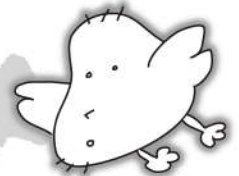


NPO:法人りあん
地域生活
サポートセンター

ぬぶぼん



フリースペース こて 誕生!

前回冬号でもお伝えした通り、じゅぶの1階事務所を改装し、リニューアルオープンしました!

「じゅぶ?なにそれ?」なんて人たちとも、楽しくつながれる場所になってほしいです。

早くも第1弾のイベント「音屋紙零工房」による生音紙芝居が開催されました! 「使ってみたいわ」という方、お気軽にお問い合わせください!



音屋紙零工房は、「こて」を拠点に毎週金曜日午後活動されています。興味のある方覗いてみてください! 毎週、SHOWROOMにて『日暮れどきミニライブ』をおこなったり、YouTubeで新作を公開しています。是非チャンネル登録お願いします♪

おとやかみぜろこうぼう

音屋紙零工房

検索



- 2019年度 事業報告および収支報告
- 日中一時支援始めました!
- フリースペース始めました!
- お世話になった皆様
- 近況
- ゆるがせ通信
- さちこがゆく!
- やっかいな自我
- 気になるもの紹介
- 言葉について
- ふじたん家のあれこれ
- オンライン飲み会
- じゅぶ川「今伝えたい事」
- あとがき

特定非営利活動法人りあん

地域生活サポートセンターじゅぶ通信「ぬぶぼん」

第31号 2020年9月



2019年度 事業活動収支計算書

2019年4月1日～2020年3月31日 (単位:円)

	2019年度予算額	2019年度決算額	差異	備 考
収 入				
会費収入	60,000	42,000	-18,000	
会費収入	60,000	42,000	-18,000	団体1 個人20
助成金収入	782,656	236,680	-545,976	
助成金収入	782,656	236,680	-545,976	市より相談事業家賃補助
事業収入	108,005,000	108,545,098	540,098	
居室支援事業収入	82,600,000	85,287,078	2,687,078	居室・重訪・同行援護・行動援護
外出支援事業収入	14,100,000	13,162,120	-937,880	各市 移動支援事業
相談支援事業収入	4,800,000	4,801,526	1,526	市委託費・認定調査・計画作成
福祉輸送事業収入	2,140,000	2,261,474	121,474	
私の居室支援事業収入	10,000	14,600	4,600	ちゅぷ利用2件
研修開講事業収入	130,000	100,000	-30,000	重度訪問介護研修受講料
シェアハウス事業収入	2,785,000	2,918,300	133,300	家賃・共益費・体験利用料
日中一時支援事業収入	1,440,000		-1,440,000	
雑収入	45,000	52,006	7,006	
雑収入	45,000	52,006	7,006	外部講師料・預金利息
事業活動収入計	108,892,656	108,875,784	-16,872	
支 出				
人件費支出	86,111,597	85,705,490	-406,107	
役員報酬	3,452,600	3,452,600	0	現場役員報酬
給与手当	62,060,000	61,756,178	-303,822	常勤・非常勤・パート
賞与	10,600,000	10,161,812	-438,188	常勤5ヶ月分 パート1ヵ月分
通勤費	2,850,000	2,333,385	-516,615	常勤・非常勤
法定福利費	7,148,997	8,001,515	852,518	社会保険・労災保険・雇用保険
事務費支出	1,450,000	1,259,565	-190,435	
福利厚生費	950,000	971,784	21,784	退職金共済・健康診断など
研修費	400,000	251,794	-148,206	外部研修受講料、交通費
諸会費	100,000	35,987	-64,013	各団体加盟会費など
事業費支出	19,173,418	19,176,791	3,373	
旅費交通費	250,000	205,656	-44,344	電車・有料道路・駐車場代
消耗品費	1,000,000	1,269,843	269,843	事務用品・衛生用品
印刷製本費	200,000	202,577	2,577	記録表・通信・封筒・名刺
水道光熱費	1,050,000	906,346	-143,654	水道・電気・ガス・灯油
広告費	300,000	360,128	60,128	広告・ホームページ管理費
車両費	950,000	1,251,117	301,117	車検・点検・タイヤ・修理
燃料費	1,400,000	1,360,007	-39,993	ガソリン代
通信運搬費	830,000	647,458	-182,542	電話・ネット通信費・郵便
会議費	70,000	65,619	-4,381	会場代、お茶代
新聞図書費	15,000	20,055	5,055	書籍・DVD購入
手数料	150,000	278,237	128,237	振込手数料
損害保険料	1,150,000	1,162,375	12,375	自動車・福祉サービス・火災
賃借料	8,394,200	8,656,280	262,080	事務所・駐車場・シェアハウス
租税公課	150,000	143,150	-6,850	固定資産・軽自動車・印紙
リース料	990,000	779,509	-210,491	プリンタ・介護請求ソフト
食料費	100,000	107,529	7,529	研修用食材
支払報酬	1,600,000	1,567,637	-32,363	労務・会計・セコム・講師・リフト
交際費	100,000	20,764	-79,236	
修繕費	30,000	0	-30,000	
雑費	0	172,504	172,504	
予備費	444,218	0	-444,218	
減価償却費	2,157,641	2,244,041	86,400	
減価償却費	2,157,641	2,244,041	86,400	車両 設備 器具
事業活動支出計	108,892,656	108,385,887	-506,769	
事業活動収支差額	0	489,897	489,897	
法人税・住民税及び事業税	72,200	146,531		
当期正味財産増加分	-72,200	343,366		
前期繰越正味財産額	35,167,842	35,167,842		
次期繰越正味財産額	35,095,642	35,511,208		

■全体の状況

予定していた通り、これまでの事務所の隣のテナントを、年度途中より新たに賃貸契約した。事務所を隣に移し、10月～3月にかけて改修工事を実施した。トイレは広くなり、1階で皆が集まれるようになり喜ばしいが、完成した頃から新型コロナウイルスの感染予防が必要な状況となり、今のところ活用は少ない。

秋～冬にかけて、傷病による休業が重なり、2月から3月にかけて、複数名の退職があり、年度後半通じて人員の状況は厳しかった。なお、2020年4月に常勤1名の採用が決まっており、育休中の2名については、2020年4月に復職予定であり、次年度は体制が整う見込み。

