

# ハロー&ハロー

## No.50

発行：社会福祉法人わかたけ

〒510-0961 三重県四日市市波木町1335-1

電話 059-321-4149 FAX059-321-4167

URL/<https://wakatake-mie.com>

2024年 2月 10日発行

昨年秋に行われた「内部地区文化祭」<sup>うっべ</sup>。わかたけはバザー出店と仲間たちの作品展示でこの地区のイベントに参加させていただきました。コロナの感染防止のために4年ぶりの参加となりました。皆さんからご提供いただいたぬいぐるみやおもちゃなどを景品としての輪投げゲームに地元の子供たちの長い列ができました。

地域の方がわかたけのテントをのぞいて声をかけてくださり、仲間たちが作ったクッキーなどをお買い求めいただきました。久しぶりの地域のイベントへの参加でしたが、和やかな雰囲気、地域のなかにあるわかたけを実感しました。

地域の皆さまによって見守られ、育てられてきた「わかたけ」です。地元で行われるイベントなどに、今後とも参加させていただきたいと思っております。

ポストコロナで  
戻ってきた 地域と ともにある「わかたけ」



「わかたけの明日をささえる会」からバザーを出させていただいた内部地区文化祭では、輪投げゲームに長蛇の列、大勢の地元の子供たちに楽しんでいただきました。

# レクリエーションは、日々の生活の息抜き

## ～ 12月は湯の山温泉で忘年会 ～

わかたけの利用者の皆さんは、優しく思いやりがあります。前向きな気持ちで、和気あいあいと、仲間たちみんな毎日過ごしています。毎日の作業のなかには、ひとりひとり、得意なこともあれば、不得意なこともあります。お互いに補い合い、成長しあいながらの毎日です。



毎月のレクリエーションは、日々の生活の息抜きでもあり、みんなの楽しみになっています。12月は、湯の山温泉の希望荘で忘年会を行いました。お昼に到着して、宴会場へ。まずは、ジュースで乾杯！ 豪華なお膳を見て、思わず笑顔がこぼれます。



カラオケが始まり、それぞれが好きな曲を歌いました。自分で機械を操作して、曲を入力される方もいました。素晴らしいです。

(上) 菰野町福祉公園けやきの足湯にて  
(下) カラオケで盛り上がりました。



炊き込みご飯、お刺身、天ぷら、茶わん蒸し、ジュース、杏仁豆腐・・・ 豪華なお料理に思わず舌鼓

すごい盛り上がりで大盛況のカラオケの次は、ビンゴ大会！初めてだったのか、配られたカードに全部穴をあけて、「ビンゴ！」とすぐにカードを持って前に出てきた人もいました。だんだんルールもわかってきて、職員が手伝いながら、上手にカードの番号の穴をあけました。ビンゴになると嬉しそうにカードを上を挙げ、前に並んでいる景品を受け取りました。

楽しい一日を過ごすことができました。 (城野)



# 休憩時間のお楽しみ

## 「遊びをせんとや生まれけむ」

私が以前に勤めていた入所施設では、障害が重く、高齢な方も多く、昼食後の休憩時間のにぎやかな雰囲気はあまりありませんでした。それに比べると、萩の里のリサイクルグループの昼食後の昼休憩は、違ったものに映りました。それは、私の知的障害に対する認識を変えてくれました。

「仕事」をしに萩の里に来る仲間たちの昼休憩の姿は、ただただ楽しそうな風景にみえました。仲間同士のコミュニケーションを楽しむ方、あまり人に関わらず一人椅子に座り一人の時間を過ごす方、窓からそそぐ暖かな日差しを感じながら廊下で過ごすのんびりする姿もあり、それぞれに思い思いの時間を過ごされています。

中でも私が興味をひいたのは、ボール投げ、折り紙やパズル、塗り絵、お絵描きです。楽しみ方や感嘆の言葉、身体の動きはライブ感そのものです。実際には、作業場という空間で人数も少ないとは言えず、様々な気配りを必要とします。また、自分の休憩の時間を考えると、すべての時間をこの場に割くことができないのが現状です。

言葉は出なくても、「今は仕事をしたくない」と思う仲間が、職員に励まされながら、自分と克己しながら一生懸命に作業をする姿も好きですが、作業で疲れもある中、休憩時間に時には職員と折り紙やパズルをする姿はとても楽しそうな光景です。誰に言われずとも「遊びをせんとや生まれけむ」(梁塵秘抄<sup>りょうじんひしょう</sup>：平安時代の歌謡集)の言葉を思い出させます。人は誰でも障害の有無に関わらず簡単に自由にはなれない、閉ざされた存在です。それゆえ、どんなにくだらなくとも楽しみが必要だと思えます。

個人的に、かつて入所施設で働いていた頃の利用者様の晩年の姿を思うと、今、毎日場所をともにする仲間たちの健康を願ってやみません。生きるということの暮らしの中に、特別な楽しみがあるということは、いつか能力がなくなっていくことを思うと殊更に特別なものに思えるようになってきました。

