

# 自立支援局だより

第47号 2022. 10発行

## 生活訓練体育祭

生活訓練課

自立訓練（生活訓練）では、令和4年6月3日（金）、グループワークのプログラムとして「生活訓練体育祭」を開催しました。室内で安全に取り組んでいただけるよう新型コロナ感染防止策を講じながら、赤、青、黄色のチームに分かれ、新聞紙玉入れ、ピンポン玉リレー、ピラミッドじゃんけん、3種目の競技を行いました。

チームで協力しながら、楽しんで競い合う利用者の皆様のご様子が印象的でした。結果は赤チームの優勝でしたが、訓練の振り返りでも、皆さんの有意義な感想が多く挙げられました。

### ♪ 利用者さんの声 ♪

自立訓練（生活訓練） 佐藤 治さん

最初の競技は玉入れでした。新聞紙を使って玉の製作から始めました。見本を元に皆で作りましたが、それぞれ丸め方や大きさが違い、ここからもうワクワクしながら戦いが始まりました。いよいよ競技開始、椅子に座り、テーブルの真ん中に置かれたかごを目がけチーム皆で投げます。しかし、これが思っていたよりもなかなか入らず、自分の目の前に転がってきた玉を一生懸命拾いながら投げました。タイムアップとなり、皆で他チームのかごの中を気にしながらドキドキし、職員の掛け声に合わせて玉を数え決着しました。勝ったチームも負けたチームも笑顔で戦いを振り返りました。

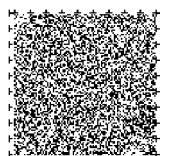
次は玉リレーです。キャスター付きの椅子に座り卓球のボールを載せたスプーンを持って進みます。チームのメンバーがスプーンからスプーンにボールを移し替えながら速さを競い、お互い運ぶ時の優しさを感じながら集中力を



新聞紙玉入れ

### 音声コード掲載版

この冊子には、音声コード（Uni-Voice）が奇数ページは右下、偶数ページは左下に印刷されています。



使ったすごく楽しい競技でした。皆で応援し合いながら大盛り上がりでした。

そして、ピラミッドじゃんけんは、守備チームが1列目3人、2列目2人、3列目1人になってピラミッドを作り、攻撃チームを待ち構えます。攻撃チームは、1人ずつ進み、1列目の人とじゃんけんをして勝ったら2列目に、また勝ったら3列目の最後のボスとじゃんけんをします。ボスとじゃんけんをして勝ったら得点が入り、負けたらスタートラインに戻ります。攻撃チームの自分の仲間を応援しながら、列になって待ち構えている守備チームでじゃんけんが強いのは誰なのかメンバー皆で見ておき、状況判断をして誰とじゃんけんをするか作戦を練りながら進めていくので、盛り上がりすごく面白かったです。

3種目それぞれチームで話し合い作戦を考え、その場でアドバイスをしたり聞いたりと意見を出し合いながら相手チームと競い合いました。生活訓練の利用者、職員、全員で競うだけでなく、助け合い学びながら取り組むことができた楽しい体育祭でした。文責／木戸晶子



ピラミッドじゃんけん

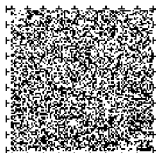
## インドアスポーツ大会開催

肢体機能訓練課

自立訓練（機能訓練）では、令和4年6月2日（木）、所内レクリエーションの一環として、第2回インドアスポーツ大会を開催しました。これは、今年度のリハ体育祭が新型コロナウイルスの影響により中止となったため、その代替として企画したものです。マスクの着用や換気、ハンドリムの消毒等、徹底した感染症対策を行い、種目についても密集しないようなプログラムにしました。

自立訓練（機能訓練）の利用者は、頸髄損傷等の四肢麻痺のある方がほとんどで、日常生活では車椅子を使用しています。学校の体育祭で行うような競技種目をそのまま実施することは難しく、ルールについては工夫した種目を立案し、紅白に分かれて計9種目行いました。

競技の結果、白組が最終種目の「全員リレー」で逆転し、優勝カップを手に入れました。車椅子を素早く漕ぐことや細かな操作技術など、日々のリハビリテーション体育の訓練成果を披露することができました。また、職員も一緒に競技を楽しみ、「あらためて車椅子でスポーツをすることの難しさ」を実感し、利用者との交流を深めることができました。利用者の皆さんからも「もっとこの様な機会を増やして欲しい」、「日頃と異なる皆の表情をみられた」等の声があがりました。新型コロナの影響で体育館を気軽に利用する