それもあり、予定していた日中一時支援事業の開始については、遅れており、2020年6月に開始する見込みである。

■居宅支援事業・外出支援事業

従来の障害福祉サービスに加えて今年度7月より、65歳になり介護保険に移行した後も、利用が継続出来るよう、介護保険法における共生型訪問介護の指定を受けた。1名の利用がある。

必要に応じて、24時間、365日の支援を実施している。日常的な生活の支援はもちろん欠かせないが、それだけでなく、趣味の活動の支援、旅行の支援など、様々な部分で関わる事が出来た。利用者数は増加し、過去最多となっているが、利用時間数は同程度に推移している。

従業員数(実働)	(人)
	月当たり
常勤ヘルパー	7～9
パート	1～2
非常勤ヘルパー	54～61
休職(産・育)	2～4

利用者数(人)	(人)
	月あたり
大津市	57～67名
その他県内	19～23名
県外	1名
合計	73～83名

・グループ支援のみの利用は人数にカウントしていない。

利用時間数(時間)	(時間)
	合計
身体介護	1,914
家事援助	518
通院介護	313.5
行動援護	201
同行援護	440
重度訪問介護	21,028
移動支援	4,933.5
介護保険	93.5
合計	29,441.5

■相談支援事業

新たな依頼もあるが、対応し難い状況となっている。市内の相談員が不足している状況自体を市全体の課題として訴えている。相談内容としては、申請書の書き方が分からないというような軽微なことから、住まいや相続など、重大な相談事まで、多岐にわたる。当方で解決出来ない件については、専門機関との連携で対応している。

■研修開催事業

より多くのヘルパーを確保するため、重度訪問介護従業者養成研修を開催した。従前より、講師・講師補助として障害当事者の協力を得ており、講義、実習共に、より実践的な内容になるよう検討を重ねつつ、幅広い障害当事者の協力を得ながら、実施している。

■シェアハウス運営事業

一昨年度より運営を開始したシェアハウスであるが、年度途中で1名退居され、4部屋中3名となっている。以前より入居を希望されている方があり、体験を経て入居となる見込みだが、新型コロナウイルスの影響で体験を中断している。体験室については、年度途中より、長期に渡った体験利用が続いている。

■ 広報・啓発事業

昨年度に続き「地域の方に障害者の生活を知ってもらい、身近に感じてもらうこと」を目的に、「当事者が語る人権セミナー」を地域一般向けに開催した。今年度は「障害者の『わがまま』が社会を変える」をテーマとして、昨年、実話にもとづく障害者とボランティアの自立生活を映画化し、大ヒットした「こんな夜更けにバナナかよ」の原作者、渡辺一史さんをお招きし、渡辺さんの講演、および渡辺さんと地域の障害当事者によるトークライブというプログラムで開催した。地域の回覧版を見て申し込まれた方など、日頃は関わりの無い方も含め、昨年度を超える来場者があり、盛会に終えた。

■ 交流事業の開催

2015年度より開始した「つどい処 ばばるで」について継続して実施している。都度、10～20名程度の参加者があり、自由に出入りがある。土曜日開催の方が、参加者は多い傾向である。開催時は、常勤スタッフ一名と、ボランティアにより運営しているが、参加者が自主的に手伝って下さることも多い。参加者同士、日常とは違った交流をされたり、個々の時間を楽しむなど、様々に過ごされている。稀ではあるが、近所の方が通りがかりに立ち寄って下さることもある。

また定期的な「ばばるで」の開催以外にも、ほぼ毎週土曜日は2階を開放し、ボランティアによる交流の場が開かれており、同様に参加者が調理をし、提供して下さっている。

■ ほか、各種研修への参加・実施など

今後の主な方針

■ 日中一時支援の開始

地域で暮らす障害のある方の、日中や夕方の支援が充実するよう、曜日毎に違った内容での活動を企画したい。事務所2階のテナントを活用する。

- ・集団が苦手な方、人間関係など何らかの課題を抱える方の、居場所となる。
 - ・通所や仕事後など、夕方の時間を持て余す方の居場所となる。
- 新型コロナウイルスの感染予防の観点から、小規模での開始となる。

■ コミュニティスペースを活用した交流事業の活発化

交流事業「つどい処 ばばるで」を、1階に場を移し、より地域に開かれた場として継続する。同スペースの空き時間には、地域向けイベントの開催や、地域向けの貸し会議室にすることなどで、地域の方との交流の場となることを期待する。さらには、児童クラブへの足がかりとして、子育て世代の親子との交流の場となるような場づくりを企画したい。もちろん、新型コロナウイルスの情勢を見ながらの検討となる

■ 従業員の資質向上とコロナ対策

当事者から学ぶことを意識した研修に力を入れる。また、福祉職の人材不足が言われて久しいが、何とか従業員を確保出来ている。今後も離職を防ぎ、態勢を維持したい。

加えて、新型コロナウイルスの不安や緊張が続く中にあるが、できる限り影響を少なく抑え、事業を継続出来るよう、日々の感染予防や、万が一感染者が出た際の準備を整えておく。

※2019年度事業報告ならびに会計報告、及び監査報告、2020年度事業計画ならびに予算の全文につきましては、事業所で閲覧できる他、過去の分も含め、ホームページでもご覧いただけます。

日中一時支援事業始めました!!!