仕事ができるようになることは、その人に自信を与えることだと思います。遊びにおいても、教えてもらいながらではあるけれど、折り紙ができるようになった。自分でCDを入れ、歌を聴けるようになった。できなかったことが、できるようになる。そんないつもの「あるがままに」が変わっていく様子を見てきた職員にとっては喜びのひとつだったのではないのでしょうか。私もまたそんな光景を見たいと思います。

(五社)



# ホームは、自由な生活を守りながら 楽しい取り組みができる場所

2024年の幕が明け家族と楽しい時間を過ごしていたとき、緊急アラームが響き、たいへん驚きました。能登地方で大きな地震があったということで、時間の経過とともにその被害の大きさが伝わってきました。一刻も早い人命救助、被害者の救援が進むことをお祈りします。と同時に私たち一人一人、何ができるか考えていかなければなりません。能登の大地震は他人事ではなく、私たちにいつふりかかってくるかも知れません。もしもの時のためにホームでも日頃の訓練、連絡方法、水・食料の確保など対策が必要なのではないでしょうか。

## 穏やかな生活時間が流れるホーム

さて、第3ホームの6人の仲間たちは個性豊かで、互いに干渉せず、いい距離感を保ちながら過ごしています。それぞれがそれぞれのいちばん落ち着く場所で自由に過ごします。この空気感がとてもいいのです。しかし、食事時間になるとぼつぼつと全員が集まってきます。もめ事もほとんどなく、穏やかなホームの生活時間が流れます。

コロナ禍では様々な行動制限があり、食事会やデイキャンプなど大好きな外出もできなくなりました。仲間たちはマスクの着用や食事テーブルのアクリル板も受け入れ、変化に順応する力や我慢強さに感心しました。それがあったからこそ長年のコロナ禍も乗り越えられたのでしょうか。

ホームの縁側に腰かけて、作業所への送迎バスを待ちます。



(下) ホームの裏にある畑で収穫した野菜は、食事に使っていただくこともあります。

## いちばん安心でき、「ホッとする」場所

ホームの生活でいちばんの楽しみは何と言っても食事です。夕刻になり、調理が始まると仲間たちは調理場の中をのぞきに來たり、献立を聞きに來たり、にわかになぞをわしてきます。そして、いざ食べ始めると3.5合のご飯が瞬く間に減っていきます。初めて仲間たちと食事を共にしたとき、5分ほどで食べ終えた人や、まわりがみんな食べ終えても一人悠々と食べている人に驚かされたものです。

仲間たちにとってホームは1日のうち、いちばん長く過ごす場所で、そこがいちばん安心できる、「ホッとする」場所でなければなりません。ホームの役割は今後ますます大きくなると思います。ともすればマンネリ化してしまいがちですが、仲間たちの自由な生活を守りながら、いろいろ楽しいとりくみが行われる場所であってほしいものです。

(遠藤)

# らふかつとの年はじめ

## ～ 初詣、イタリア料理、DVD、カラオケ ～

おしゃべりなレストランで食事を楽しみました



新年が明けて仕事始め翌日の5日、らふかつとの仲間たちは、「初詣」と「新年会」に出かけました。

まずは、海山道神社に参拝して、らふかつと仲間たちの幸せをお願いしました。この日は仕事始めということもあり、たくさんの人出で賑わっていました。

その後、素敵なイタリア料理のお店で昼食。ちょっとリッチな気分でパスタ、ピザ、ドリンクバー、ビュッフェを楽しみました。

らふかつとに戻ってからは、「DVD鑑賞」か「カラオケ」か、好きなメニューを選んで楽しいひと時を過ごしました。



神様に何をお願いしたのかな？

実は、この新年のイベントが行えたのは、コロナのために数年ぶりのことでした。去年は、名古屋港水族館とセントレアに日帰り旅行に行くこともできました。仲間たちのイベントも徐々にコロナ前のようにできるようになってきました。

インフルエンザやコロナでまだまだ大変ですが、今年もらふかつと全員で力を合わせて頑張っていきたいと思います。(松永)



四日市市立あけぼの学園にて

**「きょうせいの街頭署名を行いました」**  
12月の寒風の中、ショッピングセンターの入口できょうせいの国会請願の街頭署名活動を行いました。県内の障害者の事業所の仲間たちや職員も一緒にあって、障害のある人の生活改善や事業所への報酬の引き上げなどを訴えました。  
また、仲間たちが地域の施設や学校を訪ねて署名をお願いしました。



# 元気にわかたけに通う息子 毎日、働ける場所があることは 本当にありがたいことです

息子の送り迎えも保育園の頃から思えば長いこと続いていますが、今は家の近くまで送迎車が来てくれるので本当に助かっています。

毎朝、出発時間に遅れないように気をつかうのですが、息子は家を出る間際にもう一度顔を洗わないと気が済まないようで、出かけるまでが一苦勞です。

ときどき「グループホームに入っていたら楽だろうか」とも思いますが、その勇気はまだありません。今の息子の現状を思うと、集団生活ができるとは思えないからです。息子のガチガチのこだわりと人様に迷惑をかけたくないと思う親の心の葛藤。ホームに入所された仲間の皆さんは、職員さんに助けていただきながらも、少しずつ自主性が身につき成長されているのだらうと思われま

