

自立支援局だより

(旧：更生訓練所だより)

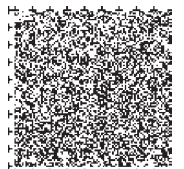


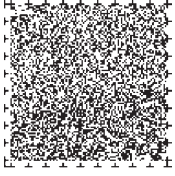
東京サロンオーケストラの演奏をバックに歌う自立訓練利用者

目次

第17号 2010.12発行

リハ並木祭開催される	2-5
シリーズ 理療教育の科目紹介Vol.5 自然科学概論／あん摩マッサージ指圧基礎実習Ⅱ	6-7
全国障害者スポーツ大会に参加して	8-10
就労支援セミナー開催	11-13
利用者募集	14





リハ並木祭開催される

総合相談支援部総合支援課 山本 ななせ

去る10月23日（土）、澄み渡った秋晴れの空の下、第31回リハ並木祭が行われました。

前日22日（金）の午後から開会式と内覧会が行われ、開会式では司会進行、開会宣言を実行委員長の菅野博幸さん（養成施設）が行い、和やかな雰囲気

の中で取り行われました。

翌23日（土）は、グルメストリートに沢山並んだ模擬店や、教室や講堂を利用した企画等で大いに賑わいました。その中から、各方面で活躍し、リハ並木祭を盛り上げてくれた利用者の感想を紹介します。



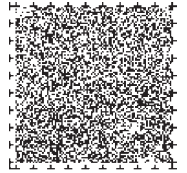
（将棋道場 代表 遠藤 晴之）

私は、病気で倒れて入院生活を送り、今までの生活とは一変しました。途方にくれていた時、テレビで将棋講座を見て、友人や上司と将棋を指していたことを思い出し、また将棋を指したいなと思いました。そして、今では生きがいといっても過言ではないくらい将棋バカになりました。今は、将棋好きを集めて、毎日のように将棋を楽しんでいます。最初は、自分たちが楽しめればいいぐらいの気持ちでリハ並木祭に企画を提出しましたが、興味をもってくれた方々の協力もあり、素晴らしい将棋道場になりました。

リハ並木祭当日は、壁に詰め将棋を出していたの

ですが、四十歳ぐらいの夫婦の方がみえて、旦那さんが解いていました。私が「簡単ですがちょっと凝った問題があり、それを解いたら参加賞を差し上げますよ」と言うと、旦那さんは「まかせろ」と意気込んで、奥さんも「頑張る」ということになったのですが、旦那さんが問題の前で固まってしまいました。どうにか問題が解けて参加賞を手にした時の二人の笑顔がとても良く、リハ将棋道場をやってよかったと思いました。来場者の笑顔が沢山あり、とても楽しいリハ並木祭になりました。

これからも国リハ将棋道場が続いていくことを願っています。



(リハ並木祭実行委員 開会式 司会担当 大貫 愛美)

リハ並木祭を終えて、私はさまざまな経験をしました。

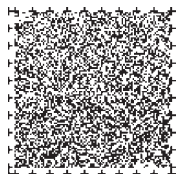
最初にリハ並木祭実行委員の仕事に任されたこと、そして会議に出席するというのが、私にとって初めての経験であり、大きな不安でもありました。6回あったリハ並木祭実行委員会全てに出席し、実行委員としての役割を果たすことが出来たと感じています。

次に、リハ並木祭実行委員として司会を任される

ことは、とても嬉しいことでしたが大きな緊張もあり、不安でしたが、練習を重ね、無事に終わり安心しました。

その先の仕事も、これから先、私に必要なことだと思いました。まだまだ学ばないといけないことがあると感じた並木祭でした。まだまだ自分自身の課題は残りますが、「リハ並木祭」は、とても楽しかったです。





(サロオケ 今井 輝美)