2020年6月より、日中一時支援事業を開始いたしました。
名前は“らて”。フランス語で“大地”という意味です！

現在の活動時間は

- ・毎週 火・木曜の10：00～15：00
- ・第1・2・3土曜の10：00～16：00です。

場所は、じゅぷ事務所の2階で行っています！

※曜日や時間は、変更していく可能性があります。

どんなことをやっているかと言いますと、、、

- ★折り紙、パズル等の作業
- ★おやつ作りなどの簡単な調理
- ★お散歩等季節を感じる取り組み
- ★DVD鑑賞などの余暇時間



“らて”初回のランチは生協から頂いたアジの切り身の南蛮焼きとYさんが初めてチャレンジしたという卵焼き。美味しかった！

など各々がやりたいことができる場所にしていきたいと思っています。

今後は、書道や手芸、体を動かすことをメインにやる日など、テーマを決めてやっていこうと考えております♪

まだまだ試行錯誤中ですが、皆さんといろいろな関わり方をしていきたいと思っているので、気になるな～と思ったらお近くのスタッフにお尋ねください(^▽^)/

そして、ぬぷぼんを読んでくださっている皆さんにお願いがあります。

もし、下記のような

【家にあるけど使っていないもの】 【まだ使えるけどいらないな～というもの】 【“らて”でこれ使えそうやな～というもの】 があれば教えていただきたいです！！

- ・将棋、五目並べ、オセロ、人生ゲームなどの複数で遊べるボードゲーム
- ・ジグソーパズル、立体ブロックなど熱中すると肩がこる遊び道具
- ・糸、毛糸、針、ミシン、アイロンなどの裁縫道具
- ・書道に必要な筆、半紙、ぶんちん、墨汁

などなど、これどうかな？と思ったら聞いていただくと嬉しいです！！

以上、“らて”からのお知らせでした～

フリースペース“こて”始めました!!!



これまで事務所として使っていたスペースを改装し、すてきなスペースに生まれ変わりました。その名は、フリースペース“こて”。来所された方には、事務所がなくなった！と驚かせてしまいましたが、同じ建物の隣のテナントに移転しましたので、ご安心を。

さてこのスペースを、どう活用するかと言いますと、

1. 「ばばるで」の開催

これまで2階で実施していた「つどい処ばばるで」を1階に移します。ばばるでは、月に2回、出入り自由に参集し、食べたり喋ったりしています。じゅぷの利用者さんやヘルパーさんだけでなく、通りがかりの人がふらっと立ち寄って下さることもあります。

第2木曜日 16:00~20:00
第4土曜日 10:00~16:00

8/22のばばるで
で行ってもらった
サクソ演奏



2. イベントを実施

地域の方に参加していただけるイベントを開催します。

3. レンタルスペースに

地域の団体の活動などに使って頂けるよう、場所貸しをします。

▶貸部屋料金◀

基本料金	100円/時	電灯・トイレの使用などふくむ（障害当事者や団体などの場合は免除あり）
夜間料金	+100円/時	18時以降の使用について
冷暖房使用	+50円/時	エアコン・ペレットストーブなどを使用する場合
キッチン使用	+100円/回	ガスを使用し調理などを実施する場合
ゴミ捨て委託	+100円/回	ゴミを置いて帰る事が出来る（分別は各々で実施）

- 貸出可能時間 8:00~22:00 準備や片づけの時間も含まれます。
- 使用目的 特に問いませんが、ご近所の迷惑になるような、大きな音が出ることは出来ません。
- 駐車場 駐車場はありません。（何らか事情のある場合、ご相談下さい）
- 申込み 事前の申込みで鍵を渡します。
- 掃除 使用後は掃除をして下さい。
- 記録と返却 記録用紙を記入後、鍵と共に、事務所裏のポストに入れて下さい。



“こて”をちょっぴり紹介！



ちょっとおしゃれなカフェ風に仕上がりました。
ゆっくりくつろいでいただけます。



小上がりの座敷もあり、冬場は右に見えるペレットストーブで暖まってもらえます。
30名程度までなら集まりも可能です。





木の香りがする木製
引き戸に新調！



待望の車椅子でも
利用できるトイレ。

キッチンも広く使いやす
いものになりました。今
まで出来なかった複数
名での調理も可能です。

お世話になった皆様

井上 紋佳

私事ですが、九月末でじゅぶを退職させていただくこととなりました。

本来でしたら、お一人ずつ直接お伝えするべきことですが、この場でお伝えすることになってしまったことをお許してください。

じゅぶと出会ったのは、2018年4月、木〇さんにナンパされたことがきっかけでした（笑）

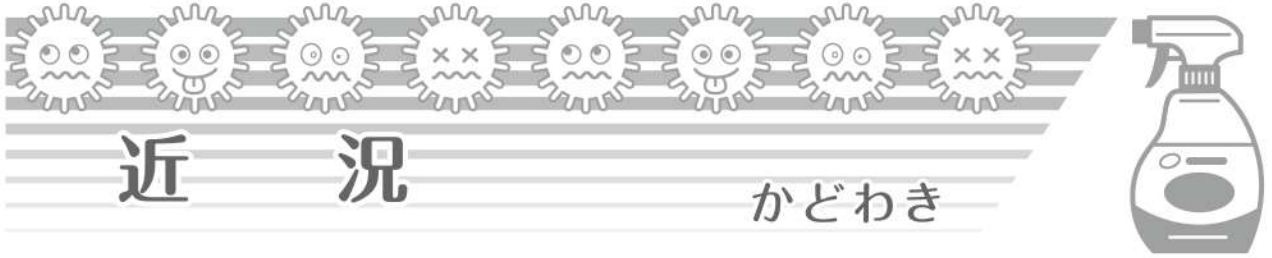
当時、美容関係の仕事をしながら、福祉の仕事に携わりたいけどな…と1歩踏み出せずにいました。そんな中、常勤になろうと決意できたのはじゅぶを通して出会った皆さんの人の温かさでした。

そして今、2年半という短い時間ではありましたが、また新たな目標・夢を胸にじゅぶを退職する決意が出来たのも、じゅぶを通して出会った皆さんにたくさんのことを気付かせてもらえたからです。たくさんのお優しさ、温かさ、楽しさ、を与えてくださり、本当にありがとうございます。

与えてもらうばかりで、返すことはあまりできていなかったかもしれません。

退職する今、私が出来ることは、感謝の気持ちを忘れず、目標や夢に向かって頑張ることだけだと思っています。

あっという間の2年半でしたが、この間私と出会い、関わってくださってくださった皆さん。本当にありがとうございます。



近況

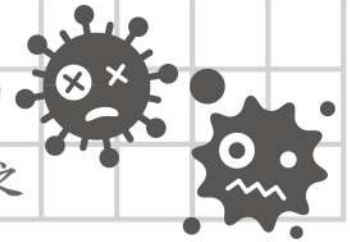
かどわき

去年の今頃はこんなことになるとは全く予想していなかった新型コロナウイルスが流行し始めて半年以上経ちました。流行を少しでも抑えるため自粛生活を強いられ、私たちの生活は一変し暮らしにくくなっています。特に一人家で過ごすのが苦手な人にとってはストレスが半端なくたまってしまうことと思います。私ももし自分が感染してしまったら隔離されヘルパーさんにも来てもらえず、そうなると生活ができなくなると思い必死で対策をしました。マスクの着用・手洗い・うがいはもちろん家の除菌にも力を入れ、なかなか手に入りにくい除菌グッズを値段が高くてネットで購入しました。不要不急の外出は我慢、毎月のクッキングスクールもしばらくお休み。大好きな孫や娘と会うのも控えヘルパーさんとも3蜜を避けながら過ごしました。