ことができず、以前のように外部の方々と関わる機会も絶たれてきましたが、今回のインドアスポーツ大会を通して、それらのストレスも解消することができたかと思います。1日も早く以前のような生活が送れるようになる事を切に願います。文責／新津貴史

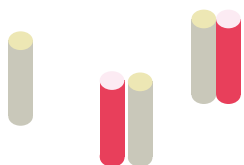
### ピラミッドじゃんけん

ピラミッド型に並んだ守備に対して、攻撃側が走っていき、じゃんけんをします。勝てば先に進み、負ければ戻ります。3回続けて勝てば1点、4回勝つと6点取ることができます。7人対7人で実施しました。



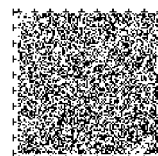
### スラローム

コース上に置かれた障害物の間を、前進・後進で触れないように通過しながらゴールに到達したタイムを測定。チームの合計タイムで競いました。



### フリースロー対決

高さ 1.2m のゴールにシュート。シュート場所は残存機能などに応じて、事前に決めておきました。PK 戦の要領で行いました。



# 発達障害について

発達障害支援室

◆発達障害とは？（厚生労働省 HP [https://www.mhlw.go.jp/kokoro/know/disease\\_develop.html](https://www.mhlw.go.jp/kokoro/know/disease_develop.html)）

最近、発達障害という言葉を目にする機会が多くなりました。メディアにも登場するようになり、発達障害のある方がドラマの主人公になったり、新聞や雑誌で発達障害の特集が組まれたりすることが増えました。ただ、「発達障害とは、どういった障害なのか」正しい理解はなかなか得られていないのではないのでしょうか？世間的には、「空気が読めない」、「コミュニケーションが苦手」など、ネガティブなイメージを持つ方が多いのかもしれませんが。発達障害は、怪我などと違い、見た目では誰かが判断できるようなものではありません。今回の記事が、発達障害に対する理解の一助となれば幸いです。

はじめに発達障害の定義についてお伝えします。発達障害の定義は、発達障害者支援法という法律の第2条に記載があります。

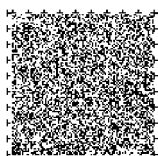


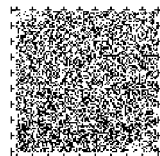
## 【発達障害者支援法 第2条】

この法律において「発達障害」とは、自閉症、アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害、学習障害、注意欠陥多動性障害その他これに類する脳機能の障害であってその症状が通常低年齢において発現するものとして政令で定めるものをいう。

発達障害には、自閉スペクトラム症、注意欠如・多動症 (ADHD)、学習症 (学習障害)、チック症、吃音などが含まれます。これらは、本人の努力不足などの問題があるわけではなく、生まれつき脳の働き方に違いがあるという点が共通しています。同じ障害名でも特性の現れ方が違ったり、いくつかの発達障害を併せ持ったりすることもあります。(下記の表を参照)

発達障害	主な特性
自閉スペクトラム症 (ASD)	コミュニケーションの場面で、言葉や視線、表情、身振りなどを用いて相互的にやりとりをしたり、自分の気持ちを伝えたり、相手の気持ちを読み取ったりすることが苦手です。また、特定のことに強い関心をもっていたり、こだわりが強かったりします。また、感覚の過敏さを持ち合わせている場合もあります。
注意欠如・多動症 (ADHD)	発達年齢に比べて、落ち着きがない、待てない (多動性 - 衝動性)、注意が持続しにくい、作業にミスが多い (不注意) といった特性があります。多動性 - 衝動性と不注意の両方が認められる場合も、いずれか一方が認められる場合もあります。
学習症 (LD)	全般的な知的発達には問題がないのに、読む、書く、計算するなど特定の学習のみに困難が認められる状態をいいます。





発達障害の診断が可能なのは、医師（精神科医、心療内科医、小児科医等）のみとなります。発達障害の診断を受ける場合は、診断可能な（専門の）医療機関を受診する必要があります。最近では、検査や診察を希望する方が非常に多くいるとのことですが、検査等が可能な医療機関にも限りがあるため、予約することが難しい状況にあるようです。