リハ並木祭当日は、天気にも恵まれ、沢山のお客様が来てくれました。

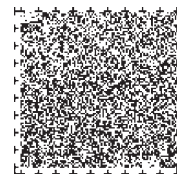
私は、色んな人と出会い、そこで会話やふれ合いがありました。私は、陶芸部で展示・販売・喫茶店を行いました。作品を買ってくれたお客さんが、笑顔で「ありがとう」と言ってくれた時は、うれしかったです。また、コーヒーやお菓子を食べながら交流出来たことも思い出に残っています。

リハ並木祭の中で、一番思い出に残ったのが、東京サロンオーケストラの方達の演奏で、山口百恵さんの「いい日旅立ち」を唄ったことです。東京サロンオーケストラの皆さんはとてもフレンドリーでした。リハーサルの時に、アドバイスしてもらい、ま

た音符にないメロディーを弾いてくれたりと、沢山助けてもらいました。おかげで、オーケストラをバックに唄う私の夢が叶い、本番では楽しく唄う事ができました。そして、会場みなさんとの大合唱は楽しく、笑顔で一緒に唄うことができ、とても盛り上がりました。

今年のテーマ「十人十色～自分の色を見つけよう」でした。このリハ並木祭で私が見つけた色はオレンジ(笑顔)と、グリーン(みんなの和)です。今年のリハ並木祭は、みなさんのおかげで大成功に終わりました。沢山の色の「ありがとう」が空に浮かんでいた日でした。





(自立訓練 柄澤 裕樹)

自分が参加した感想は、良い一日でした。

それは準備から本番まで、利用者と職員が力を入れて取り組んだから大成功だったからです。

ですが、自分としてはKさんありがとうございます。

入所した年なので、まったく解らないままでしたが自分なりに楽しくできたと思います。良かったのは、オーケストラをバックに「どんときも」をKさんと二人で歌って自分の番ではないときに手拍子

してみても周りの人たちから「良かったよ」と好評をもらえてうれしかったことです。

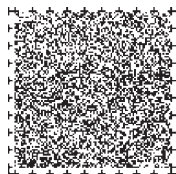
その他、当日までの計画をしっかりとやって成功したんだと思います。

そのため、自分の中での予想と違い売っていた焼きそばを完売しました。

一言、「良くできた。」という感じです。

今回、リハ並木祭に参加できてうれしく思います。





シリーズ 理療教育の科目紹介Vol.5

自然科学概論 / あん摩マッサージ指圧基礎実習Ⅱ

理療教育・就労支援部 理療教育課

◎ 自然科学概論

1 はじめに

自然科学概論の教育目標は「施術者として必要な諸分野の基礎的知識について学習し、物事を科学的に判断し、解決する能力と態度を習得する」です。

私たちがより良く生き、次世代、ひいては人類の発展に結びつくことを願いつつ、自然界の真実を探索するのが、自然科学です。

2 自然科学概論の構成

下図は、自然科学の構成を表します。この構成図を基に、他の科目との内容の重なりに配慮しながら、仮説検証の重要性を授業で説いています。

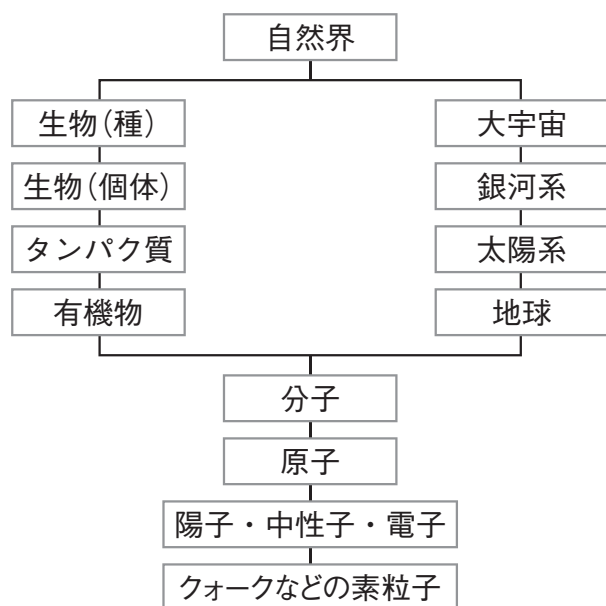


図 自然科学の範囲



写真 金属のイオン化傾向の実験風景

では、いろいろな陽イオンや陰イオンが関係しているので、原子はどのようにイオンになるのかを学びます。また、水や二酸化炭素などの簡単な分子からDNAまで、低分子が化学結合をしながら高分子化合物に合成されることを、理解していただく授業を展開しています。