最近では自粛生活も少し緩み、段々元の生活に戻りつつあります。外に出て楽しいことが出来る機会も増えてきてうれしい反面、まだまだ油断してはいけないなあとも思っています。今はネットを使って会議とか授業とか飲み会とかショッピングとか出かけなくてもいろいろできますが、パソコンを使える人ばかりではないし、やはり直接行きたいところへ行き、会いたい人に直接会えるのが一番。私も外出するのは大好き。いろんな所へ出て行き、いろんな人と知り合いになって、そんな中で自然な形で障害のことを解ってもらえたら良いなあとも思っています。オンラインではその思いは叶いません。しかも、もしこんな中で大地震や台風被害などの災害が起こったらどうなるんでしょう。怖いです。今のうちにそんな対策も考えておかないといけないですね。

とにかく早くコロナが収束しマスク無しでどこへでも安心して外出できる生活に戻りたいです。だれか早く安心安全な特効薬を開発して！





私が筆をとっている本日は7/31ですので、みなさんがこの文章を読むころには状況が変わっているかもしれませんが、この「夕刊フジ」の記事を拝読したときには、少し驚きました。

下記の文章を、私は肯定も否定もするつもりもありませんが、なかなか読んでいて愉快で気休めな記事ではあります。以下「夕刊フジ」の記事を抜粋してまとめてあります。

東京都を中心に全国で感染者が再び増えているが、「自粛は不要」とも明言した。京都大学大学院医学研究科の上久保靖彦特定教授と順天堂大の奥村康（こう）特任教授（免疫学）は7月27日、記者会見を開き、このところ感染者数が増加しているが、「3週間経過しても死者数は横ばいだ」とし、感染者の増加はPCR検査数の増大と相関しているとの見解を示した。米ジョーンズ・ホプキンス大の集計によると、27日現在の日本国内の死者は998人（人口100万人あたり7・9人）。米国の14万6935人（同448・3人）、英国の4万5837人（同689・9人）と比べると、死者数、死亡率ともに大幅に低い。この差を「集団免疫」で説明できるというのが、上久保氏と吉備国際大学（岡山県）の高橋淳教授らの研究グループだ。研究によると、新型コロナウイルスは「S型」「K型」「G型」の3タイプに大別される。

感染しても無症状から軽症が多い「S型」は昨年10～12月ごろに世界に拡散する。

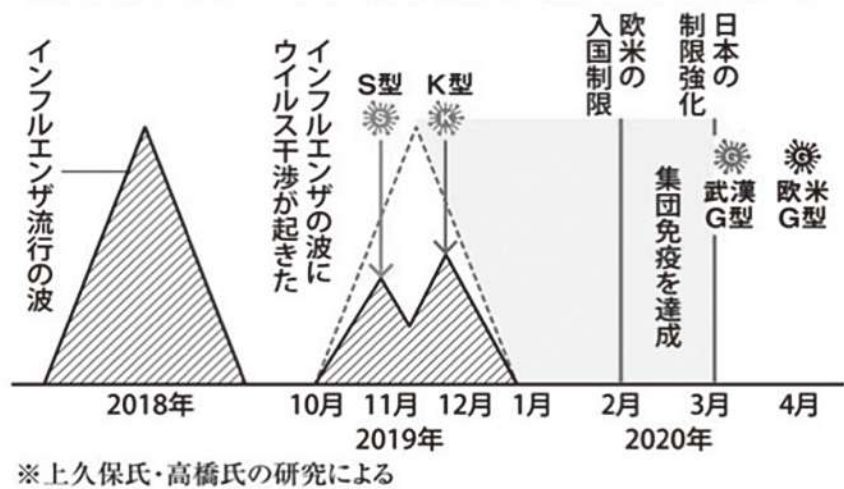
同じく無症状から軽症が多い「K型」は今年1月ごろをピークに日本に侵入した。

やや遅れて「G型」が中国・武漢で拡散、さらに上海で変異したG型が欧米にも広がったとしている。

武漢が1月23日にロックダウン（都市封鎖）されたことを受け、欧米各国は2月上旬に中国全土からの入国制限を行った。しかし、「すでに広がっていたS型はG型の致死率を上げる特徴がある」（上久保氏）ことから多数の死者が出た。これに対し、日本が入国制限を中国全土に強化したのは3月9日と遅れた。その間に日本国内で広がっていたK型のウイルスは、「G型に対する獲得免疫を有する」（同）ことから、結果的に集団免疫が確立したという説だ。仮説を立てるうえで、上久保氏らが着目したのが、新型コロナウイルスに感染すると、インフルエンザに感染しなくなる「ウイルス干渉」という現象だった。「体内に入ったウイルスにより活性化されたサイトカイン（免疫系細胞から分泌されるタンパク質）の反応が出るために、同時に他のウイルスの感染も妨げられる」と説明する。昨年10月から今年1月のインフルエンザの流行の波が前年の同じ時期より小さくなっていったといい、ここでS型やK型のウイルスが広がっていたと上久保氏はみる。その後、仮説と一見矛盾するような調査結果も出てきた。集団免疫が確立しているということは80～90%の人が抗体を持っているはずだが、厚生労働省が実施した抗体保有

調査では、東京の抗体保有率は0・10%、大阪が0・17%、宮城が0・03%と極めて低かった。これについて上久保氏は、抗体検査の問題点を指摘する。検査キットには、カットオフ値（陽性・陰性の境を決める基準）が多い場合、カットオフ値は明らかに有症状の人の高い抗体値に合わせているため、基準が高く設定されすぎて抗体を持っ

