

楽 西

～ らくさい ～
No.129
令和 5 年
1 月 15 日発行

- 社会福祉法人
- 京都視覚障害者支援センター

〒610-1111 京都市西京区大枝東長町 1-67
TEL: 075-333-0171 / FAX :075-333-0172
✉→info@kyo-ssc.com
URL→<https://www.kyo-ssc.com/>



いいね！ 100,000件



いいね！ 100,000件



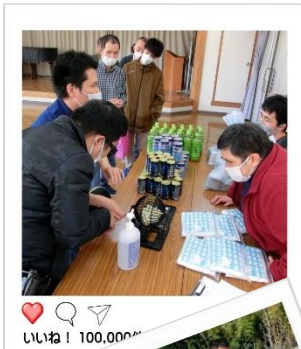
いいね！ 100,000件



いいね！ 100,000件



いいね！ 100,000件



いいね！ 100,000件



いいね！ 100,000件



いいね！ 100,000件



いいね！ 100,000件



いいね！ 100,000件



いいね！ 100,000件

いいね！ 100,000件



いいね！ 100,000件



いいね！ 100,000件

【8050 モンダイ】

～80 歳代の親が 50 歳代の子どもの生活を支えている問題～
背景にあるのは子どもの「引きこもり」です。

「引きこもり」という言葉が社会で使われるようになった 1980 年代～90 年代。当時は若者の問題とされていました。それから約 30 年が経ち、当時の若者が 40 歳代から 50 歳代となり、その親は 70 歳代から 80 歳代になっています。こうした親子が社会的に孤立し、生活が立ちゆかなくなる深刻なケースが目立ち始めています。

中途失明者をはじめとする視覚障害者も、高齢の親が 40 歳～50 歳代の視覚障害のある子供を養護しているケースが相当数存在していると思われます。実際、当法人が運営する「障害者支援施設洛西寮」でも、2020 年から立て続けに 8050 問題でニーズのある方が入所に結びつきました。現在洛西寮では、そうしたニーズに対して受け入れる体制作りをしています。

洛西寮は単なる入所して生活をするだけのところではなく、見えなくなって喪失したもののなかで、これから何が必要か、自分が何を欲しているのか、こうありたい、こうなりたい等、自己理解を深めていただき、生活を通してじっくり猶予期間を味わうことで、希望をその手に掴んでいただくよう、きっかけ作りのサポートに努めています。

独占インタビュー！

洛西寮ですごし
新たな一歩を踏み出した
『K』さん

行動に移したから今の自分がいる。
道が見えた。
残りの人生立ち止まらず、過去は思い出、
未来に向かって欲しい。



●洛西寮入所に至った理由は？

目が悪くなってからそれまでの仕事ができなくなり、何年もの間、世間から離れていた。徳島の田舎に母と二人で住んでいたが、自分が 8050 問題の年齢 50 歳になった時、将来について考えた。
親族から洛西寮の存在を聞いていたので、一度、徳島にはない、こういう施設で生活してみて、自分の人生を前向きにとらえようと思った。

● 洛西寮の作業や生活を通して感情または行動の変容がありましたか？

目が悪くなってからは、自信をなくし、表に出るのが怖かった。もう何もできないとも思った。変化が起きたのは、歩行訓練士さんに館内歩行を教えてもらった時。すぐ覚えて勘が良いと言われたり、見えていた頃は器用じゃなかったのに、職員さん達に器用で色々出来ると褒められたり、毎日にやりがいが出てきた。それまではずっと家にいたが、生活と仕事のメリハリができたこと、働いて対価をもらうことで、どんどん感覚を取り戻していった。それを洛西寮で目覚めさせてもらった。洛西寮で肉体も精神もリハビリができた感じがする。ずっと家にいた生活から、社会へと段階を経るために、洛西寮での生活や作業は不可欠だったと思う。