電流の流れをメロディーやモーターの回転で感じとったり、DVDなどのAV機器を用いることもあります。映像が見られない方にも、聞いて理解しやすい教材を選定することで、説明している状況をイメージできるようにしています。

生物、地学、化学、物理、天文の各分野は互いに関係し合いながら科学的現象を作り上げています。各分野を関連させる必要があります。

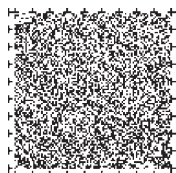
センターで学ばれる多くの方々は、社会経験が豊かです。その経験や体験を授業の中で周りの方々と共有できれば、お互いを刺激し合える授業になってゆくものと確信しています。

たとえば、液体窒素を用いた実験では、バナナを凍らせて板に釘を打ちつけたり、液体窒素がマイナス196℃の世界を持つということの意味をお伝えしました。成人の方々であっても、実験中のドキドキ

3 授業風景

授業では、原子の構造から、低分子、高分子化合物まで、又電解質と非電解質に関して、模型、実験、観察の方法を用いて理解を深めています。

細胞の構造や細胞小器官の機能



する体験から得るものは大きいものです。水道工事の仕事や、飲食店でシャーベットを作る時に使った、又病院で治療に使った経験談も飛び出し、自然科学が生活と結びついていることを再確認いただいております。

4 おわりに

どの科目においても、社会で必要となる論理的な思考力と、思考の過程や結論を的確に表現できる能力、深い洞察力を身につけることが肝要だと思います。

自然科学の学習も、諸分野と関連していることに配慮しながらできると良いなと思っています。

(文／本木 宏恵 青島 明男)

◎ あん摩マッサージ指圧基礎習Ⅱ

1 マッサージとは

基礎実習Ⅱは、マッサージ実技を習得する科目です。

マッサージとお聞きになると、理髪店や美容院、あるいは健康ランドで体を揉みほぐすのを思われる方が多いのではないのでしょうか。それもマッサージなのですが、ここでは、主に明治時代、ヨーロッパから紹介された手技療法を指しています。語源辞典によれば、マッサージは植民地支配をしていたフランス人がインドで使っていた言葉とされ、元はフランス語です。ヨーロッパに行かれて、現地の揉みほぐしの類を受けた皆さんは、どんなマッサージに出会われたのでしょうか。たいていの場合、施術者はオイルを使い、皮膚に直接触れていたのではないのでしょうか。その手技を日本の業界では軽く服を着た上で行う、伝統的な手技のあん摩と区別してマッサージと呼んでいます。

2 授業では

現在のヨーロッパでは殆ど使われなくなったパウダー（ベビーパウダーのような物）を、滑りを良くするために用い、その容器を携えて授業を行っています。

写真をご覧くださいますと、なんだか見たこと、受けたことのある光景ではないのでしょうか。そう、足裏マッサージでよくやる手技です。足首から膝の

方に向かって手を動かします。そうすると、酸素を手放した赤血球や乳酸のような老廃物を心臓に戻して体外への排泄を促します。授業ではこのような手技の訓練を腕にも背中にもします。