インフルエンザへのウイルス干渉と集団免疫説のしくみ



ても陰性とする可能性が高い」と話す。抗体が短期間で失われてしまうのなら、集団免疫ができないのではないか。上久保氏は「既感染の状態では抗体が減衰することが多く、抗体があっても抗体検査で出てこない可能性が高い」と述べる。

■京大研究者・上久保氏「非科学を横行させるな」「再感染」と免疫の関係について

上久保氏は東京・新宿のホストクラブなどのPCR集団検査で陽性が相次いだ事例を引き合いに、こう説明する。「既感染者（免疫を獲得済み）ののどや、体内に再びウイルスが入ったところで、たまたま集団検査などでPCR検査が行われたと考えられる。抗体が減衰していても免疫が記憶されており、再度ウイルスが入ると、速やかにウイルスに対してその免疫が反応し、ウイルスを排除する。また、免疫細胞が疲れかけた場合は再度ウイルスが曝露（＝ウイルスにさらされること）することで、むしろ免疫にエンジンがかかるブースター効果というものがある」。これが事実なら、PCR検査を増やせば増やすだけ、感染者数が増えても、日本では欧米のように死者が急増する可能性は低いということになる。「今年に入って半日ぐらい熱っぽいと感じたことがある人は、そのときに新型コロナウイルスに曝露していてもおかしくない。何日も曝露していれば、それだけの日数で微熱や、のどの痛みなどを感じる」という上久保氏。7月に入り、東京都内では連日3ケタの新規感染者が確認され、都は警戒レベルを4段階で最高の「感染が拡大していると思われる」に引き上げた。再度、緊急事態宣言を出すべきだとの声もあるが、上久保氏はこれに反対の立場だ。「免疫が形成されるまでに複数回の接種を要するワクチンがあるように、新型コロナウイルスに対する免疫を維持するには、ウイルスと生活していかなければならない。もともとコロナウイルスとはともに暮らしてきた。今から急に始まるわけではない。再度自粛すれば、かえってその機会が失われかねない。『3密』や換気など非科学的な話ばかりだ。すべてを真摯（しんし）に検証すべきだ。私は自分が間違っていたら、間違いは素直に認める。しかし、非科学は絶対に横行させてはならない」

さちこ
がゆく!

第11回

with コロナ

行き先は、横浜スーパーアリーナ?!

6月25日19時6分、タイムカードを押して車に乗り込み、いざ横浜スーパーアリーナへ。

走る事40分。

江畑さんちのインターホンを押す。

今宵、江畑さんちのリビングはサザンオールスターズの無観客配信ライブの会場となる。

20時過ぎライブが始まり、画面に会場が映し出された。

本来なら17000人が総立ちだったのであろう客席は当然ながら空席で。だけど、ステージセット、照明、スクリーンの映像、マスクをしたダンサー達、そこに一切の手抜きはなかった。



客席の1つひとつにライトが灯りアリーナ全体が圧巻のステージ設営となっていた。

桑田さんが「スタンド!アリーナ!画面越しの皆様!!」と呼びかけてくれて、会場が無観客だからこそ客席はこのリビングなのだと感じられた。



餃子を頬張りながら、わーわーゆうて。

それぞれが好きなように参戦できるリモートライブ。

チケット当選確率はきっと100%。

これって新しいのとちゃうやろか。

誘ってくれた江畑さん、ご主人、みんなのために美味しいものを作ってくれた娘さん、知らない曲に延々付き合ってくれたヘルパーさん。



ステキな今宵を分け合えたみなさんに感謝。

無観客のライブであるにも関わらず敢えてアリーナを貸し切り400人のスタッフを雇用したサザンの覚悟に胸が熱くなり…

リモートライブの先陣を見事に切ったサザンオールスターズ、スタッフさん。

♪ いつの日かこの場所で
逢えるならやり直そう
忘れかけた真夏の恋人はyou ♪ ♪

コロナ禍でうつうつとしていた心が大はしゃぎした夜でした。

きむさち





やっかいな自我

竹花 育子

車椅子を使うようになって、3か月が経つ。朝起きて、リハビリ通院に連れてくれてありがとう、終わるまで待っていてくれてありがとう、事務所でも、扉を開け閉めしてくれてありがとう、蚊取り線香をさりげなく移動させてくれてありがとう、届かなくなった高さにあるファイルを取ってくれてありがとう。

寝る前にしてもらった事を振り返ってみると、10個の良かった探しならぬ10個の感謝なんてあっという間である。いかに、みんなに助けて頂いているのかと、愕然とする。出来ない事が増えていく自身へのあがき、もがき、イライラ。



頸椎の狭窄により、利き手の左腕がズキズキ、親指・人差し指・中指がビリビリ痛む。ペインクリニックで、頸椎神経根ブロック注射を受けたところ、思いがけない効能が、ほんのひと時であったが、車椅子を押して歩く事が出来た。久しぶりの地面を踏みしめる感覚、取りたい物に手が届く、動けるってすごい、嬉しい。心のゆとりが少し取り戻せた。勝手に泣けてきた。

幼少期から、してもらってばかりでなく自分が出来る事はやりなさい、と育てられてきて、それでもどこか甘えてしまい当たり前になっている自分。家族だとなおさら。今後、ヘルパーさんと上手く関り続けて行くには……。小さな事一つ一つに感謝。自分、自分ではなく、相手の立場に立って、丁寧に聞き、伝えあう事。今から余程心して練習していかないと、中々自我は壊せない。

事務所で電話を取る。ヘルプ依頼の時、いつもありがとう、と丁寧なNさん。私も見習わないと。〇〇してくれて、助かる、嬉しい、有難いと言えるようになりたい。

段差がいっぱいありケーキビュッフェもオムライスも食べに行けなくなった。新型コロナウイルス対策で、これまでなかったお弁当の販売という方法で、お店の方からお店の外に出てきてくれた。3蜜を避ける意味から、教会に集う事が出来ない代わりに、ライブ配信という方法で同じ時間を共有出来るようになった。教会まで行く事に労力を使わなくても、You-Tubeにアクセスするだけで済む。快適だ。今後も継続して欲しい。集うから共同体なのではない。