● やりたいことが明確になったきっかけは？

パソコン、iPhone、歩行などをマスターして、創作活動がしたいという思いがあった。3年前に、一念発起し徳島でパソコンを習い始め、創作活動がたく文字入力のみ習っていたが、母や自分の体調不良もあり止まってしまっていた。入所後、「パソコンやスマホを使いたい」というきっかけになったのは歩行訓練士のTさん。ラジコを使えるようになりたい、と相談し、操作を教わった。その時に3年前に一度パソコンの習得を断念したことを思い出した。今回パソコンを使う必要性がはっきりしたこと、視覚障害者の訓練のプロに解りやすく教わったことで応用が利くようになり、楽しくなってきた。去年の秋ごろ、創作活動への意欲が再び出てきた。友達へも相談したところ、みんな背中を押してくれた。そうすると、パソコンをもっとできるようになりたくなった。洛西寮でそれができれば良いと思っていたが、作業と自分が望むパソコンの時間の両立が難しいと感じた。そこで、以前お世話になった鳥居寮(京都ライトハウス訓練事業所)に連絡したところ快諾してくれ、家族も応援してくれた。部屋替えも大きかった。同室者が週末帰省する人だったので、一人の時間ができて、将来のことを更に考えるようになった。生活、パソコン、週末の一人の時間、色んなことが重なった。人生方向転換する時は、そういうものが揃うのだと思う。プラス面だけが人間の方向性を見つけるものではない。たとえば、場所に限らず、人間関係はどこにでもある。マイナス面も当然ある。自分でリサイクルし、どう再利用するか。人生のコツだと思う。寮でのちょっとした騒音、間仕切りのある相部屋等あるが、人がいる安心感、寂しくない環境は、在寮時はわからなかったが、退所後に感じる。どう感じるかは自分次第。外から見える寮の景色はまた違って見える。寮の良い所が見える。寮では、作業、栄養管理、体調管理をしてもらい、心身ともに不要なものが取り除かれていった。

● 同じような立場の方に対してのメッセージ

とにかく勇気を出して一歩踏み込んで欲しい。家にずっといてはいけない。いつまでも親の世話にはなれない。そういう意味でも、洛西寮は、中途失明の人にとって過去の自分を取り戻すには最適な場所。生まれつき全盲の人にとっても、一度、洛西寮で時間を使ってみて欲しい。生活リズムや精神を整え、将来のことを考えて、洛西寮で長く生活するのも良いし、次のステップに進むのも良いと思う。自分にとって、洛西寮は寄り道ではなく、有意義な時間の使い方だった。一人でも多く救われる人がいれば良いと思う。自分がファーストペンギンになるから、あとに続いて欲しい。行動に移したから今の自分がある。道が見えた。残りの人生立ち止まらず、過去は思い出、未来に向かって欲しい。



生活支援の様子

洛西寮では、「作業支援」とは別に生活の質の向上を目的とした「生活支援」も行っています。
ここではそのいくつかを紹介します。

居室支援

月に1回作業後に居室支援の日を設けています。居室の掃除が主な目的です。できる所はできるだけ利用者さん自身にしてもらいながら、少しでも居室で過ごす時間が快適になるようにと、職員も一緒に行っています。居室支援の日を設けるようになってしばらく経ちますが、利用者さんにも少しは掃除をする意識が芽生えてきたのかな？と感じています。



また、隔週でシーツ交換も行っています。

利用者さんご自身でできる方は見守り・確認のみですが、なかなか1人で難しい方は、職員と一緒にしています。敷きシーツのセットは、敷き布団の端から端に敷きシーツをかぶせて、敷き布団の角を手で確認して敷きシーツを織り込みながらされます。掛けシーツのセットは、掛けシーツの角を手で探りながら掛け布団の角に、はめ込んでいきながらされています。

今夜眠るお布団は、快適な睡眠ができるように自分たちでベッドメイキングしています。

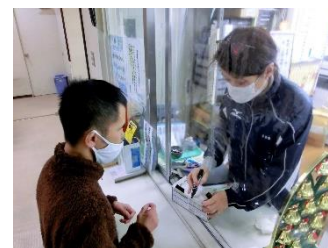
買い物支援

月に2回買い物の日を設け、近くのドラッグストアや生協、イオン等へ出掛けます。購入される物は、日用品から嗜好品など様々です。夕飯のおかずを購入される方や、夕飯にマクドナルドのハンバーガーを購入される方もおられます。月に2回のちょっとした買い物ですが、少しでも生活に幸せを感じられたらいいなと思います。

時間になったら事務所前に集合です。
事務所でお金を受け取ったりもします。



さあ出発です。遠方は車で移動します。
買い物袋も忘れずに！



買い物の後は、購入した物の確認や
誰の物か分かるように名前を記入します。

歩行訓練



視覚障害者の施設である洛西寮では、利用者さんに歩行訓練を行っています。施設で生活をするために、まず施設内を単独で移動できるようになることが必要です。そのために自分の居室や作業場と、トイレ、食堂、お風呂、洗濯場などとの往復ができるようになり、次第に館内の行きたい場所どこにでも行けるようになることを目指します。

施設内が自由に移動できる方の中には、屋外の単独歩行を希望される方もいらっしゃいます。「近所のお店に買い物に行きたい」「一人で通院できるようになりたい」「洛西寮から実家まで帰れるようになりたい」「家から洛西寮まで通所できるようになりたい」など、日常生活に必要な移動を、単独で行うことを目指して行われます。白杖の基本操作を習得し、安全を確保しながら、目的地に到達できるようになる訓練です。頭の中に地図を描き、自分がどの位置をどの方向に進んでいるか、あらゆる情報を利用しながら確実にし、目的地を発見する