さらに、節々の動きが鈍くなった場合に関節の窪みに施すマッサージや、顔の筋肉が動かなくなった場合の顔面マッサージのトレーニングも行っています。

3 実践で役に立つ施術を

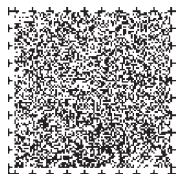
では、このような手技は、臨床の現場でどのように活用されてきたでしょう。例を紹介しますと、斜頸（先天的、後天的に首が曲がっていること）の赤ちゃんや、骨折後のむくみにマッサージが効果を挙げておりました。病院勤務のマッサージ師の中には、現在もその種の症状の改善を得意とする方々が、活躍されています。心臓の方に向かって水を流すという、この施術法の考え方は、きっと理教生の皆さんの役に立つはずですよ。

今後、マッサージが他の医療分野に比べて効果を上げる領域を拡げ、患者の皆さんのニーズに応える技として伝承されていくことが望まれています。

今日も利用者の皆さんは切磋琢磨しながら、マッサージの授業に臨んでいます。(文／松浦 武)



写真 マッサージの基本手技の練習



全国障害者スポーツ大会に参加して

自立訓練部 高橋 文孝

去る10月23～25日の3日間、「ゆめ半島 みんなが主役 花咲く笑顔」のスローガンのもと、47都道府県・19政令指定都市から選手・役員約5500人が集まり、第10回全国障害者スポーツ大会「ゆめ半島千葉大会」が開催されました。

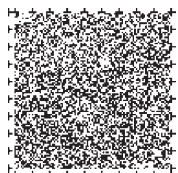
当センターから自立訓練利用者 中馬直大さん（陸上競技）及び高野義昭さん（フライングディスク）、就労移行支援利用者 常世駿嗣さん（フライングディスク）が代表選手として参加しました。

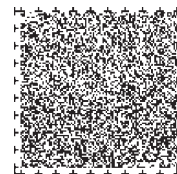
全国大会ならではの独特な緊張感が漂う中、日頃の練習の成果を十二分に発揮し、中馬さんはスラロームで1位（1分3秒8 大会記録）・100mで2位（43秒72）、高野さんはディスタンスで2位（40m 68cm）・アキュラシーで4位（6投）、常世さんはアキュラシーで1位（7投）・ディスタンスで3位（42m62cm）という好成績を挙げ、見事全員がメダルを獲得しました。

私は陸上競技のコーチとして参加しましたが、選手の競技開始前の緊張した表情や競技終了後の安堵の表情、メダルを獲得した際の歓喜の表情などを間近で見ることができ、自分自身も選手と同じように緊張し、安堵し、歓喜してしまいました。ひたむきに競技に臨む選手の姿を見て、スポーツのすばらしさを改めて認識するとともに、たくさんの感動やエネルギーをもらいました。

本大会は、障害のある方が競技等を通じてスポーツの楽しさを体験する場であるとともに、人との出会い・交流の場でもあります。選手の皆さんにとって、本格的な競技場で多くの声援を浴びながら競技できたこと、練習で流した汗、新たな出会いや別れなど、経験したすべてのことが今後生きていく上で自身の糧となることでしょう。また、いつまでもスポーツのすばらしさを忘れないでほしいと思います。

最後に大会参加にあたり、ご支援・ご尽力いただいた関係者の皆様に感謝申し上げます。





自立訓練（機能訓練） 中馬 直大

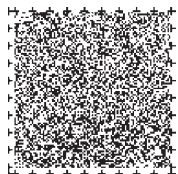
10月23日～25日にかけて千葉県で行われた全国障害者スポーツ大会に埼玉県代表として出場しました。私は、100m走とスラローム走の2種目に出場しました。大会2日目に、まず100m走に出場しました。結果は2位でした。休む間もなくスラローム走に出場しました。100m走の後ということもあり、体の緊張もとけ、良い状態で望むことができました。結果は1位でした。しかも大会記録という嬉しい結果でした。

私は、この大会に向けて8月から約3ヶ月間に渡って練習会や合宿をやってきました。夏の暑い日差

しの中、がんばって練習してきたことがこうやって実を結んだことをとても嬉しく思います。また、大会を通して、たくさんの人達と触れ合うことで、色々なことに気付かされるとともに、新しい発見にもつながり、自分自身が成長する機会となりました。

