

ゆっくら通信

社会福祉法人ゆっくら

〒301-0834

茨城県龍ケ崎市古城 3204

電話番号 0297-85-4301

<http://yukkora.jp/>



～健康で文化的な最低限度の生活～

社会福祉法人ゆっくら 理事長 杉江 彰

「すべて国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する」

憲法第25条で、このように保障しています。これは生活保護法だけに関わる問題ではなく、まさにすべての国民に関わることです。

日本国憲法より2年遅れて世界保健機関(WHO)のWHO憲章が公布されました。

この憲章で冒頭に、万人の有する基本的な権利の一つとして以下のように宣言されています。

「健康とは、病気ではない、弱っていないというだけではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあること」

このWHOの憲章の言っていることは、世界的な基準です。今の日本はどうでしょうか？たしかに70年間で医療技術や医療水準は高くなりましたが、精神的な健康、社会的な健康はむしろ悪化しているように思えます。

健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有しているのに、精神的に追い詰められた生活や、社会的に排除された状態は「健康である」と言えるものではないと思います。

最近の生活保護行政の「指導」で、就労のことがばかり強調されて、精神的に追い詰められそのことで調子を崩してしまう人も相次いでいます。

また「文化的な生活」は考慮されているのでしょうか？「文化」とは、人間が自然に手を加えて形成してきた物心両面の成果。衣食住をはじめ科学・技術・学問・芸術・道徳・宗教・政治など生活形成の様式と内容とを含みます。

言語、思想、信仰、慣習、道具、技術、芸術作品、儀礼、儀式などや、社会的な営みと無縁の生活を送ることは「文化的な生活」と言えないと思います。

「朝日訴訟」という、有名な事件があり、最高裁判所大法廷(昭和42年5月24日)は、下記の判決を下しています。

「健康で文化的な最低限度の生活なるものは、抽象的な相対的概念であり、その具体的内容は、文化の発達、国民経済の進展に伴って向上するのとはもとより、多数の不確定要素を総合考量してはじめて決定できるものである。したがって、何が健康で文化的な最低限度の生活であるかの認定判断は、いちおう、厚生大臣の合目的な裁量に委されている。」

～よろしくお願ひします～

就労継続支援B型 花農場 松永 祥季

はじめまして。昨年の12月から花農場に入職しました松永祥季と申します。ただいま花農場とお隣のゆうあいワークインで研修を受けながら仕事をさせて頂いています。研修中は分からないことや戸惑うことも沢山ありますが、先輩の職員や事業所の利用者さまに教わりながら勉強をしていきたいと思ひます。

また花農場では素敵なお花を沢山生産して販売をしています。これから僕自身も事業所の皆さまと一緒に、そうした花作りに参加出来ることをとても楽しみにしています。季節ごとにきれいな花や、香りの高い花など色々な種類があるかと思ひますが、仕事のお役に立てるようにこれから精一杯励んでいきたいと思ひますので、今後ともよろしくお願ひします。

～美味しい食事をありがとう～

ボランペの家 高梨 洋子



皆さん、こんにちは。ボランペの家の高梨です。今回は板橋・谷井田の世話人さんが作ってくれている愛情たっぷりの食事の紹介です。

世話人さん いつも美味しい食事をありがとうございます！

～第2回 薬に関する勉強会を行いました～

グループホーム ボランペの家 著：猪瀬 厚



去る11月28日板橋マリーナにおいて、ボランペ、ふれんずわかば合同であけぼの薬局の薬剤師篠崎先生をお呼びして勉強会を行いました。今回は、薬について日頃から疑問に思っていることを先生に色々聞いてみました。薬はコーラと飲んではいけないこと。寝る前に飲む薬の時間。頓服を飲むタイミング。薬を飲んでいる場合はアルコール類は避ける。サプリメントとの組み合わせについて。頭痛薬を飲む回数についてなどなど篠崎先生が目に見えるよう分かりやすく楽しく教えてくださいました。そして、終盤には参加者全員でヨガを行い気を取り入れパワーアップ。篠崎先生ありがとうございました。また、よろしくお願いいたします。