ものです。途中で迷ったときの修正や回復の仕方も同時に身に付けます。

それぞれの目標を達成するために、皆さん一生懸命取り組んでおられ、着実に一步一步技術を獲得し、単独での外出を可能にしています。

言うまでもなく、目が見えない人、見えにくい人にとって大きな困りごとのひとつは、歩くこと・目的地へ移動することです。人生の途中で見えなくなった方は特に、屋外を単独で歩くなど、とんでもないことと考えることも少なくありません。一方で、行きたい時に行きたい所へ行く自由は、誰もが侵されたくない自由です。制限が加えられることになるとフラストレーションはもちろん、自立心を失うことにもなりかねません。この当然保障されるべき自由の制限を、少しでも緩和する手段のひとつが、歩行訓練により単独歩行の技術を身に着けることです。単独歩行を可能にすることは、本人の自立心を獲得・回復させることにつながります。

移動の自由を少し取り戻した時に、人生でやりたかったことを再び思い出し、将来について口にされることがあります。このことは歩行訓練士の喜びのひとつです。

秋の行事

歩くと汗ばむほどの陽気の11月2日（水）、近所の竹林公園に散歩に出かけました。

春の行事の時に、こちらにおじゃました際、リニューアルした公園で休憩中…爽やかな風にあたりながら利用者さん達と職員がお茶を飲みながら話をしています。「ここはのんびりできるし、お弁当食べたら美味しいやろね～」そんな風に、楽しく談笑していました。その時の話が実現し、竹林公園に到着後は地面にブルーシートを広げて、栗御飯、和牛すき焼き、天ぷら、秋茄子の含め煮など、季節感あふれる行楽弁当を美味しくいただきました。「外で食べるのは楽しいな～！」そんな声もあちらこちらで聞こえました。



お弁当を食べ、お腹いっぱいになった後は、それぞれのリラックスタイムです♪

ブルーシートでお昼寝組、公園の滑り台を滑る組（男女問わず童心に帰り、大人気でした。下から見ていたら、なかなか大胆に滑る利用者さんも…）また、手をたたきながら、ボールの位置を確認し投げ合うボール遊び、音のするボールを転がしての遊びも、皆さん楽しまれていました。「あっ、失敗した！」「真っ直ぐ行くようになった？」と職員に確認しながら、楽しんでおられました。

最後は利用者、職員が混じり、お互いの肩を両手で持ちながら、連なって前に行ったり後ろに行ったり、フォークダンスを踊り、楽しい時間は終了しました。

行事終了後は、「めっちゃ、楽しかった。」「徐々に滑り台すべったわ。おもしろかった。」などと話ながら、徒歩にて帰寮しました。秋晴れのお天気にも恵まれた『秋の行事』。久しぶりに外で食事を行い、それぞれの過ごし方で楽しんでもらえたようです。

秋のお楽しみ会

11月18日（金）、洛西寮にて秋のお楽しみ会が行われました。

4階ホールのゲームコーナーでは、10秒間でペットボトルに割り箸を何本入れられるかゲーム、ビーズや乾燥マカロニなどを入れた紙コップの音を聞いて、同じ音のコップを選ぶゲーム、立体ブロックの形当てゲーム、洛友会主催のガラガラくじ、当てものをしました。

あちこちから「難しい～」「もう1回したい！」などの声が飛び交って、大いに盛り上がりました。中には、職員では判別が難しい、よく似た音を簡単に聞き分けたり、手で触って五角柱や六角柱をすぐに判別される利用者さんもおられ、さすがの一言です。



そして、当てものコーナーの景品は、1等賞の1万円分の商品券をはじめ、らくさい治療院のマッサージ券や食事のリクエストメニュー決定券、ティータイムのスイーツ決定券でした。ひもを引っ張り、当たりが出ると、カランカランと大きく鳴り響くベルの音♪自然と拍手が沸き起こり、利用者さんの喜ばれる姿に、職員もとても嬉しく感じました。洛友会役員さんも、ガラガラや景品の受け渡しなど、今回もみなさん元気いっぱいの声で活躍されていました。

最後は食堂の喫茶コーナーで、小倉山荘のおかきとコーヒーや紅茶でほっと一息。みんなで楽しく、秋の午後のひと時を過ごすことが出来ました。お楽しみ会は終了しましたが、食事やティータイムのリクエストのお楽しみはまだまだ続きます！どんなメニューが出てくるのかワクワク心待ちにしています♪

クリスマス会

洛友会は毎年季節ごとの行事に参加あるいは開催をしていますが、この12月16日にはクリスマス会を行いました！副会長の佐野さんが、緊張しながらも元気に開会の挨拶を行い始まったクリスマス会。三密を避けるため、今年度は朗読ボランティアさんが録音してくださった朗読劇を鑑賞するといった形での開催となりました。