ここ埼玉県では、『発達障害医療機関リスト』が、県のホームページで公開されています（内容については、定期的に更新されているとのこと）。

### 発達障害医療機関リスト（『発達障害医療機関リスト』埼玉県 HP アドレス）

<https://www.pref.saitama.lg.jp/b0614/iryoukikanrisuto.html>

#### 就労移行支援について

発達障害支援室では、障害者総合支援法に定めのある就労移行支援を、埼玉県の指定を受けて実施しています。

#### 発達障害支援室設置の経緯について

平成 20 年度からモデル事業として取り組み、平成 24 年 10 月から就労移行支援事業において発達障害者の支援を開始しました。その後平成 25 年 4 月より、就労移行支援課に発達障害支援室が設置されました。

#### 発達障害支援室の支援について

発達障害支援室では、『①就労意欲がある、②通所が可能である、③発達障害の診断がおりている、④市区町村から「障害福祉サービス受給者証」を交付されている』方を、利用の対象とした就労移行支援事業を実施しています。

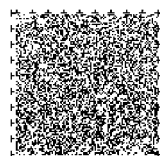
「就職する前に自分の特性を知りたい」、「自分の特性に合った長く働ける就職先を探したい」など、それぞれのニーズと障害特性に合わせた個別支援計画を作成し、就職に向けた計画的な支援をしています。

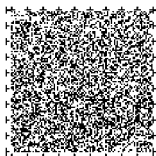
当室では、10 代後半から 30 代くらいまでの方を中心とした支援実績があります。これまで、一人ひとりの希望を聞きながら、障害特性に合った就職ができるように支援してきましたが、訓練を進めていく上で必要不可欠なことは、ご本人自身の「働きたい」、「就職したい」という強い気持ちです。

#### 発達障害支援室のリーフレットについて

今年度は、発達障害支援室の取り組んでいる内容を、リーフレットとしてまとめました。近隣の相談支援事業所など関係機関を訪問した際に配布しております。現在、利用者を募集しているところです。発達障害支援室の詳細をお知りになりたい方や、サービス利用に向けて相談を希望される方は、自立支援局総合相談課までお願いします。

文責／徳山博之





# 自立支援局の食事提供に関する取り組みについて

総合支援課、栄養管理室

自立支援局では、365日集団給食による食事を提供しています。今回は利用者のみなさまの健康管理にも配慮した安全・安心な食事提供に向けて、自立支援局がどのような取り組みを行っているか紹介します。

## 1. 栄養相談

利用開始が決まった際には、食事にかかる情報（制限食、アレルギー等）を伺って、利用開始日から医師による食事箋に基づいた食事が提供できるようにしています。

利用開始後のオリエンテーションでは、サービスごとに健康管理室の看護師による健康調査及び管理栄養士による食生活調査を実施して、

利用者のみなさまの健康状況の確認や食事に関する聞き取りなどを行い、その後の健康管理、食事提供に反映させるように工夫しています。健康管理支援や栄養相談・指導が必要な方には、担当ケースワーカーと担当看護師、管理栄養士で協力しながら個別に取り組んでいます。

これらの取り組みのほか、管理栄養士が利用者のみなさまからの食事に関する相談に個別に対応したり、必要に応じて栄養士からも声をかけたり、食事や健康管理に関する相談を随時行っています。

実際に栄養相談を受けている利用者からは、「自分にとってカロリーのコントロールやいろいろな栄養素を偏りなく摂ることが大切だと分かった」といったご意見もいただいています。

## 2. 満足度調査

食事の質の向上を目的に、年に1～2回の頻度で食事に関する満足度調査を実施しています。調査結果は、利用者のみなさまにお伝えし、いただいた意見が食事サービスに反映できるように取り組んでいます。

## 3. 行事食等の特別献立

お正月やクリスマスなど毎月、行事にちなんだ食事を提供しています。また、各利用者のみなさまの誕生日や利用終了の時にはケーキなどをつけるサービスをしています。

## 4. 給食会議

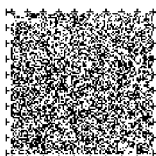
自立支援局内で2か月に1回の頻度で給食会議を開催しています。各サービスの主任や看護師、管理栄養士とで、健康管理支援の状況や食事の提供状況等の意見交換や情報共有を行っています。

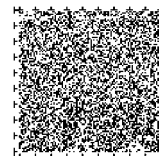
利用者のみなさまの健康管理にも配慮した安全・安心な食事提供を継続していくために、今後も上記の取り組みを継続していくとともに、利用者のみなさまの声も聞きながら、給食サービスの充実に努めてまいります。