## 可能性を信じて伸ばしてあげたい

息子がまだ小学生の頃、校庭でスイスイと自転車を乗り回している姿が目にとまりました。支援学級の先生が乗れるようにしてくれたのです。家では、危ないからと乗せなかったのですが、この出来事は本当に嬉しかったです。親が思う以上にできることもあるので、その可能性を信じて伸ばしてあげたいと思います。

息子に通っているクリニックの先生から「こだわりも個性と考え、気長に受け止めることが大事ですよ」と言われ、確かにその通りだと思いました。

わかたけでも、息子の特性を理解し、上手に関わってくださる支援員さんにはいつも助けられています。本当にありがとうございます！

まだまだご迷惑をおかけしますが、いつの日か息子が心穏やかに安心して暮らせる場所が見つかるまで、親としてしっかり前を向き、今できることに精いっぱい向き合っていこうと思います。

(わかたけ萩の里に通う A さんの母)



萩の里で仲間たちが作っている「サクサククッキー」薄焼きのクッキーですが、アーモンド、シナモン、ゆずなど種類も豊富で、多くの方に愛されています。

## いつまでも安心して過ごせる場所に

「諸行無常の響きあり」 この世はすべて変化していくことはわかっているつもりでも、何かせつなさを感じる時もあります。

わかたけにお世話になって早 20 年近くになります。私がわかたけにきて最初に声をかけてくれた仲間は今、わかたけにいません。仲間の言葉を借りるなら、「卒業」して他の施設でがんばっています。そして、悲しい別れもありました。新たな出会いもありました。それは職員にいたっても同じです。

世界では戦争が繰り広げられ、自然災害も後をたちません。新年早々、北陸での大地震、この四日市でも震度 3 にしては大きな長い揺れを感じました。そして 2 日には飛行機の衝突・炎上事故。皆が不安と生きづらさを抱えて生きているのではないのでしょうか。

わかたけはあまり人目にはふれない山間に建っています。県道から交差点で右折して、畑の間を通り、竹やぶの下り坂を抜けて左折したところのコスモス畑（10 月限定）の向こうに赤い屋根のわかたけがあります。道中、いのししやきつね、たぬき、きじ、うさぎに出会うこともあります。わかたけの目の前の畑には白鷺がたたずみ、時折、大きな白い羽を広げ飛び立ちます。その姿はなんともきれいで清しいものです。

こんな自然いっぱいの中にあるわかたけが、この自然とともに変わらずここにあり、いつまでも仲間にとって「わかたけに行きたい」「わかたけに仕事にいこう」と思ってもらえる場所であること、安心して仲間がいきいきと過ごせる場所であること、それが一職員としての願いでもあります。 (室田)

## 昼食は 節分メニュー

節分メニューの給食。壁に貼られた「東北東」の文字を見ながら、カットされた恵方巻をいただきました。

手作りの鬼の折り紙が、表情もいろいろでかわいらしかったです。



## あなたもわかたけの応援団に！

「わかたけの明日をささえる会」への

### ご入会・ご更新のお願い

「わかたけの明日をささえる会」は、障害のある人たちのことを地域の人とともに考え合い、仲間たちの未来を拓くために活動しています。ご入会・ご更新をよろしく願いいたします。

一般会員（個人）	年会費	1口	3,000円
賛助会員（団体）	年会費	1口	10,000円
郵便振替	00830-9-130243		
名義	わかたけの明日をささえる会		

## 「おこしやす券」を ご活用ください

「ささえる会」にご入会・ご更新いただいた方に、「おこしやす券」をさし上げています。

わかたけ萩の里やらふかっとの仲間たちの手によるクッキーや野菜などのご購入に、またわかたけのイベントなどでもご利用いただけます。ぜひともご活用ください。

### 法人・施設日誌（2023年11月～2024年1月）

- 11月 一日レクリエーション（わかたけ萩の里）、日帰り旅行（らふかっど）、健康診断、インフルエンザ予防接種、内部地区文化祭出店（わかたけの明日をささえる会）、わかたけの明日をささえる会事務局会議、わかたけ利用者と家族の会、きょうされん三重支部運営委員会
- 12月 介護等体験受け入れ（わかたけ萩の里）、わかたけ萩の里・らふかっど冬期休暇（12/30～1/3）、きょうされん国会請願署名・募金活動スタート、
- 1月 わかたけの明日をささえる会事務局会議、わかたけ利用者と家族の会

## ご寄付ありがとうございました

法人・施設にご寄付いただきました。大切に使用させていただきます。

堀保様 南俊雄様

「わかたけの明日をささえる会」にご寄付いただきました。

日頃からのご支援ありがとうございます。

芳野茂様



三重県四日市建設事務所からの委託で地域のクリニック前の道路沿いに植える花苗を配達しました。



サトイモの収穫は、なかなかの力仕事です。