

自立支援局だより

第22号 2013. 7 発行

発達障害支援室利用者の職場体験訓練紹介

就労移行支援課 発達障害支援室

去る6月14日（金）・15日（土）、当センター本館で発達障害者支援センター全国連絡協議会埼玉大会が開催されました。この連絡協議会において、大会事務局からの依頼を受け、利用者の職場体験訓練として手作りの焼き菓子とドリンクの販売をしました。目的としては、イメージを持つことが苦手な発達障害のある利用者が、体験を通して働くイメージや就労意欲を持てるようにすることにあります。

当日の販売に向け焼き菓子の試作や試食、アンケートを行い商品決めをしました。また、お客様とのやり取り練習を行うなどの準備を進めました。

販売当日は、当センターの就労移行支援を利用している発達障害の利用者と終了生が中心となり販売をしました。お客さまからの「おいしかった」「ありがとう」などの言葉を貰い、また、企業等で働く先輩の終了生と共に体験的に学ぶことができたことは、発達障害のある利用者の皆さんにとっては大変良い機会となりました。体験訓練が終わった後には利用者・終了生・職員で振り返りを行い、さらに終了生から就職して職場で心がけていることや働きがいなどについての話を聞き、職場体験訓練を締めくくりました。

最後に、職場体験訓練の機会を提供して頂いた、発達障害者支援センター全国連絡協議会並びに事務局の埼玉県発達障害支援センターまほろば、共催の当センター発達障害情報・支援センター、ご利用頂いた多くの方々にこの場を借りて厚くお礼申し上げます。



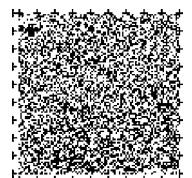
～焼き菓子を丁寧にラッピング中～



～熱いコーヒーをこぼさないようにお渡します～



～「私たちが手作りしたお菓子ですが、いかがですか」～



支援ステーション・入浴・排せつ支援の紹介

総合相談支援部 総合支援課 介護員

東棟宿舎1階南の「支援ステーション」では介護員が24時間体制で勤務をしています。当センターの自立訓練（機能訓練）と施設入所支援サービスを利用し、日常生活に介護を必要とする頸髄損傷のある利用者に入浴・排せつ支援等を行っています。

そこで今回は、入浴・排せつ支援状況と使用している車いすのご紹介をいたします。

入浴支援

横になったの入浴



横になったの入浴介助



肩まで入れる湯船

- ・横になることで肩まで入れて、リラックスできる1つの方法と考えています。
- ・安全確保のため、介護員2名以上での入浴を行っています。

車いすでの入浴

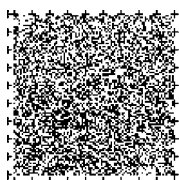


座っての入浴介助



横になったの着替え介助

- ・入浴用の車いすに座ったままでの入浴ができるため自宅でも行える1つの方法と考えています。
- ・安全確保のため、介護員2名以上での入浴を行っています。



排せつ支援

トイレ用車いすでの排せつ



・背もたれがあり、主に車いすに長く座れる方が使用しています。

横になったの排せつ



・主にお尻に傷のある方や長く座れない方に横になってもらい介護を行っています。

使用している車いすの種類



車いす① 洋式トイレに使用できます。

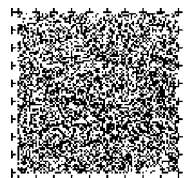


車いす② 洋式トイレに使用できます。



車いす③ 形の長い洋式トイレに使用できます。

- ・車いすは、洋式トイレに乗せるだけで使用できます。
- ・座るところはやわらかく、真ん中に穴があり洋式トイレのように使用できます。
- ・背もたれもあり体を楽にしながら使用できます。



はりきゅう基礎実習Ⅰ

理療教育・就労支援部 理療教育課

1. はじめに

この科目は専門1年生、および高等3年生に配当されている週3時間の実技科目です。科目名に「はりきゅう」とありますが、実際には「鍼（はり）」の実技を行っています。はりきゅうの実習には、基礎実習、応用実習（専門2年、高等4年）、臨床実習（専門3年、高等5年）の3つがあり、基礎実習では鍼の基本的な刺し方を身につけ、応用実習で症状や疾患に対する治療方法を学び、最後の臨床実習では外来の施術協力者の方々に教官の指導のもと施術を行います。

2. 到達目標

はりきゅう基礎実習Ⅰの到達目標は、長さ4cm および5cm、太さ0.18mmの髪の毛ほどの太さの鍼をまっすぐ刺入する技術を習得することです。注射の針とはまったく異なり、太さは1/10以下しかありませんので、注射のような痛みを感じることは基本的にありません。このような細い鍼を痛みなく曲げずに刺すためには、非常に繊細な手指の動きや力加減が必要になり、少しでも力が入りすぎたり、手や指のバランスが崩れたりすると、痛みが出たり、鍼が曲がってしまいます。そのためには、柔らかい指や手首を作る必要があります。利用者の皆さんは慣れない手指の細かい動きに最初はかなり戸惑います。教官による細かいチェックが入り、まさに手取り足取りの状態で行っていきます。

3. 授業内容

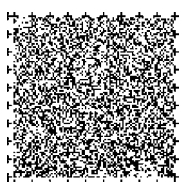
授業の内容は、まず刺鍼練習器という布を丸めた道具を用い、それに鍼を刺して基本的な動作や手順を習います。次に自分の足に鍼を刺す練習に移り、授業開始2カ月後くらいから利用者同士でペアを組んで、お互いの