緊急事態宣言を手話でどう表現するか統一が図られている今。在宅ワークで逆に仕事はかどっている発達障害当事者の声。テレビ会議でその場の空気を読めないからこそ、個々の意見が積極的に出るようになった会社。これまでになく、誰もが変化を求められ生きづらさを感じている社会。連帯に向かうのか排除に向かうのか。コロナ以前に戻るのでも続きを営むのでもない新しい生活様式。私は、変化についていけるだろうか。何十年ぶりにバッサリショートにして、身支度をお手軽に。動けなくても上手く、忍耐を持って自我が壊されるように向き合えますように。



最近の気になるもの紹介

上井 英里

久々登場!!
紹介コーナー

コロナが流行り、第二波に備え自粛を継続されている方も少なくないと思いますが、みなさんいかがお過ごしでしょうか？お家にいて、出来ることや気になることを少しご紹介できたらと思います。あっ！すみません。4月からしれ〜っと仕事復帰しました(笑) また、よろしくお願いします♪

『アナットバニエル薯：限界を超える子どもたち』

身体を通じた脳への働きかけが、ハンディと限界を超えさせる——
驚くべき変化と可能性を伝える。
動くこと、話すこと、考えることの発達に、
子ども自身の力を大きく引きだす
「9つの大事なこと」とは——？
「直すための訓練」という発想から転換し、
可能性に開かれた道をさししめす。

『読んでみて…』

・支援の必要な子どもを中心に子どもの向き合い方や、色々なアプローチの仕方が書いてありました。
・脳に働きかける「9つの大事なこと」は、脳の可能性を引き出すだけでなく、親の心つもりや、子どもへの向き合い方の参考になりました。
本人にできない事をさせるのではなく、出来ない所から無理なく発展(注意を向ける、待ってみる、バリエーションをつける等々)させるというのも具体的に書かれていて、読後、少し意識的に子どもと関わろうと思える一冊になりました。
支援がいる、いらぬに問わず子育て世代の方に読んでいただきたい一冊です(*^^*)



~ちょっと使ってみて~

『オキシクリーン』

コロナでお家にいる時間が長いとき、普段しない所の掃除もしてみるか！という方も多かったのでは？私はそうでした(笑)
数年前から流行っているこの洗剤。オキシクリーン！
酸素系漂白剤で、衣類から、換気扇等のキッチン用品、結構なんにでも使えます！熱いお湯に入れて漬けるだけ！「オキシ漬け」と世間で言われてます^^
憂鬱だった換気扇洗いも、漬けるだけでつるりと汚れが取れるので、ストレス解消になります！
漬けるだけなので、子どもが泥んこ遊びして靴や服をドロドロにしても、寛容な気持ちで見られるようになりました(笑) みなさんも良かったらお試しあれ♪



「言葉」について

中下 和生

2001年9月11日午後9時54分。僕はこの日のこの時間を、忘れることはないと思います。テレビをつけると、ニュースステーションが放送していました。その画面には、ニューヨークの貿易センタービルに1機の飛行機が突っ込み、煙を上げている様子が映っていました。そのままテレビを見続けていると、もう1機の飛行機が突っ込んできました。今この瞬間、世界でとんでもないことが起きているという実感。その気持ちは忘れられません。

2020年。今年は後世の人にどう記憶されるのでしょうか？少なくとも、東京オリンピックの年として、記憶されることはなさそうです。

新型コロナウイルス（後世の人がどう呼ぶか分かりませんが）の年。そのように記憶されることと思います。

未知の、新しいウイルスと出会ったことにより、聞きなじみのない、新しい言葉が次々と生まれています。クラスター、ロックダウン、オーバーシュートに東京アラート。自粛要請されたことにより、自粛警察が動き出す。新しい生活様式は、ソーシャルディスタンスを心がけましょう。

言葉は生き物です。目に見えないため、実感することが難しいですが。「新語」が生まれてくる一方で、「死語」は死んでいきます。新語や、死語、古語などは広く社会一般で、その言葉が「存在」しているかどうかという話ですが、個人が発する言葉も同様です。例えば、僕が心の中だけで、何かを思っていたとして。それを言葉として発した時に、それは、個人的なものではなくなります。心の中で、個人的に潜めていた言葉を、発語として生み出した瞬間に、それは僕個人から離れ、独立した「存在」となります。良かれと思って発した言葉でも、相手が悪く受け取るときもあります。自分の思いとは離れて、言葉は他者に影響を及ぼすのです。

言葉には不思議な力があります。本当は好きだったのに、嫌いという言葉を使ってしまうと、嫌いなように思えてくる。僕にはそんな経験があります。思いとは逆の言葉を使うことによって、その思いが言葉に支配され、変わってしまうのです。

言葉の支配は、個人だけではなく、社会全体にも及ぶように思います。

新型コロナウイルスと出会ったことにより、新しい言葉が生まれ、その言葉が社会を支配していくとしたら、社会はどのように変わっていくのでしょうか。この半年間、どれだけの攻撃的な言葉や中傷の言葉を目にしてきたか。攻撃的で、他人を蔑むような言葉が社会に蔓延るとき、その言葉が社会にどんな影響を及ぼすのか。これらの言葉に支配される社会がとても心配です。

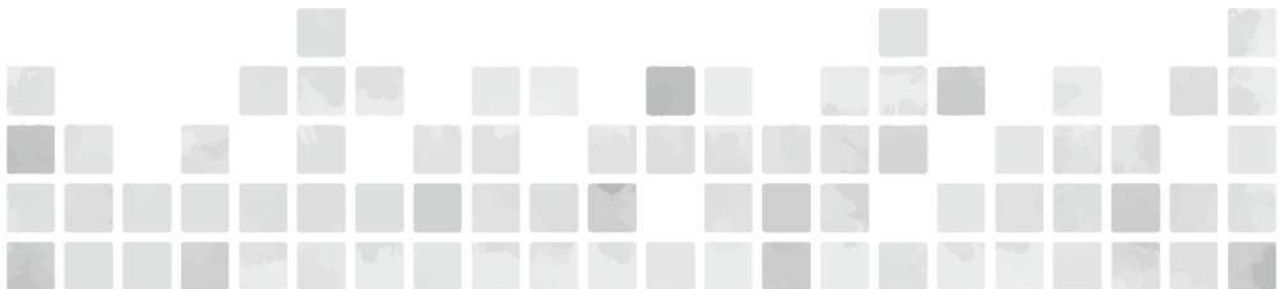
人の心も、社会の空気や雰囲気も、実際に目にすることはできません。その人が発する言葉によって、その人の心を感じとるのだし、また社会でどんな言葉がよく使われているかによって、社会の様子を考察するのです。