大会に参加するにあたってサポートしてくださった方々や貴重な体験をさせていただいたことに大変感謝しています。これからも、機能訓練に励み、早く社会復帰できるように日々頑張っていきたいと思っています。





自立訓練（生活訓練） 高野 義昭

10月23日から3日間、「第10回全国障害者スポーツ大会ゆめ半島千葉大会」に、新潟県選手団として、「フライングディスク」に出場してきました。競技は「アキュラシーディストリート・ファイブ」、「ディスタンスメンズ・スタンディング」2種目に出場することが出来ました。

今回の全国大会の出場は3度目ということで、これまでの大会ではいずれも力を出し切れず、悔いが残っていたので、今回は納得のいく競技をしようと思っ

て出場しました。結果、「アキュラシーディストリート・ファイブ」は4位、「ディスタンスメンズ・スタンディング」は銀メダルを獲得することが出来ました。

今回は、今までの大会と違い自分がどこで失敗するのか解っていて、その予防策を練習してきました。

その結果、3年目にして今回銀メダルを獲得することが出来ました。

メダルを獲得できたことはやはりうれしく、このような気持ちは大人になっても変わらないのだと実感しました。

あと、今回の大会の参加にあたり、指導していただいた方にも感謝します。

リハセンターでの訓練は始まったばかりですが、今回の経験を生かし今後の訓練にも取り組んでいきたいと思います。



就労移行支援利用者 常世 駿嗣

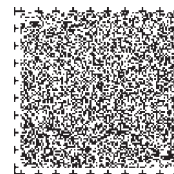
国体は、フライングディスク（FD）の埼玉県代表として今年で3年連続出場しました。今年は、開催県が千葉だったので、大勢の応援が来てくれました。期待に応えるかのように、メダルを2個獲得するこ

とができました。

来年の目標は、今夢中になっているアーチェリーで、国体に出場することです。大きな目標は、パラリンピック！ 頑張ります。

就労支援セミナーを開催しました

理療教育・就労支援部就労移行支援課就労相談室



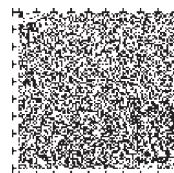
猛暑の夏がようやく終わりを告げ秋の便りが聞こえ始めた9月29日、本館大会議室において就労移行支援利用者を対象とした就労支援セミナーを開催いたしました。このセミナーは、例年秋の就職面接会シーズンを前に、障害者雇用積極的に取り組まれている企業の人事担当者や企業等で現に就労されている修了者等を講師にお招きして、企業はどのような人材を求めているのか、就労に際してどこがけておくべきことは何か、就職活動にはどのように取り組んだらよいのかなどについてそれぞれのお立場からご講演をいただき、利用者の方々に進路検討や就職活動等の参考にしていただいているものです。

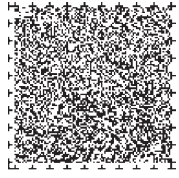
今年度は、障害者雇用を担当されているお立場から(株)富士薬品ユニバーサルネット総務部次長高木恒夫様、当事者のお立場から太陽生命保険株式会社所沢支社の高橋香奈様を講師としてお招きいたしました。セミナーには、就労移行支援利用者のほか、自立訓練利用者、職員を含め、昨年度の60名を大きく上回る81名の参加者がありました。

はじめに、高橋香奈様からご講演をいただきました。高橋様は、平成19年から平成21年まで当センターの就労移行支援(第4就労支援室)で訓練を受けた後、現在勤務されている太陽生命保険株式会社所沢支社に採用となりました。今でこそ、会社でなくてはならない社員として忙しく仕事をされている高橋様ですが、就職に至るまでの道のりではいろいろなご苦労があり、そのなかで学んでこられたことを後輩である利用者の方々に伝えて下さいました。一つは、就職活動に際して複数の選択肢や場合を想定しながら就職活動表を実際に書き出してみたこと。これによって、あれもこれも考えて混乱しがちな自分自身の気持ちを整理し、第三者にも自分の考えを伝える際の手段として役立てることができたことでした。もう一つは、履歴書を何社にも郵送したものの、いずれも採用に至らなかった経験か