体に鍼を刺す練習をしていきます。ツボは全身にあり、実際の治療では症状に合わせて全身にあるツボから適宜選択して鍼を刺していきます。そのため全身のツボに鍼が刺せるように、ペアを組んでからの練習も足から始め、手・腕、腰・背中、首・肩、頭・顔、腹と全身のツボを使って練習をしていきます。

また視覚障害者が施術するために必要なスキルも重点的に練習します。見えなくてもワゴンの上に置いてある施術道具の位置をしっかりと把握できる、患者さんに不快感を与えずに体に触れることができる、身だしなみをしっかりするなど施術に関連する所作などについても早い段階から徹底した教育をしています。

4. おわりに

鍼灸施術は医療の1つとして位置づけられるようになりました。見えないからできない、見えないから仕方がない、という考えは通用しません。視覚障害者であっても安全かつ確実に、効果的な鍼灸施術ができる鍼灸師を養成するために必要な知識・技術を習得させることが我々の使命です。今日もどこかの実技室で教官による厳しいチェックが行われていることでしょう。（文責 加藤 麦）



「あらまあ便利！電子レンジ」

自立訓練部 機能訓練課 視覚障害部門

最近、電子レンジを活用したレシピ本や電子レンジ用品をよく見かけますが、電子レンジ調理は視覚障害の方にとっても安全に効率よく調理できるため、調理訓練の中でもとても活躍しています。今回は、そんな電子レンジを使った調理方法やグッズを中心にご紹介したいと思います。



☆電子レンジの利便性って？

「視覚」に頼らずに調理する時に、最も気を配らなければならない事の一つに「火の管理」があります。視覚障害の方の場合、調理で火を使う際には火元から離れることが難しくなってしまいます。

電子レンジは、温度調節がボタン一つでできる事や、あらかじめ時間が設定出来るため、うっかり焦げすぎたりすることはありませんし、調理時間を短くすることも便利な要素の一つです。訓練では、安全な熱源として音声で操作できる電磁調理器などの紹介も行っていますが、料理の内容に合わせて上手く電子レンジを組み合わせると、もっと料理が簡単に、手軽になるかも！？

☆電子レンジグッズ紹介

○魔法のお皿

特別な素材でできた陶器のお皿で、お皿の底がギザギザになっているため、余分な油が落ちて、焦げつきも防げます。野菜、魚、肉料理など色々なレシピに活用でき、そのままテーブルに出せるので後片付けも楽々です。

黒と白のお皿があるので、「お皿とお料理の色が似ていると見えづらい」といった悩みのある方は、お料理によってお皿の色を選ぶことも出来ます。

魔法のお皿を使った調理例

バジルチキン

(材 料)

鶏モモ(またはムネ)肉 1/2枚

塩・コショウ 少々

バジルペースト 小さじ1

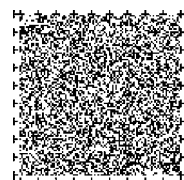
(作り方)

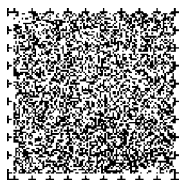
1. 鶏肉を一口大に切って、塩・コショウ・バジルペーストと混ぜ合わせる。
2. 魔法のお皿に移して、500Wで7分ほど加熱して完成。
(写真は、付け合わせにパプリカとブロッコリーを添えています。)



○シリコンスチーマー

最近、おしゃれな雑貨店やスーパーなど、どこでも見かけるようになりました。レンジでチンするだけで手軽に蒸し料理が出来ます。調理時間が短縮できる上に、容器が熱くなりにくいのが特徴です。おしゃれなデザインやカラーのものもあるので、そのまま食卓に並べても良いですね。





シリコンスチーマーを使った調理

豚肉とキャベツのヘルシー蒸し

(材料)

豚肉バラ 約100g

キャベツ 4分の1

塩・コショウ 少々

酒(白ワインでもOK) 小さじ1

レモン 2分の1

(作り方)

1. 豚肉とキャベツを適当な大きさに切る。
2. シリコンスチーマーの底にもやしを敷き、その上にキャベツと豚肉を交互に重ねて並べる。
3. 塩・コショウ・酒をまんべんなくふりかけ、薄くスライスしたレモンをのせる。
4. 500Wで10分ほど加熱して完成。



○その他

焼き魚シート

通常はグリルやフライパンで焼きますが、ひっくり返すことが大変だったり、後片付けも面倒です。焼き魚シートは、中に魚を入れて電子レンジでチンするだけで完成。洗い物や手間を省くことができます。焦げ目もついていて、焼き魚の風味を味わうことができます。

レンジでパスタなど

様々な名前で売られていますが、パスタなどの麺類を茹でる際に使う調理器具があります。一人分の量を少ない水で茹でることができて、とても便利です。とうもろこしを茹でたり、ゆで卵を作るものもあります。

利用者募集のご案内

自立訓練(機能訓練) 視覚障害

自立訓練(機能訓練) 頸髄損傷

就労移行支援

自立訓練(生活訓練) 高次脳機能障害

就労移行支援(養成施設)

<問い合わせ先> 国立障害者リハビリテーションセンター 自立支援局 総合相談課
〒359-8555 埼玉県所沢市並木4-1

TEL: 04-2995-3100 (代表)

FAX: 04-2995-4525 (直通)

E-mail: soudan@rehab.go.jp