ただ、世の中には言葉を発することができない人もいます。今年4歳になる僕の娘も、そのうちの一人です。言葉を話せない彼女には、心は存在しないのでしょうか？

断じて違います。彼女には心があります。感情があります。好きな人も、食べ物も、場所もあります。嫌いも同様です。ただ、2歳の息子と比較しても、分かりにくいです。彼女の心を、言葉を通して考えることができないから、分かりたいと強く思います。

娘以外の、知的障害を持つ人や、言語障害を持つ人も、自分の心のうちを言葉で伝えきれず、しんどい思いをしたことがあるでしょう。僕はその人たちと、ともに生きる中で、どれだけその人の心について考えてきたのでしょうか。また障害のあるなしにかかわらず、言葉だけでは言い表せない他者の心について、どれだけ思いをはせてきたのでしょうか。

社会が、いかに攻撃的な言葉に満ち溢れたとして、個人ができることはそんなに多くありません。少なくとも僕は、言葉を話すことができる人間として、自分が思いつく一番の優しい言葉を使う人でありたいです。また、言葉を話すことができる人も、できない人も、ともに生きることができる社会の実現を願う人間として、他者の、言葉だけでは表しきれない心の内を、大切にできる人でありたいです。



ち ふじたん家のあれこれ

この記事を書いている今は、梅雨真ただ中
湿度が高くてジメジメしております（^^；）
何か気分転換をしよう！
と言う事で藤田の工具箱から良く活躍してくれる工具を
ピックアップして語ってみます♪



① ドライバー（+・-）

プラスドライバーとマイナスドライバー両方ともほんとはよく活躍してくれます。
ネジ回しのプラスドライバーと応用性たっぷりの
マイナスドライバー。
マイナスドライバーはネジを回す以外に使用済み
スプレー缶に穴をあけたり、固くはまった部品を
コジて外したり、段ボールを開けるにも使えます。
味わい深い工具です（^^）



② 六角レンチ



車いすや自転車、家具の組み立て等に使うことが多いですねー
時折「車いすのネジを締めてほしい」と
頼まれることがあるのですが、
そんな時に使えることが多いです。
100均の物でもそこそこ使えます。



③ コンビネーションレンチセット

片側がスパナ（C型）もう片側がメガネレンチ（O型）
になっていて、強い力を掛ける時はメガネ、緩ん
だらスパナと使い分けしやすいです。
コーナンで買ったセットで十分活躍してくれます（^^）

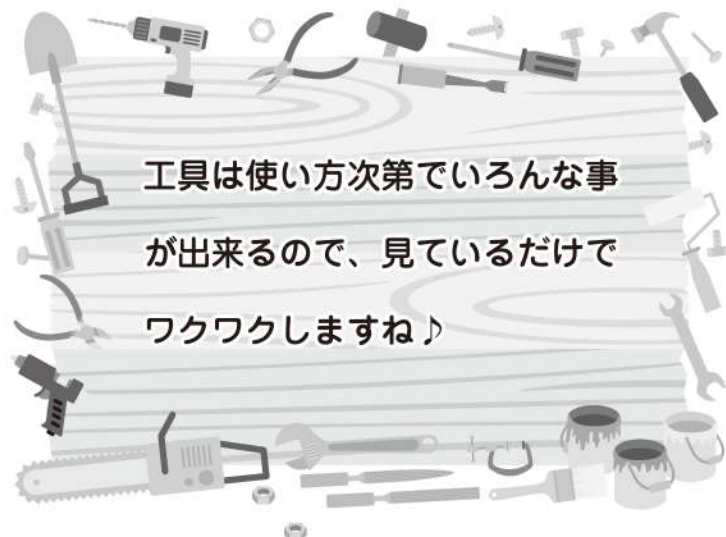


番外編

工具ではないですが(^^;

④ パーツクリーナーと潤滑剤

ドアなどの可動部がキィーと言い始めたらこの二つ♪
パーツクリーナーは揮発性のスプレーで油汚れを落とします。
汚れと古い油を流して乾いてから潤滑剤を付ければ
音が無くなりスムーズな動きをしてくれるはず！
パーツクリーナーは、
ホワイトボードに油性マジックで書きちゃった！
テープを剥がしたら糊が残ってべた付く！
そんな時にも活躍します（^^）



工具は使い方次第でいろんな事
が出来るので、見ているだけで
ワクワクしますね♪



facebook 見てくださいね!



じゅぷでは、みなさんに日常の活動の様子をお届けしようとfacebookをしています。
facebookを通じてよりみなさんとの交流がはかれたらいいなあと思っています。
是非一度、のぞいてみてください!

facebookへは、
こちらのQRコードから
アクセスしてください。



ホームページへは、
こちらのQRコードから
アクセスしてください。





【オンライン飲み会】



コロナが世間で猛威を振るいだしてから、普段の生活が大きく変わってきました

気軽に居酒屋に行けなくて、僕も悶々と過ごす日々が続いています
どうやら友人たちも同じことを思っていたようで、流行の「オンライン飲み会」ってやつ
をやってみようって話になりました

パソコンやスマホを通じて同時に通話できるアプリを使って
顔を見ながらだったり、声だけだったり参加の仕方は様々ですが
誰かの声を聴いたり、顔を見ながら飲んで話をしていると
ひとりで飲むよりよっぽど楽しい時間が過ごせている気がします