ら、書類選考を行う会社は就職活動の対象からはずし面接選考のみという会社に絞って応募されたこと。これは、書類では自分の意欲が伝わらない、面接であれば直接企業にやる気を伝えられると考えられたからだそうです。この作戦が功を奏して採用になったのが現在の会社です。さらに、採用後の職場での経験から、就労する上で大切な3つのポイントを提示して下さいました。①「職場での人間関係、コミュニケーション」まずは、自分から挨拶をすること、相手の言っていることを理解しようとする姿勢が大切であること。②「ビジネスマナー」正しい言葉遣いができること、相手にわかりやすく伝えることが大切であること。③「目標をもってチャレンジ」職場で様々な資格取得にチャレンジし、仕事の幅を広げてこられた高橋様ならではの説得力のある助言で講演を締めくくって下さいました。

つづいて、(株)富士薬品ユニバーサルネットの高木様からご講演をいただきました。(株)富士薬品ユニバーサルネットは、(株)富士薬品の特例子会社として平成20年に設立、関東圏に展開するドラッグストア「セイムス」各店舗からの返品作業を一手に担い障害者雇用を実現しています。高木様は、同社にあって障害者採用担当の責任者のお立場にあります。また、株式会社西友の特例子会社である西友サービスの管理部門長、埼玉県障害者雇用サポートセンター企業支援のアドバイザーを歴任されてこられたご経験から、社会動向や企業側の考え方も踏まえながら障害者雇用の実際についてわかりやすくお話し下さいました。その上で、企業が求める人材について、①正しい言葉遣いや自分から挨拶ができること、感謝や謝罪等の言葉が自然に出てくること、②素直でまじめに取り組めること、③やる気があること、④根気があること、⑤決められた時間に出勤ができるように健康管理ができることの5点をあげられま





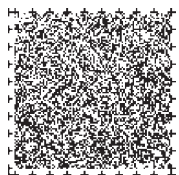
した。また、就労後につまずいたり、退職に至った事例をみてこられた経験から、障害や不得手なことも含めて自分をしっかりみつめた上で就労に向けてチャレンジしていくことが何よりも重要であることを強調されました。

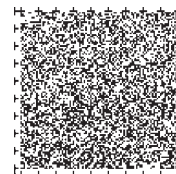
両講師のご講演後、質疑応答の時間を設けさせていただきましたが、多くの質問が寄せられ就職活動に対する関心の高さをうかがうことができました。当事者の立場から実体験に基づいた説得力のあるご講演と、採用する企業側の立場から厳しくも力強いエールのメッセージが込められたご講演をいただい

たことで、今後の就労に向けて何らかのヒントを得ていただけたものと期待いたしております。

今回の就労支援セミナーについて、利用者の方々からのアンケート結果を一部掲載させていただきました。今後とも、就労相談室ではアンケート結果なども踏まえながら、こうした就労支援セミナーを定期的で開催し、就労に向けた支援をすすめてまいりたいと考えております。

最後に、お忙しい中にもかかわらず快く講師をお引き受けいただいた高木様と高橋様に、心より御礼申し上げます。





就労支援セミナーに関するアンケート結果

1. 本日のセミナーを聴いて、これからのご自分の就職活動の参考になったことはどのようなことですか？（複数回答）

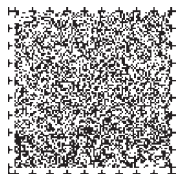
職種の選び方	14 (29.8%)
企業の選び方	12 (25.5%)
就職活動の進め方	25 (53.2%)
面接の受け方	13 (27.7%)
就職のために身につけておくべきこと	15 (31.9%)
企業が求めていること	23 (48.9%)
その他	14 (29.8%)

