることが大切です。そのため歩行の第一歩として座位訓練を行います。座位訓練を行うことで、歩行などの動作に必要な体の筋肉を鍛えることができ、またバランス感覚も訓練できます。



訓練中に体調が悪くなったときは訓練を中止しています。

座位の自立のために三〇分間の座位保持を目標にこれらの訓練を行っていきます。

歩行では、歩行の命令を出す、命令を筋肉まで伝達する、歩行動作をスムーズにする、バランスをとる、動作を認識するなどこの他にも様々なことが行っています。

歩くということはとても複雑です。これらの機能はそれぞれ違った部分が行っているのですが、それらの器官がひとつでも障害されると歩行に影響がでてきます。歩行に影響が起る病気には、様々なものがあります。例えば、パーキンソン病や脳血管障害（脳梗塞など）、脊髄小脳変性症、多発筋炎など、様々なものがあります。また、それらの病気によって起る歩行障害の種類にもいくつかあります。

最後に翔夢での機能訓練の目的は機能訓練に参加されているメンバーさんの意思を尊重して目的に近づけて行こうと我々は、いつも思っています。機能訓練をされている方が楽しく訓練をしようとする環境作りにも力を入れて頑張っています。（坂野）

メンバー紹介

翔夢の施設を利用されているメンバーの方をご紹介します



歌が大好き
檀野 晴美 さん

晴美さんです。

檀野さんは音楽や塗り絵、お人形が大好きです。音楽の時間では童話からポップな曲まで色々なジャンルの歌を歌われ、

ジョイネットから紹介させていただくのは、いつも素敵な笑顔がたえない檀野さん

晴美さんのかわいい歌声がジョイネットに響いています。

そして塗り絵では綺麗に色を塗られる他に、ジョイネットの職員の似顔絵を書いてくださりそのたびに心が温まります。送迎の時間が近づいてくると、運転手の名前を呼

び「お願いします」と言われ、職員は年齢的にはおじさんですが、檀野さんは名前を呼ばれる他にその方のお兄さんと呼べれます。そのことを他の職員から「その方はおじさんですよ」と言うと、「おじさんと違うお兄さんや」と笑顔で言われ

楽しく

作業しています

室橋 宏一 さん

僕が、翔夢（つるみ）に入っ
て早いものでもうすぐ一年が経
とうとしています。

僕が翔夢を知ったのは西脇（理事長）さんに誘われたのがきっかけです。最初はメンバーの名前や作業でたむたオルの会社名、たたみ方もなかなか覚えられませんでした。今ではだいたい慣れてきて色々な作業もできるようになってきました。メンバーのみなさんも仲良くやっています。仕事以外のレクリエーション

ジョイネットで笑いがおきま
す。檀野さんがいると色々な場
面で笑いがおき、ジョイネット
が温かい雰囲気になります。
そんな檀野さんは今、お母様
に手紙を書くのがんばっていま
す。（阿波）

にも参加し、春に行ったバーベ
キューには料理の量の多さに
びっくりしました。秋の運動会
にはパターゴルフやパン食い競
争に参加し、楽しかったです。
たまには仕事以外のみんなとの
交流もいいなあと思いました。

十月から洗濯機の作業も加わ
り、時々作業に入って練習をし
ています。今までの作業とは違
うので戸惑いもあります。早
く洗濯の作業を覚えていきたい
です。職員の皆さんは優しく教
えてくれるので、毎日楽しく仕
事ができています。
将来は就職をしたいと思っ
ているので、それを目標に頑張っ
ていきたいと思っています。