～『第15回茨城県精神障害者スポーツ大会（卓球競技）』と『2018茨城県卓球バレー交流会』に参加して～

地域活動支援センター ふれんず 浅野 美智子



去る秋分の日、ひたちなか市の笠松運動公園体育館で開催された『第15回茨城県精神障害者スポーツ大会』に参加しました。県の精神障害者スポーツには、バレーボール競技しかありませんでしたが、今回のこの大会より、個人競技として卓球競技が初めて開催されました。月2回のふれんずのプログラムでスポーツレクにボランティアとしてご指導いただいている、和田先生の奨めもあり参加することになりました。精神男子部は地域活動支援センター、精神科病院デイケア団体などの参加で、4名のブロック11組で、リーグ戦方式の試合です。ゆっこらからエントリーしたのは、わかばの草薙さん、永堀さん、そしてふれんずの岩淵さん、遠藤さんの4名で、それぞれのブロックに分かれて試合を行いました。いよいよ試合開始前、応援で参加していた本川さんも含め、円陣を組んで士気を高めそれぞれの試合に臨みました。ストレートで3ゲームを勝ち取った永堀さんをはじめ、1位、2位の立派な成績でした。試合中の緊張した真剣な表情は、笑顔となって喜び合いました。

来年の全国障害者スポーツ大会「いきいき茨城ゆめ大会」から、精神障害者部門に卓球競技が導入されることにより、この大健闘が夢に繋がっていったらと希望を抱きながら、清々しく楽しい1日となりました。

そして、翌月の10月20日土曜日には、取手グリーンスポーツセンターで開催された『2018茨城県卓球バレー交流会』に参加しました。卓球バレーは障害の有無、種別、年齢を問わず誰でも簡単に参加し、楽しめる競技です。卓球台のネットを挟んで1チーム6人ずつ、椅子または車椅子に座って、ネットの下をボールを転がして打ち合います。私たち「チームゆっこら」はメンバー7名の参加で、いばラッキークラス（親睦クラス）9チームとの試合でした。午前中は、3チーム総当りのリーグ戦で堂々1位！午後には、各コートの1位リーグ戦で更に1位！「チームゆっこら」のメンバーは、各試合毎に選手1名の交代を入れながら、誰もが一つ一つの試合に集中し、勝つために意欲的に望むことができ、チームワークの勝利を修めることができました。長い1日でしたが、「今夜はぐっすり眠れるね。」と言いながら心地よい疲れで帰路につきました。

卓球バレーは、来年の「いきいき茨城ゆめ大会」のオープン競技となります。機会がありましたら、誰でも参加できる卓球バレーと一緒に楽しみたいですね。

これらのスポーツ大会に参加でき、最後まで頑張れたこと、楽しんだことを自信につなげていって欲しいと思いました。また、病気があっても、自分の好きなこと興味のあることにチャレンジしていけることの大切さを思い、応援していたいと思っています。





～クリスマス会 2018 in 古城の家～

グループホーム 古城の家 川道 奈央子

毎年恒例のクリスマス会が開催されました。みんなで、食べたいものをリクエストし、希望が多く、予算も計算しながら…チキンナゲット、ピザ、お寿司、クラムチャウダースープを目の前におしゃれなノンアルコールシャンペンで乾杯し、お腹いっぱいごちそうをいただきました。

食事のあとはビンゴゲームです。ビンゴになった人は景品を手にはいポーズ！！今年一番の笑顔写真を残します。全員がビンゴになるまでみんなで見守り、最後の人がビンゴになると拍手が自然とわき起こります。



そして、待ちに待ったクリスマスケーキ。今年は特大サイズでみんながケーキをのぞき込む中、カットする人は手が震えます。

「どれが大きい」「どれが小さい」「こんな大きなケーキ食べられないよ～」とワイワイ言いながら、切り分けた大きなケーキをほおばりました。



最後にたくさん食べた分をエネルギー(?)にカラオケ大会で発散！！古城の家には歌がうまい人がたくさんいます。美声が鳴り響く中、今年のクリスマス会も楽しく過ぎて行きました。

2018年を無事に過ごせたことに感謝し、2019年は、幸せを感じられる瞬間が少しでも増えることを期待し、仲よく、楽しく、マイペースでやって行きましょう。



～伊奈公民館「簡単！お手軽！ハンギングバスケット講座」に参加して～

就労継続支援B型 フレッシュグリーン 加藤 千枝

伊奈公民館に苗を買っていただいている関係で、ハンギング講座の依頼をいただき、一緒に働いているTさんと講師として行ってきました。皆さん「とっても、楽しみにしていたの！」という嬉しい会話から始まりました。

つくばみらい市ということで、「ゆっくら」をご存じの方や、「みらいっ娘」で苗を買って下さっていた方も多かったようで、親近感があり、和気あいあいと楽しく進みました。「皆さんお花好きで、お花に詳しい方ばかり…」というプレッシャーを館長さんからかけられていたので、ハンギングが出来上がり、「素敵！」という声がこちらから聞こえた時には、Tさんとともにホッとしました。