2. 本日のセミナーを聴いて、これからの自分の訓練や就職活動で身につける必要があると感じたことはどのようなことですか？（複数回答）

挨拶や言葉遣い、連絡・報告などの職場での基本的なマナー	32 (68.1%)
職場の人達と上手にコミュニケーションを取っていくこと	28 (59.6%)
身だしなみ	14 (29.8%)
職業に必要な技術	19 (40.4%)
面接の受け方	18 (38.3%)
その他	16 (34.0%)

3. これからこのようなセミナーで聴きたい内容はどのようなことですか？（複数回答）

製造系など別の職種で働いている人や企業の方の話	11 (23.4%)
ハローワークや職業センターなどの就職を支援する機関の人の話	23 (48.9%)
就職後の生活面に関すること（一人暮らしのことなど）	18 (38.3%)
職業の選び方、面接の受け方などについて	20 (42.6%)
会社での人間関係の保ち方について	12 (25.5%)
その他	10 (21.3%)



利用者募集のご案内

当センターでは、生活の幅を広げたい方や、就労を目指す方を随時募集しています。

それぞれ下記のサービスを実施しておりますので、利用を希望される方は、総合相談課までお問い合わせください。

1 当センターが提供する施設障害福祉サービス

サービスの内容	対象者	定員	利用期間	サービス内容
昼間実施サービス	自立訓練 (機能訓練)	40名	18ヶ月以内 (頸髄損傷による四肢の麻痺その他これに類する状態にある方は最大3年間)	<ul style="list-style-type: none"> ・移動訓練(歩行訓練) ・日常生活訓練(日常生活技術・各種機器操作等) ・コミュニケーション訓練(スクリーンリーダー操作、IT機器操作等) ・ロービジョン訓練(視覚補助具、光学的補助具の利用等)
	重度の肢体不自由 (主に頸髄損傷等による四肢麻痺)のある方で、リハビリテーションの訓練効果が期待できる方			<ul style="list-style-type: none"> ・医学的支援、看護、介護 ・理学療法 ・作業療法 ・運動療法 ・自動車訓練 ・職能訓練
	自立訓練 (生活訓練)	20名	24ヶ月以内	<ul style="list-style-type: none"> ・生活リズムの確立(週間プランニング、日課時限管理等) ・生活管理能力の向上 ・社会生活技能の向上(日常生活訓練、移動訓練等) ・代償手段の獲得・作業耐性の向上
	就労移行支援	100名	24ヶ月以内	<ul style="list-style-type: none"> ・職業準備訓練 ・職場体験訓練 ・技能習得訓練(機械製図、電気・電子、織物、一般事務、経理事務、事務補助、クリーニング等) ・実習 ・就労マッチング支援(職場開拓、就職活動、フォローアップ等)
就労移行支援 (養成施設)	視覚に障害がある方で、資格を取得することで就労または自立が見込まれる方	170名	3年または5年	<ul style="list-style-type: none"> ・あん摩マッサージ指圧師・はり師・きゅう師の国家試験受験資格取得に向けた学習 ・就労マッチング支援(職場開拓、就職活動、フォローアップ等)
施設入所支援	昼間実施サービスの利用者で、通所困難な方。	340名	昼間実施サービス提供期間内	<ul style="list-style-type: none"> ・宿舎の提供 ・食事の提供 ・生活援助

2 利用開始日

就労移行支援	概ね毎月1回
自立訓練 (機能訓練・生活訓練)	概ね毎月1回
就労移行支援 (養成施設)	毎年度4月上旬

〈利用に関するお問い合わせ〉

〒359-8555

埼玉県所沢市並木4-1

国立障害者リハビリテーションセンター 総合相談課

TEL: 04-2995-3100 (代表)

FAX: 04-2992-4525 (総合相談課直通)

Email: soudan@rehab.go.jp

HP: www.rehab.go.jp/index.html

※見学、相談は随時予約受付しております。

