

# のびやか



## 58号



ひまわり西棟

～調理活動～



ひまわり西棟では毎日の療育活動を「ひのき」「もみじ」「さくら」の3グループに分かれて行っており、各グループとも月ごとに色々な企画を立て利用者と共に活動しています。

活動には外出であったり制作であったりリラクゼーションであったり色々ありますが、その中でも調理活動は利用者さんが最も喜ばれる活動の一つであり、口に入るものができるので準備段階から目を輝かせています。活動では利用者さん自身に調理器具を握ってもらったり、また職員と一緒に調理をおこなったりしていますが利用者さんにとっては調理そのものより、出来上がりに大きな興味があるので、出来上がった物を食べている時が一番いい表情を見せてくれます。

利用者さんの中には経管栄養の方もみえ経口摂取が出来ない分、医師の確認の元に「ペロリ」と称してスポンジになじませて味見をして頂いたりしています。

### 目次：

「障害者スポーツ」	2～3
事業所紹介	4～5
卒業生からの手記	5～6
入所部門	7
掲示板	8

# 「シリーズ「障害者スポーツ」」4

青い鳥医療福祉センター 療育支援課長 筒井恵二

シリーズ「障害者スポーツ」第3回目は、国内での障害者スポーツ大会等についてお話しさせていただきましたが、それらの障害者スポーツ大会に出場するためには、どのような競技があるかを知っていただければなりません。第4回は、その競技種目について紹介します。大会には、県内の障害者を対象に県が主催し、複数の競技を同時に行うものと、競技団体等が主催する単独競技のものがあります。今回は、愛知県障害者スポーツ大会の陸上競技についてお話しします。

## 【陸上競技】⇒競技種目

障害者のスポーツ大会でも一般の大会と同じように競争競技、跳躍競技、投てき競技の3部門からなりそれぞれに種目が決められています。ただし、一般の大会と違うところは、種目数が少ないことと、障害の程度によってクラス分けという区分があり、同じ障害程度の人と競技することになるということです。

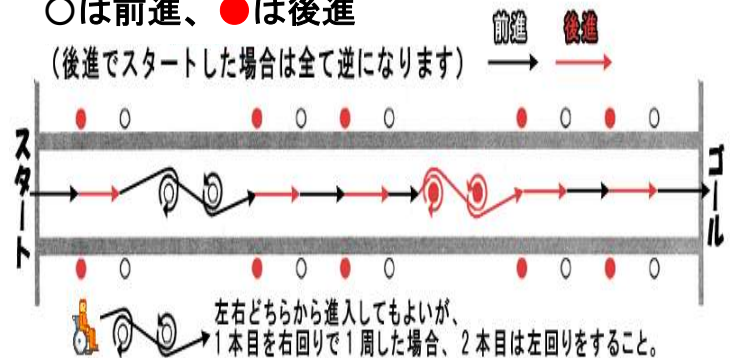
競争競技では、50m、100m、200m、400m、1500m、スラロームの種目があります。この中で、障害者スポーツ特有のものがスラロームです。この種目は、車椅子使用者（電動、手動を問わず）が出場できるもので、コースについては、以下のとおりです。

- 走路の幅は130cm、距離は30mで、旗門の間隔は全て2m。
- 白色の旗門は前進、赤色の旗門は後進で通過する。
- スタートから6m地点と、18m地点のコースの真ん中にある旗門は、左右どちらから進入してもかまわないが、1本目の旗門を右回りで1周した場合、2本目の旗門を左回りで1周して通過する。（1本目を左回りした場合は2本目は右回り）
- 旗門を倒した場合、1本につき5秒加算。ただし、一度触れた旗門に再び触れても5秒以上の加算はしない。
- 通過の方法を間違えたままゴールした場合は失格になるが、ゴールするまでならば、間違えた場所まで戻ってやり直す事ができる。ただし、戻る際に競争相手の妨害をした場合は失格になる。

## <コースの設定と通過方法>

○は前進、●は後進

（後進でスタートした場合は全て逆になります）



跳躍競技では、走高跳、立幅跳、走幅跳の3種目があります。障害によって配慮されているところは、視覚障害の人は砂場の方向を音で知らせることができるほか、踏切板が広くとってあります。

