残暑お見舞い申し上げます

平成27年度も5か月が過ぎ、最近少しだけ暑さが和らいできましたが、連日の猛暑 で体力が消耗しているように感じています。伏見ディでは猛暑を乗り切るため、利用者

・職員ともに水分補給・適度の冷房や休養など、熱中症予防を喚起してきました。

今年度から新たに5人の方が利用を開始されたことで利用率が上がるとともに、制度 変更のため営業時間を15分延長したり、合わせて新たな取り組みを開始したりと、 年度当初から慌ただしく経過しましたが、どうにか新規利用者の方も新たな生活(日中 活動)・環境に慣れてきて積極的に活動に参加される様子も見られるようになり、また 職員も時間の経過と努力で少しだけ落ち着きのある日常業務ができるようになってきました。



新たな取り組みとして始めた、伏見デイの念願であった日中活動の場『どれみふぁ荘』での活動もまだ試行錯誤では ありますが軌道に乗りつつあります。SSTプログラムに特化し、日常生活技能を高める色々な方法を実践しながら、 様々な困難を抱える利用者の自己対処能力(エンパワメント)を高め自立を支援するため、いろいろな生活技能の獲得 再獲得に力を注いでいます。

今後、新たな支援の場として発展させ、活動報告などできるようにしていきたいと考えています。 暦の上では二十四節季(立秋)を過ぎましたが、実際は名ばかりの秋です。早く本当の秋を感じたいですね。体調管理 には十分に気をつけてください。

(京都市伏見障害者デイサービスセンター 所長 時任百子)

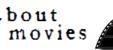
今から少し前のことになりますが、6月の上旬、私はここ毎年恒例となっているほたるを見に 行ってきました。場所は炭山で、去年もそこでお世話になったことを覚えています。聞くところに よると、そこは人様の別荘らしいです。ご好意で敷地内に入れてもらい、あたり一面のほたるを見 せてもらえて感激しました。

しかし、今年は去年と違ってわずかしかいませんでした。その情報で私は車の中で待っている と、甥っ子がその、わずかしか飛んでいないというほたるを一匹見せに来てくれました。で、日を 改めて行くことになったのですが、あいにくその日は雨で行けませんでした。去年飛んでいたのを

見ていただけに、今年のほたるは元気がなかっただけ?なのか、答えは謎のままです。また、来年に期待です。

(P.N まどちゃん)

映画の話やけど。おれは基本、感動ものは観ない。「洋画」か「邦画」かと聞か れたら、邦画の方がいい。理由? おれ、日本人やし。好きなジャンルは「SF 映画」かなって思うけど、邦画のSF作品で何を観たかと聞かれたら…ちょっと 分からん。SF映画の説明はできんけど、「ホラー映画」なら幽霊、「ラブストー リー」なら両想いの映画ってイメージがあるな。



邦画といえば、最近『HERO』をDVDで観た。面白かった。北川景子は美人やと思う。報告しただけ。

(小谷 達矢)

Event Schedule

2015 9月 ふれあいまつり

10月 秋のレクリエーション

作品展示会, 個別面談

12月 忘年会

成人式, 避難訓練 2016 1月

冬のレクリエーション

機関紙発行

編集後記

今号より「たんばばしだより」の担当を務め ることになり、この機会にデザインや内容を 一新しました。これからも魅力ある紙面づく りを目指して精進してまいります。至らない 部分も多々あるかとは思いますが、どうぞよ ろしくお願いいたします…!(山下)

TANBABASHI-DAYORI た

京都市伏見障害者デイサービスセンター

発行責任者:時任 百子

〒612-8318 京都市伏見区紙子屋町 544

TEL: 075-603-1290 FAX: 075-603-1292

http://www.normanet.ne.jp/~fusimids/

Email: f-days@kyofc.or.jp









以前より実施していましたSSTの取り組みですが、ついにセンター

近くの町屋を借り、SSTルームとして更に特化させた取り組み(掃除や洗濯、裁縫、調理 など)を行なっています。家の名前についてはみんなで考えていたのですが、あれもこれもと 悩んでなかなか決まりませんでした。そんな中、ある利用者さんが「"どれみふぁ"がいいの では」と提案され、みんな大賛成。「荘」を加えて"どれみふぁ荘"になりました。

さて、その"どれみふぁ荘"での活動も4か月が過ぎました。洗濯や掃除をし、体を動かす ことでその後の食事がすごくおいしかったり(苦手だと思っていた野菜が意外とおいしかった …食べられた(笑)、とよく聞きます)、庭で育てた野菜を使って調理をするなど自分たちで作 る喜びを味わったり、誰かにお茶を入れて「ありがとう」と言われ、役に立っていると感じた り、喜んでもらう幸せを感じたりと、とても素敵な時間が流れています。

そして、その中で私たち職員は多くの新たな発見と同時に「実は、いつももっとできるのに …とご自身では感じておられたのではないか」と思い、改めて環境の大切さ、そして私たちも 大きな環境の一つであるということを実感しています。

SSTとは「社会生活技能」の習得や再獲得のためのトレーニングで、認知行動療法の一つ です。頭と身体を一緒に働かすことにより、それも生活の場(社会)で使いながら多くの可能 性にチャレンジしていける環境を作っていきたいと思います。小集団での生活によってお互い を意識されることも増え、自分の得意分野を生かした頑張りで勝負(!?)したり、前日休んで おられた方に「心配していたよ」と伝えたり、探し物をしている方がいると一緒になって探し たりと、お互いにかけ合う「やさしい言葉」がとびかっています。

これからも利用者さんご自身が考え、利用者さん同士で話し合い、お互いのことを感じ合い ながら過ごすということを大切にしていきたいと思います。 (山内)

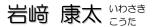
NEW FACE!

