

## 集団訓練による効果について ～<にじ>の集団訓練のあり方～

障害者支援施設<にじ>は社会生活の自立を促進するために集団訓練を推奨しています。施設生活の様々な訓練や生活動作に対し、残存機能を最大限に活用し自分の力で行います。自分の力で生活管理が自立できた経験を退所後の安全な社会生活への自信や実現につなげます。今号では<にじ>での集団訓練のあり方を、次号では集団訓練の成果について、2回に分けてお伝えします。

<にじ>の訓練は病院で行う個別でのリハビリテーションと違い、療法士の直接的な介入はありません。しかし担当の療法士をはじめ多職種が意見を出し合い「より能動的な生活」を目指し、日中の大部分を占める「訓練を実践する施設生活」を支援しています(図1)。

<にじ>の集団訓練は大きく4つの段階に分かれています。基礎体力・注意力の向上を基盤とし、生活活動・生活管理・社会生活の各段階で自立を目指すプログラムを行います(図2)。

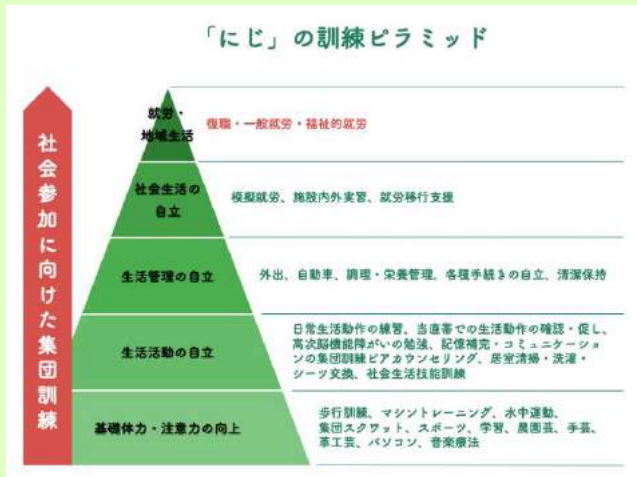


図1: <にじ>週間スケジュール例

	月	火	水	木	金	土
9:00-9:50	革工芸	パソコン	実践リハ室	身体機能	革工芸	
10:00-10:50	入浴	手芸	入浴	手芸	入浴	身体機能
11:00-11:50	実践リハ室	実践リハ室	学習	革工芸	学習	歌声教室
13:00-13:50	余暇活動	余暇活動	居室	応用作業手伝い	余暇活動	
14:00-14:50	居室・にじ教室	居室・にじ教室	スポーツ	応用作業手伝い	余暇活動	
15:00-15:50	身体機能	生活支援・チャレンジ駆動	身体機能	言語療法	身体機能/音楽療法	

図2: <にじ>集団訓練

## にじ介護士の役割

障害者支援施設「にじ」では1週間に1回『生活支援』という訓練を行っています。

- 目的は ①居室の清掃と整理整頓が行われているか確認  
②生活の様子の確認(薬の管理、間食の状況、シーツの汚染の有無等) です。



清掃や整理整頓が上手くできない利用者には、介護士が『生活訓練』として関わるようになります。例えば…整理整頓が苦手な方には、物品整理を行い、最小限の物で生活を行える配置ができるよう支援します。また清掃の苦手な方には、習慣化を図り清潔な居室で過ごす快適さを体感していただけるように支援をしています。退所後の地域生活を見据え、ご自身の身体状況や性格を考慮し、暮らしやすく環境設定が出来るように支援をしていきたいと考えています。生活の様子確認は、「清掃等が自立された」方にも継続して行います。

「にじ」の利用者は全員個室ですので、誰からも干渉されずに自由に過ごすことが可能で、心の回復を図ることが出来ます。その反面、自己管理が行えない方は間食等不摂生や水分摂取不足などで体調を崩す可能性があります。規則正しい生活を送ることで「にじ」の訓練を休むことなく参加することができます。それは健康管理や日常生活管理が自身で行えることにつながり、社会復帰を目指すうえで大きな強みになります。

整理整頓と清掃が行き届いた居室の維持、食生活や服薬管理を行って『心と体の健康管理』に努めていただきたいと思います。

## 「今を生きる」 ～就労移行OBの方のお話～

5年程前、私は脊髄損傷により四肢麻痺となり、別府リハへ入院・リハビリ後、日常生活の自立と社会復帰を目指して、「にじ」へ入所しました。

「にじ」入所当初は、訓練の一つ一つがこれまでの日常とかけ離れていて「こんな事をしないといけないのか・・・」と自分への絶望感や今後への不安に苛まれる日もありました。しかし、職員の方々との触れ合いや、努力している“仲間”の姿がモチベーションとなり、前向きに訓練に励むことができました。

生活面での自立が見えてきた後は「就労移行支援」で、働くことを意識した日々が始まりました。まず一日動ける体力。そして不自由になった手足の能力を補う方法等を、実践を通して自然と身につけていくことができました。

また、実習では、実社会のスピードや緊張感を味わうことが出来、社会復帰への意欲が高まりました。

現在、私は「にじ」のパート職員として、就労移行支援を中心にパソコン訓練など、利用者の方の自立へ向けての訓練のお手伝いをさせて頂いています。身体は痛みもあり、何かと不自由もある独り暮らしですが、出来なくなった所を数えるよりも、「こんなに出来るようになった」と自分を褒め続けて前を向くようにしています。

仕事をして、たまにイベントや旅行に出かけ、楽しく過ごせている今の生活は、手も足も動かず食事すら一人で出来なかった日を思うと奇蹟のようです。

でも決して一人ではここまで来られなかった。支えてくれた多くの方々、そして「にじ」との出会いに感謝して、今の自分に出来る精一杯をやらなければと思っています。

そして今、働くことや社会に関わることの大切さ、楽しさを心から感じて生きています。



利用者へパソコンを教えるAさん

利用者さん側に立ったご意見やこれまでの仕事のご経験からのアドバイスをいただき、いつも本当に助けていただいています。これからもよろしくお願いします。

(上司より)



別府リハでは4月になると満開の桜が皆さんをお出迎えします。

社会福祉法人農協共済 別府リハビリテーションセンター

障害者支援施設 にじ (機能訓練・生活訓練・就労移行支援・施設入所支援)

〒874-8611 大分県別府市鶴見1026-10

TEL: 0977-67-1716

ホームページ: <https://brc.or.jp/>