投てき競技は、砲丸投、ソフトボール投、ジャベリックスロー、ピーンバッグ投の4種目で、障害者スポーツ特有のものがピーンバッグ投です。この種目は上肢に重い障害のある人が対象で、競技に使用する「ピーンバッグ」は、12cm×12cmの布または適当なものの袋に、よく乾燥した大豆等を入れたもので、重量は150gと定められています。ピーンバッグ投は、原則として円盤投げのサークルを使用し、有効試技は90度の角度をなすラインの内側に落下したものと定められています。次に競技の行い方ですが、ピーンバッグ投は、手で投げることはもちろん、ピーンバッグを足に乗せて蹴り出すことなども含めて投げ方は自由です。また、計測は最初に落下した地点までを1cm単位で計測します。





【陸上競技】⇒クラス分け

障害者スポーツでは様々な障害のある選手が出場することで、できるだけ同じ条件で競技ができるようクラス分けという方法で競技を行います。陸上競技では肢体不自由、視覚障害、聴覚障害、知的障害、内部障害と大きく5つの障害で区分されます。

そしてその中で肢体不自由では障害（主として切断、脊髄損傷、脳原性麻痺等）によって23の区分に細分されます。視覚障害では、全盲から弱視まで3区分に分けられます。聴覚、知的、内部障害は1区分となります。また、年齢の区分があり身体障害では1部：39歳以下・2部：40歳以上、知的障害では、少年の部：19歳以下・成年の部：20歳～35歳・壮年の部：36歳以上となっています。これらの区分により、参加できる種目が決められています。

例えば、50m、100m、200m、1500m、スラロームは、車椅子での参加が可能な種目ですが、400mは知的障害のみ参加可能です。また、視覚障害では伴走者を付けることができます。詳細については、以下の表を見てください。

1 陸上競技

平成26年度愛知県障害者スポーツ大会競技・種目

◎男女別・年齢区分別  
 ※身体障害者年齢区分1部：39才以下・2部：40才以上 知的障害者年齢区分(少年の部：19才以下 青年の部：20才～35才 壮年の部：36才以上)  
 ※車椅子で800m、1500mの競技種目に出場する競技者は、ヘルメットを装着するものとする。

	No.	障害区分	競走					鉄棒		投てき						
			50m	100m	200m	400m	800m	1500m	スラローム	走高跳	立幅跳	走幅跳	投丸投	ソフトボール投	ジャベリックスロー	ピーンバグ投
肢体不自由	1	上肢	1		◎					◎	◎	◎	◎	◎		
			2		◎					◎	◎	◎				
			3		◎						◎	◎				
	2	下肢	4	◎	◎						◎	◎	◎	◎	◎	
			5	◎	◎						◎	◎	◎	◎	◎	
			6	◎	◎						◎		◎	◎	◎	
			7	◎							◎		◎	◎	◎	
			8	◎									◎	◎	◎	
	3	体幹	9		◎						◎	◎	◎	◎	◎	◎
10				◎	◎				◎						◎	
11				◎	◎				◎						◎	
12				◎	◎		◎	◎	◎				◎	◎	◎	
13				◎	◎		◎	◎	◎				◎	◎	◎	
14				◎	◎		◎	◎	◎				◎	◎	◎	
15				◎	◎		◎	◎	◎				◎	◎	◎	
16				◎					◎						◎	
17				◎					◎						◎	
18				◎					◎					◎	◎	
19				◎	◎		◎	◎	◎				◎	◎	◎	
4	脳原性麻痺以外で車椅子使用	20										◎	◎	◎		
		21		◎	◎			◎		◎	◎	◎	◎	◎		
		22		◎	◎			◎				◎	◎	◎		
		23		◎				◎						◎		
視覚障害	脳原性麻痺(脳性麻痺、脳血管疾患、脳外傷等)	24	◎	◎	◎		◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎		
		25	◎	◎	◎		◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎		
		26		◎	◎		◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎		
聴覚・平衡機能障害、音声・言語・そしゃく機能障害	27		◎	◎		◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎			
知的障害	28	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎	◎			
内部障害	29	◎							◎	◎	◎	◎	◎			