今春より5名のフレッシュな顔ぶれを迎え、また新たなスタートを切った伏見デイ。これからが楽しみです!

青井 由花 ぬか

´' さ

いつでも元気いっぱい!太陽みたいな 笑顔で周りを明るくしてくれる、伏見 デイのニューヒロインです。



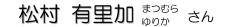
音楽をこよなく愛する康太さん。いき ものがかりなど、好きな曲で盛り上が る姿はロックフェスさながらです!

堂下 優子 ばうした さん



石川 滉 いしかわ さ

普段はのんびり癒し系?でもウォーカーでの歩行運動はとても積極的!いつも熱心に頑張っておられます。



有里加さんは人との関わりとおでかけ そして濃い味つけの食べ物が大好き! 春レクのBBQはその三拍子が見事に そろって大満足の表情でした。



5月から来られている、いま一番新しい利用者さんです。デイへの通所にも徐々に 慣れ、和らいだ優しい顔を見せて下さっています。好きなものは犬と音楽鑑賞です。



平成 25 年8月より伏見デイを利用されていました瀧川弘子さんが、 ご家庭の転居のため7月末で退所されました。約2年間、たくさんの 素敵な思い出をありがとうございました。 弾ける笑顔が印象的だった 弘子さん、これからもその"弘子スマイル"で輝き続けて下さいね…!



春レク、

恒例の春のレクリエーションを、5月中旬から6月初旬にかけて行ないました。

毎年いくつかの外出先を提案し、その中から各々行ってみたい外出先を選んで頂いて実施しています。 例年この時期は屋外での外出が人気で、ほとんどの方が大森キャンプ場で行なわれるBBQに参加されました。何日かに分けて実施するため、晴れの日に参加される方もいれば雨に降られる方もおられましたが、現地には広い屋根があって雨天でも楽しめるため、どの日も大変盛り上がり楽しんで頂けました。 今回初めて参加される新規利用者さんはこのレクリエーションで他の利用者さん、ボランティアさん達との親睦を深め、伏見デイの一員としての意識が高まっておられるご様子でした。

また、今回は映画館へ行きたいという方もおられ実施しましたが、こちらも日中活動では見られない
巨大スクリーンと迫力の音響を楽しんでおられました。

今後も皆様に楽しんでもらえるような企画をたくさん考えていき たいと思います。 (茗荷











お 別活動プログラムでは、初夏の創作テーマとして「七夕飾り」づくりに取り組みます。

こちらも 注目です

Welcome to Day-Room!

デイルームにようこそ!

活動紹介 2015





ーマとして「七夕飾り」づくりに取り組みました。利用者さんの思いが詰まった色とりどりの短冊と、工夫を凝らしたたくさんの飾り物が出来上がり、それらをデイルー

ムの天井いっぱいに吊るすと…まるで一面が夜空になったようで、伏見デイがぱっと華やいだ雰囲気に包まれました。七夕当日はあいにくの雨でしたが、どうか利用者さんたちの願いがここから天に届きますように…!こうした季節感を大事にした企画を、今後もどんどん取り入れたいものです。

重動プログラムは、伏見デイが特に力を入れている活動の一つです。専門資格 (柔道整復師)をもつ職員を中心に、利用者さん一人ひとりに合わせて様々な取り 組みを行なっています。筋緊張をほぐすためのマッサージやストレッチ、身体機能

維持のための姿勢保持や歩行トレーニング、iPad 操作に向けた手指の運動など、利用者さんが増えるにつれてニーズ もより多様化。最近はグループ体操なども新たに取り入れ、利用者さんたちに楽しく身体を動かしてもらっています。 毎日を楽しく過ごすためには、何といっても身体が資本。これからもいっそうの充実を目指してまいります…!

スーズレン (Snoezelen) とは 1970 年代にオランダで生まれたケアの理念で、現在では世界中に広まっています。重い障害のある方にとっての「感覚刺激」の重要性に着目、視覚・聴覚・触覚など利用者さんそれぞれが自分の好きな感覚を自由に楽しめるようにし、その人らしい時間を支援者とともに過ごす、という活動です。療法や教育法の類いではないので効果面は本来重視されませんが、気分の高揚しがちな方がリラックスできたり、まひのある方の筋緊張がほぐれたり、動きの少ない方が自発的に手足を動かしたり…といった事例が数多く報告されています。このスヌーズレン、伏見ディではかれこれ 10 年程前から取り入れていて、利用者さんたちにはすっかりおなじみ。今年度は LED の壁面照明など新たな設備も加わり、心地よい空間をゆったりと楽しんで頂いています。

)「護等体験実習でしばしばディにやってくる学生さんたち。実習最終日には「交流会」と題して、学生さん自身に活動内容をプロデュースしてもらうのが伏見ディの恒例となっています。歌やダンス、ゲーム大会やお国自慢クイズ・・・・それぞれ特技や個性を生かし、一生懸命考えてくれた企画はとっても新鮮でユニーク。利用者さんも一緒に盛り上がり、特別なひとときとなっています。学生さんの中にはその後もボランティアとして来て下さる方もいて、実習はかけがえのない出会いの場。新たなご縁を楽しみに、これからも素敵な時間を共有していけたらと思っています。