文責／納富祐輔、内山久子



栄養相談の様子





# 生理学

理療教育課

当センターの理療教育は、視覚に障害のある利用者に対して、あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師の国家資格取得を目的とした就労移行支援(養成施設)です。利用者は、専門課程で3年間、高等課程で5年間または3年間の授業に参加し、単位を修得することで卒業または修了と同時に国家試験の受験資格が得られます。授業は、それぞれの課程で、学科科目と実技実習の授業がカリキュラムに沿ってクラス単位で行われています。

生理学は、学科科目で両課程とも1年次と2年次に配当されており、2年間かけて学びます。

生理学にあたる「フュシオロギア」physiologia というラテン語は「フュシス」physis (自然、体の意)と「ロゴス」logos (ことば、学問の意)というギリシア語に由来しており、フランスの医師・生理学者であるジャン・フェルネルによって導入された概念とされています。

生物が生きていく仕組みを「機能」の観点から解き明かす学問で、種々の構造を持った沢山の分子がどのように協調して細胞の生命現象を維持しているのか、多様な特徴を有する細胞が集まって一体の人間となるために必要な関係はどのようなものが、それを解き明かすことが生理学の役割です。

具体的には1年次に循環、呼吸、消化、体温調節、排泄などの仕組みについて、2年時に、内分泌、神経、運動機能、感覚などのメカニズムについて学習します。

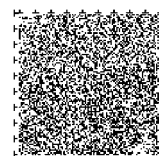
なぜ施術者になるために生理学を学ぶのでしょうか。人体を自動車のような機械に例えてみれば解ると思います。車がうまく動かないのは、人に例えるなら病気と同じようなものです。うまく動かない原因として、パンクのような構造やガス欠のような機能の異常があります。車を動かす構造と機能を正しく理解しなければ、修理することはできません。ですから構造を学ぶための解剖学と、機能を理解する生理学は、施術者にとって必要不可欠な基礎的知識といえます。

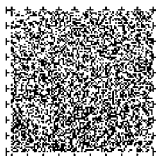
身体に起こる変調の仕組みを理解し、それによって現れる様々な症状を把握することで、患者さんの訴えから治療の方針を導くことができるようになります。

文責／滝 修



授業で使用している触れてわかる血液成分模型





# 利用者募集のご案内

## 視覚障害のある方の自立した生活に向けて

### 自立訓練（機能訓練）

視覚障害により日常生活や就労等を目指す上で困っていること等がある方に対し、白杖を使用した歩行訓練や日常生活訓練、学習や就労等で活用可能な ICT 機器、再生等の操作方法習得のための訓練等を提供しています。

### 就労移行支援（養成施設）

国家資格である「あん摩マッサージ指圧師、はり師、きゅう師」の資格取得を目指し、授業（講義、実技実習、臨床実習等）の提供のほか、資格取得後の就労に向けた支援を提供しています。

## 頸髄損傷等の方の自立した生活に向けて

### 自立訓練（機能訓練）

主に頸髄損傷等による重度の肢体不自由の方が地域や家庭、職場などで補装具や自助具の活用や環境を調整することによりできる動作を身に付け、より充実した社会生活を送ることができるよう、理学療法、作業療法、リハビリテーション体育、職能訓練等の訓練を提供しています。

## 高次脳機能障害のある方が自分らしく暮らすために

### 自立訓練（生活訓練）

高次脳機能障害に伴う記憶障害、注意障害、遂行機能障害等による生活課題に対し、メモリーノート等の代償手段の活用によりスケジュール管理等の生活能力を高められるよう、個々の生活状況に応じて支援します。個別又は集団で訓練を提供しています。

## 障害のある方の「働きたい」を支援します

### 就労移行支援

就労が見込まれる主に身体に障害のある方、高次脳機能障害のある方、発達障害のある方に、一般就労や復職に向けて、就労のための技能習得（事務、作業等）及び模擬的な職場体験訓練を提供しています。就職活動に向けては、職場見学や職場実習のほか、履歴書の作成や面接練習なども実施し、面接会の同行等の就職活動も支援しています。

※遠方のため通所で上記サービスを利用することが困難な方には、施設入所支援（宿舎）を提供しています。発達障害の方は通所利用のみです。

**<問合せ先>** 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：04-2992-4525（直通）

E-mail：rehab-soudan@mhlw.go.jp URL：http://www.rehab.go.jp/

※利用相談は平日（月～金 8:30～17:15）受け付けています。

※施設利用申込書（様式）は当センターホームページからダウンロードできます。