## 地域の事業所紹介 Part15

### 「児童デイサービス ゆいまーる」(合資会社KIZUNA) (児童発達支援事業・放課後等デイサービス) 訪問記

今回は名古屋市西区にある「児童デイサービス ゆいまーる」を訪問させていただきました。名古屋養護学校へ通っている子どもたちも多く利用しており、当センターから車で10分弱の所に事業所があります。学校から離れていると事業所で過ごす時間が短くなってしまうため、現在の場所でデイサービスを始められたそうです。

外観は普通の一軒家のように見えますが、1階フロアは間仕切りもなく、畳敷きの過ごしやすいスペースとなっています。見学させていただいたのが12月ということもあり、クリスマスの雰囲気満載でした。季節や行事も大切にされており、ツリーの飾りつけもみんなで行ったそうです。制作活動として、子どもたちと一緒に季節の飾りつけを作ったり、ハロウィンやクリスマスの時期にはみんなでかわいい衣装に着替え、コスプレ？も楽しんだりしているそうです。



午前中（児童発達支援）の様子を見せてもらい、代表（管理責任者）の加我さんやスタッフの方にお話を伺いました。音の出るおもちゃや楽器を使って遊んでいましたが、日頃の活動では、シーツブランコやバランスボールなど体を使った遊びをはじめ、新聞紙遊び、おやつ作り、光や音などを楽しむスヌーズレンなど、五感で楽しめるような遊びを取り入れているそうです。近所の公園に遊びに行ったり、夏にはビニールプールで水遊びをしたり、休みの日には水族館や動植物園などに出かけることもあるそうです。

「ゆいまーる」は主に運動機能の障が



いを持っている子どもたち約30人が利用されています。午前中は通園児が2~3人の日が多く、比較的ゆったりと関われるそうですが、午後（放課後デイサービス）は利用希望が多く10人を超えることもあるそうです。医療的ケアが必要な子も11人おり、スタッフに看護師を配置して送迎なども対応しています。医療的ケアが必要であったり、重度の心身障がいを抱えていたりする子どもたちが利用できる事業所が少なく、少し離れた所から通っている子もいるそうです。

「なるべく家族の方の要望に添えていきたい」「他の事業所にできないことを提供したい」という思いがあり、送迎場所・時間帯なども柔軟に対応されています。お母さんたちの口コミで新規の利用希望も増えており、現在の事業所ではこれ以上受け入れることが難しくなっているようで、近くで新しい事業所を探されているとのことでした。

「ゆいまーる」は「助け合い」という意味を持つ沖縄の言葉で、「一人ひとりの個性をいかしながら、お互いが刺激をうけて共に成長していける場所にしていきたい」との思いから名づけられたそうです。また、社名の「KIZUNA」にも、一人ひとりの絆を大切に、思いやり、助け合いを大切にしていきたいという思いが込められています。親御さんとのコミュニケーションも大切にされており、ちょっとし



た立ち話のつもりが、長話しになることもあるそうです。

壁面には季節の飾りつけとともに、子



どもたちの笑顔あふれる写真がたくさん貼ってあります。日々の様子や行事が紹介されているブログも見せていただきましたが、子どもたちのすてきな笑顔がいっぱいで、つい見入ってしまいました。また、手作りのバースデーカードをプレゼントしていますが、子どもだけではなく、親御さんも喜んでくださり、大切に飾ってくれている方もいるそうです。




く、常に新しい発見があり、新鮮な気持ちで関わっている」と話してくださいました。また、子どもの笑顔や親御さんたちが喜んでくださる姿も、スタッフの大きな励みになっており、「子どもたちの笑顔を見たくて、何をしようか考えている時が一番楽しい」「ゆいまーるの子どもたちはみんな純粋でかわいい」と話してくださった姿が印象に残りました。

スタッフの方は「子どもたちから学ぶことも多

(療育支援課 尺土)

	営業日	営業時間	対象児童
☆児童発達支援事業	月曜日～土曜日	9:00～17:00	未就学児(5名)
☆放課後等デイサービス	月曜日～土曜日	13:00～17:00	6～18歳(5名)