特別仕様ということで、クリスマスに合わせた朗読の演目や曲をたくさん用意してくださいました。それを真剣に聞き入る方や、音楽に合わせて歌い始める方もチラホラ。皆さん一気にクリスマス気分！

また、この日の昼食にはピザやライスバーガー、ケーキなどを美味しくいただきました。アレルギーや食べ物に制限があるなど、普段なかなかケーキを食べることのできない方もおられますが、できるかぎり皆さんに食べていただけるように洛友会のメンバーが考え、準備し、「誰一人取り残さない」というSDGsの精神にまで通じるパーティーになりました。



そして最後に、閉会の挨拶ではサンタの恰好に扮した会長の坂東さんが締めを飾ってくれていました。どうやら去年の時よりも衣装がきつかった様子ですが…？

さて、皆さん終始楽しい時間を過ごされていましたが、大声で笑いながらゲーム大会を行ったり、朗読ボランティアさん達の朗読劇を直接目の前で鑑賞できる日が早く来てくれることを祈るばかりですね。

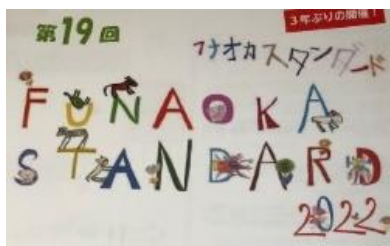
密は避けてもメンバーのコミュニケーションは密に。

洛友会は2023年も頑張ってます！



美鈴治療院

船岡スタンダード2022



「船岡スタンダード」とは、北区に住んでいる障害のある人もない人も、誰もが船岡山公園で共に楽しむ関係がスタンダード（あたりまえ）となる事を願って行われている、福祉関係のみんなで作るお祭りです。

11月5日（土）、紅葉の美しい晴天の下、3年ぶりに「FUNAOKA STANDARD」が開催されました。今回は開催時間が短縮され、会場での飲食のできないものでしたが、大勢の人々が集まりたくさんの笑顔であふれていました。美鈴のマッサージコーナーでは22名の方にご利用いただき好評を得ました。

出会い・再会・他施設との交流・地域の人々と親睦を深め、有意義な一日を過ごしました。



年男女からひと言！

今年で8年目を迎えました。
皆様のおかげで楽しく仕事をさせていただいています。
毎日1時間以上かけて大阪から来ていますが、
これからも皆さんの温かいご支援をお願いし、
通いたいと思います。
山岡（洛西寮）

一年間健康に過ごせるように
体調管理に気を配ります。
石本（美鈴治療院）

軽やかに飛び跳ねるうさぎのように
心も体も開放したいと思います。
山下（らくさい治療院：職員）

20代の頃考えていた自分の30代とはずいぶん違い、
頼りないままですが、それはそれで変わらぬままの信念を
貫きたいと思います。岡崎（洛西寮：職員）

電車ごっこで遠くまで乗って、
お母さんと一緒にお風呂について
通所に切り替わりたいです。
大迫（洛西寮）

今年1年、体に気をつけて
大活躍したいと思っています。
良い年になるといいですね。
田中（洛西寮：職員）

いくつになってもうさぎのように
可愛らしい人を目指します。
上嶋（洛西寮：職員）



ご寄附・ご寄贈 ※8月～12月（五十音順・敬称略）

以下の方々より、ご寄附ご寄贈を頂戴いたしました。
ありがとうございました。

ご寄附（合計 38,000 円）

大芝幸雄 片山千恵子 すこやかクラブ西京 山崎佳代子

ご寄贈（11件）

秋田俊子 新子嘉則 糟谷撤男 河合千鶴子
京都青果協会（株）朱常分店 西京地区更生保護女性会
西牟田さち子 平井多津子 他匿名

ツイッター

当法人の Twitter (ツイッター) を
ご存じですか？

日々の出来事や、情報、
些細なつぶやきなどを
発信しています。

ぜひご覧ください♪

QR コードはコチラ →



◆編集後記◆ 娘の高校受験が迫ってきました。進路を決めるとき彼女が大切にしていたのは、「自分が行きたいと思うところかどうか。ワクワクするかどうか。」でした。安全牌を選びがちな第2順位（第2希望のようなもの）でさえ、受かるには少しきびしそう、でもやっぱり行きたい！と思うところを選択。そんな娘の姿をみて、大人だってワクワクする方を選んだらいい！と背中を押された気分です。どんな道に進むか、どんな道にするかは自分次第。途中の景色も楽しみながら、ワクワクする方を選んでいけたらいいですね。(Y)