傍から見たら男性がパソコンに向かって、なんか独り言を言い続けて酒を飲んでいる
…怪しさしかないですね。

それはさておき、必ず話題に出るのは
『みんなで』

カラオケ行きたい、居酒屋行きたい、旅行にも行きたい、ライブにも行きたい

気軽にオンラインで集まれるのはきっと幸せな事だと思います
だからこそ一緒に遊びに行けていた日常がとても大切だったんだと感じています

気を付けないといけないことが多くなってきて、息苦しさばかり考えることが多くなって
いました

何気ない日常がほんと大切な時間だったと気づけたので
それはそれでよかったのかもしれないですね

…と良いこと言ってる風で締めようとしたんですが
やっぱりみんなで飲みに行きたいです！！！！

コロナが終息する日を願いながら
今日もしっかり働いて、たまにオンライン飲み会して、
みんなで集まれる日が来るまで頑張っていきます



(記 吉田)

じゅぶ川(せん)のコーナー

今回のお題は「今伝えたい事」です。
みなさんの沢山の想いが川柳で届きました！
それではどうぞ♪

大変なこと起きるけど
守りたいことあきらめない

車椅子の天使

(編) この時期に関わらず過ごしていると大変な事は沢山あるけれど、大切なものはしっかりと抱えて守っていききたいですね。この川柳を詠んで改めて感じました。

手をつなご足並み揃えて皆の衆

車椅子の天使

(編) こんな時こそ、みんなで協力し合う事が大切ですね。
みんなで同じ方向を向いて、前に進めるように日々過ごして行きたいです！

いがいにねステイホームはたのしいよ

ひろみゆん

(編) ステイホーム中、色々な過ごし方を見つけたんですね♪ ステイホームも

楽しいやん！て思えた、ひろみゆんさんの過ごし方、気になるなあ。(^^) いろんな楽しい事を見つけたのかまた教えてくださいね♪

伝えたい時には何故か伝わらない

赤い彗星の鉄郎

(編) そうなんですよね。。。言葉って難しいです。頭の中が見せられるたら簡単なのに、と思う事もよくあります。赤い彗星の鉄郎さんの気持ちが相手に伝わりますように♪

コロナなんかにはまけないぞ！

よっしー

(編) はい！ みなさん、何とか息抜きしながら 乗り越えましょう！

夏マスク宅配買いの変な夏

還暦の風の人

(編) どこに行くにもマスクは必須！になっていますね。。。
これから暑い暑い夏がやってきます。熱中症にも気を付けてくださいね。

鉄道も観光地でも夏マスク

還暦の風の人

(編) 予防は大切ですね。。。もうしばらく頑張りましょう！

知らん人笑顔であいさつ素敵です

わらしべ

(編) 通りすがりの知らない方が笑顔で挨拶をしてくれたそうです☆何気ない小さな行動や一言が嬉しく、またその日、一日が少し幸せなものになりますね♪ 一日を気持ちよく過ごせるように、挨拶を心がけます♪

マツダ車のRX-7語れます

あっせんぶい

(編) すごく前から好きで、3時間は語れるとか。。。誰か話を聞いてあげてください！！笑その時には(編)も一緒に話を聞かせてください。これをきっかけに車への興味が沸くかも？

今回も沢山の投稿を頂きました、ありがとうございました！

ほっこりするものから、考えさせられるものまで、色々な川柳を詠まさせていただきました。この自粛生活や制限が続く中、みなさんの想いや、日々の過ごし方を川柳で知り、感じる事ができました！これから本格的に暑くもなってきましたが、体調に気を付けて、日々の楽しみを見つけてながら、過ごしてくださいね♪ (清水・谷田)



(阿部正之)

皆さん聞いてください。
先日、3か月でスタッフ1人辞めました（マジで）最短記録です！
誰かやる気のある人紹介してください。
阿部が個人的に厚遇します！（笑）

新聞が好きです。知らないことを、
知ったかのような気持ちになれるから。
最近、全然知らなかった、ウィルスについて知ったような気持ち
になっています。



(中下和生)



(上井英里)

3年ぶりに本格的に仕事復帰しました！
母に目もくれず、保育園に着くなり遊びだす子ども達…寂しいですが、
ありがたいです。

コロナで外食も飲みも減ったので自炊を
よくするようになりました。
熱風オープン、ぶんぶんチョッパー。
便利な調理グッズを手に入れたことで料理に
目覚めそうです。作るのは晩酌のアテになるものばかりですが…



(吉田佳浩)

コロナのおかげで時間に余裕ができたので、
普通二輪MTの免許を取得しました。



(井上紋佳)



(前田雅文)

ふと気がつけば大学入学を機に大津に
やってきて、40年目を迎えます。
じゅぷを利用される方の中にも古い方
では知り合って40年という方も何名も
おられ、ヘルパーというよりも友人・家
族のような感覚で付き合わせていただ
いています。
地域の中でしつこく関わり続けること
が大切であるという思いは40年経って
も変わりません。

最近始めたこと。スマホで本を朗読し
てくれるアプリ《audible》を導入。
今さらながら「陸王」にハマってます。

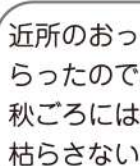


(染井将仁)



(木村佐智子)

「毎日なわとびをする！」と決めた
日が大雨だったので、リビングで跳
んでみたら。
「地響きがする！」と息子に叱られた。



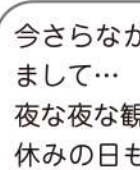
(藤田裕也)

近所のおっちゃんから稲を分けても
らったので、パケツで育てています。
秋ごろには収穫できる！はず。
枯らさないように気を付けまーす。



(谷田侑衣菜)

お久しぶりです！
4月から復帰しました（^^）
見かけたらまた声をかけてくださいっ！
会えることを楽しみにしていま〜す♪



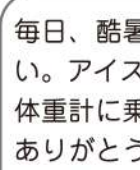
(清水留美)

今さらながら、韓国ドラマにはまり
まして…
夜な夜な観ております。
休みの日も、もうしばらくはドラマ
漬けなので、ステイホームしまーす。



(門脇裕子)

プランターに唐辛子を植え、食べご
ろになって来たので焼いてパクリ。甘
長唐辛子だと思って食べたら口の中
が大炎上。札をよく見たら辛長唐辛
子でした。相変わらずドジ。



(竹花育子)

毎日、酷暑すぎてクーラーが消せない。
アイスも止まらない。
体重計に乗るのが恐ろしい…。
ありがとう ぼちぼち しっかりと
やすみながら まったりと
ほっこりいい言葉に出会いました。