**★お問い合わせ★ 「ゆいまーる」**

住所；名古屋市西区こも原143-1

電話；052-938-3735

FAX；052-938-3736



## なのはな棟 卒業生からの手記 「～自立に向けて～」 その3

### 「はじめての介助なしー人大阪」

お久しぶりです。マッピーで～す。

昨年はみなさんにとって楽しい年でしたか？自分は山あり谷ありの一年間でしたし、時には底まで落ちたりして気持ちが不安定でね、自分の責任でもあり、普段飲まない薬に頼っている状態です。もう、前を向いて歩かないといけないなあと感じる現状であります。

さて、今回は報告が遅くなりましたが、8月初めに一人で大阪に日帰りで行ったときのことを書きます。いやぁ怖かった。途中トラブルもあり、ヘルパーさんのありがたみもわかりました。ではよろしくをお願いします。

### 不安だった

8月初めに、僕の大好きなアーティストのLIVEが大阪城ホールでありました。ヘルパーさんと一緒に行ってもよかったけど、探す事も面倒くさいし、行きたくないのに行ってもらっても自分自身も楽しめないの、一人で行くことにしました。先行販売も2度はずれ、一般発売でチケットを取ろうと思いま

した。もし取れなくてもしょうがないと思っていました。スマホでやってみたら無事取れて、思わず「ヤッター」と大きな声をだしてしまいました。いやぁほんまに嬉しかったです。スマホで電車の時刻を見たり、最寄り駅を確認したりしていました。行きあたりばったりはもうやめようと決心しましたし、当日の出かけるまでと帰ってからのヘルパーさんの時間もしっかり決めて、モチベーションを維持するように準備しました。

当日になり、好きなアーティストの曲を聞きながら外に出る準備をしました。テンションをあげながら食事をしたりしていました。昼過ぎに家を出ました。ヘルパーさんに「一人で大丈夫なの？」とか「無事に家に帰ったら連絡してな」と言われました。僕は「はい。大丈夫、大丈夫、一人で行く決心したから」と言ったら、ヘルパーさんが「君は強いな」と言いました。

近鉄名古屋駅に着いて、大阪までの切符を買いにいきました。駅員さんに「すみません。〇時〇分、大阪難波まで切符を一緒に買ってもらえませんか」



とスマホのメモを見せたり、文字盤を使いながら意思を伝えたら、「はい、わかりました」と気持ちよく対応してもらえたので嬉しかったです。「ついでに帰りの分もお願いします」と頼んでみたらすぐ対応してもらえて助かりました。僕は重い言語障がいがあるので、人に何かを伝える時に、よくスマホのメモ機能を使っていて、特にいつも使う文章はいくつか登録してあります。

電車が来るまで駅員さんと話したり、ゲームをしたりしていました。笑顔で対応をしてくれるとお互い気持ちがいいなあと感じました。電車に乗って景色を見ながら音楽を聞いていました。

難波に着いて地下鉄で「心斎橋駅で乗り換えて大阪ビジネスパークまでお願いします」とお願いしました。でも、心斎橋に降りたら駅員さんから「ここからは一人で行けるので、あとは一人をお願いします」と言われて、僕は「え？大丈夫なの？」と思いました。でも、乗り換えするホームに行くと、電車とプラットホームとの間に隙間がなくてフラットになっていたの、一人で乗り降りが出来ました。

「ほんまやん。すごいやんか。大阪は名古屋よりバリアフリーが進んでいるんだ」と思いました。あとで調べたら全駅じゃないけど一區間だけはフラットになっているそうです。

## 2回目の大阪城ホール

大阪ビジネスパークで降りて、スマホでマップを確認して大阪城ホールまで歩いていたら、逆の方向に行ってしまう、遠回りになって、道もデコボコで倒れそうになるぐらいでした。道路を横断して、やっと大阪城ホールの近くになり、気持ちもホッとしました。大阪城ホールに着いたら車いすのバッテリーが「ピ、ピ、ピ」と鳴って、やばいと思って一目散に車いすの対応をしてくれる窓口まで急いで行き、車いす席で見ました。しかも、スマホの充電も20%になっていたの、本当に「どうしよう？」と思いながらドキドキしながら急いで夜のヘルパーさんに連絡して、あとは使わないようにしました。