フレッシュグリーンで皆さんと生産した苗を通して、地域の皆さんと関わったり、活動できる機会が増えてきました。

これは、ハウスで仕事をしている皆さんと私たちにとってモチベーションの維持や、やりがいにもつながってきています。谷田部のハウス周辺住民の方達とも良好な関係が築けています。花は周りの人たちを笑顔にする力を持っていると、最近つくづく感じます。皆さんと良い苗を作り、自信とプライドを持って、地域の人達と普通に自然に暮らしていけるフレッシュグリーンでありたいと思っています。



～感謝状をいただきました～



社会福祉法人ゆっくらに対して、平成30年11月16日に竜ヶ崎保健所長緒方剛氏より感謝状をいただきました。

多年にわたり保健衛生の向上に尽力した功績が認められ、これまでの活動に感謝の意を表されました。



～行ってきました!!～
 地域活動支援センター ゆうあいワークイン

國府田 大騎



12月7日に龍ヶ崎地区にある「ゆうあいワークイン、花農場、古城の家」のゆっくら3事業所で日帰り旅行に行ってきました。参加者はメンバー21名、職員9名、計30名といった大規模なものとなりました。行き先は、羽田空港、成田ゆめ牧場、千葉県立房総のむらの三箇所でも楽しい日帰り旅行になりました。

羽田空港では飛行機の発着陸を見ました。また、外国の方やたくさんの方がいたり、日本の文化の展示やお土産があり、改めて日本って良い文化や物があるなと思いきこのような文化や物が無くならないようにしていきたいと思いました。

ゆめ牧場ではお昼休憩を取りました。お昼は各自で好きなものを選んで食べました。ピザやハヤシライス、スパゲッティなどたくさんの種類があり私はハヤシライスを選んで食べました。とってもおいしかったです。また、ゆめ牧場ではヤギやウサギといった動物と触れ合うことができました。私はこの二種類しか見ることができませんでしたが他にもたくさんの種類がいるみたいなので気になった方はぜひ足を運んでみてください！

房総のむらでは、江戸時代の街並みや武家屋敷、農家のくらしを見て回ることができました。武家の家が立派だったのが特に印象に残っています。また、昔の遊び体験コーナーがあり竹馬に人生初チャレンジしました。バランスをとるのが難しく歩くことはできませんでした。次こそは上手く竹馬を乗りこなして見せたいと思います。

楽しい時間はあっという間に終わり、みんな怪我なく無事に帰ってくることができよかったです。来年も楽しんでもらえるような日帰り旅行にしていきたいと思いま

～作品介绍～

地域活動支援センター わかば

詩：M・Tさん

「海の見える公園」

二人の青年が坂を駆け上がる
 海が見える丘の上まで競って走る

ひたいで冷たい風を打ち分けて
 二人分の道が遠く遠く
 はるか雲までかき分けて
 ひらかれた空は海と出会う

僕はもう彼らには追いつけない
 景色を画像におさめた若い笑顔に
 僕のひたいのシワもつられて笑う

海鳴りの冷気に吹かれて振り返れば
 未来への手がかりを掴めないままに
 影をひきずり老いてきた僕がいる

けれど波にちらつき霞む古びた船は
 響きの鐘が響く明日の海をゆく

やがて赤い黄昏のおとずれに
 誰かがコキアを探していると言う
 コキアを知らないと言う僕に
 青年はスマートフォンをとりだした

風は止み鐘の音が遠く聞こえて
 この広場の風景は思い出に沈んでゆく

ゆっくら事業所一覧

事業所名	☎	所在地
本部	0297-85-4301	〒301-0834 龍ヶ崎市古城3204 古城の家2階
ゆうあいワークイン	0297-64-1335	〒301-0005 龍ヶ崎市川原代町2422-10
花農場	0297-64-1393	〒301-0005 龍ヶ崎市川原代町2422-11
古城の家	0297-85-4304	〒301-0834 龍ヶ崎市古城3204
ともだち村	0297-58-5201	〒300-2307 つくばみらい市板橋2147-1
ふれんず(本部)	(板橋マリーナへ)	〒300-2312 つくばみらい市神生530 きらくやま
ふれんず(板橋マリーナ)	0297-58-0466	〒300-2307 つくばみらい市板橋2147-4
ポランペの家	0297-57-0756	〒300-2307 つくばみらい市板橋2147-4
相談支援事業所マリーナ	0297-58-3670	〒300-2307 つくばみらい市板橋2147-4
わかば	029-836-8544	〒305-0861 つくば市台町1-2-2 谷田部老人福祉センター
フレッシュグリーン	029-875-3680	〒305-0861 つくば市谷田部4701-2