重い言語障がいのある僕にとって、スマホは会話をするときの大切な道具であり、自分の意思を伝えることができるため手離せません。スマホはタッチパネルなので、手で操作できる人には便利ですが、操作が難しい人や目が見えない人には使いにくいと思います。聞きにくい言語でも声で反応する機能があれば、もっと障がい者にとっていいコミュニケーションツールになると僕は思います。

電車の時間やバッテリーのことなどで、LIVEには1時間ほど遅れてしまいました。もうLIVEよりバッテリーの充電のほうで頭がいっぱいでした。「帰りはどうしよう？」とか「スタッフさんに頼んだりし

ないといけないかな？」とか思いながら見ていました。LIVEも少し楽しめたので一人で来てよかったと思いました。

LIVEが終わったら、大阪にいる友達と会う予定だったので、バッテリーの予備はもって行きませんでした。先生をしているその友達は、この日は京都で研修会に参加していたのですが、「ごめん。渋滞にはまってしまったから今日は会えない。」と、LIVEが終わった時に連絡がありました。

バッテリーが危ないと思って、スタッフさんに、「バッテリーがないから駅まで車いすを押してくれへん？」と頼んでみたら、上の人に相談してみますと言って、すぐに対応してくれました。押してくれたスタッフさんと会話しながら駅まで行ってもらい、駅に着くと、僕の代わりに駅員さんに「名古屋までお願いします」と言ってくれたので助かりました。スタッフさんに「また、遊びに来てください」とか「遠慮しないでまた言ってください」と言われました。すごく嬉しかったです。

近鉄特急の難波～名古屋行きを21時で予約していましたが、スタッフさんに対応してもらっている間に乗り遅れてしまい、最終電車に乗りました。本当なら買った切符では、無効でしたが駅員さんたちで話した結果、お金がかからないようにしてくれました。最終電車まであまり時間がなくて、慌てていたの、僕は申し訳ない気持ちでいっぱいでした。「もっと早く会場を出ればよかったなあ」とか「自分は何やっているだろう」と自分を責めました。

名古屋にいつ頃着いたかははっきり覚えていませんが、23時10分ぐらいだったと思います。駅員さん2人が大慌てで、地下鉄のホームまで連れて行ってくれました。駅員さんが紙に「どこまで行きますか？」とか「家族に連絡してあるのか？」と言われたけど、僕が伝えようとすると次々と話しかけられて、僕は「話し聞けよ！」と心の中で思いながら、結局、「あとは大丈夫です」と僕が言って駅員さんと別れました。

大阪でバッテリーの使用を節約したので、自宅までもちました。無事に、0時過ぎに自宅に着きほっと一安心。これからはバッテリーの予備をきちんと持っていこうと思いました。

関わってくれたスタッフさんはじめ駅員さんには、たくさん迷惑かけたけど感謝の気持ちでいっぱいです。介助者なしで行き、本当にコミュニケーションの大切さと、伝えたい気持ちを強く持つことの大切さがわかりました。とてもいい経験になりましたし、楽しかった旅行でした。今度は横浜に行けます。

## 入所部門

### 医療型障害児入所施設・療養介護事業所「たんぽぽ西棟」

たんぽぽ西棟では季節を感じられるような日中活動を行っています。

春は近隣の公園へ散歩、夏はプール活動、秋はスーパーへお買い物、冬はクリスマス会に向けて製作などをしました。

#### ☆夏のプール活動☆

夏の間は、センターの中にあるプールで心も体もリフレッシュしました。



昨年の夏も暑かったの  
でプールはとっても気持ち  
良い☆水中ウォーキング  
や水に浮かんでリラックス  
しました☆



#### ☆サンタクロース来棟☆

毎年フィンランドからサンタさんが来てくれます。サンタさんへたくさん質問をしたり、歌をうたったりしました。



サンタさんは大きくて  
ちょっとビックリしたけ  
れど握手をしてプレゼン  
トをもらいました



さまざまな活動を行い利用者さんの笑顔をたくさん見ることができました。今後もこのような機会を作り充実した一日を過ごしていけるように心がけていきたいと思ひます。（保育士 藤原）

