

にじだより

NIJIDAYORI

第17号

2022年4月

別府リハビリテーションセンター
障害者支援施設にじ 広報誌

ご自由にお持ち
帰りください



- ▶ 訓練紹介～マインドフルネス～
- ▶ 外出訓練
- ▶ にじ就労移行OBのお話
- ▶ にじ在所者インタビュー

訓練紹介～マインドフルネス～

この時間は「マインドフルネス」の基本的な考え方を学び、「今この瞬間に意識を向けること」を五感を使って練習します。「マインドフルネス」を行うことで、今の自分の感情や思考に気づき、思考に振り回されずに自分にとって必要なものを選択できるようになります。マインドフルネスは道具もコストもかからず、やり方を覚えればいつでもできるため、セルフケアの1つとして、退所後の仕事や生活の場面でお役立ていただきたいと思います。



写真は「マインドフルネス」の様子
いつもは電気を消して行っています

外出訓練

外出訓練は退所後の通院や買い物、公共交通機関利用などを見すえ実施します。前回車いすで参加されたお二人。「歩いて参加することができた！」と、ご自身の変化にとっても感動していました。外出訓練を通し喜びを分かち合う機会が得られました。利用者の方々にはコロナ禍での感染対策で我慢していただく日々ですが、安心して社会生活を送れるよう、にじとして提供できる最善の支援を続けてまいります。



オンライン説明
始めました



みなさまのもとへ施設説明にうかがいたいのですが、新型コロナウイルスの感染防止対策のため、社会的に往来が難しい状況が続いています。

みなさまとの繋がりは大切にしたいとの思いでオンライン(ZOOM)での施設説明を始めました。

にじ就労移行OBのお話

脳出血により右手足に麻痺、ことばの障害(失語症)が残ったAさん。
約3年間、にじで機能訓練・就労移行支援に取り組まれました。
訓練・就職活動を経て、当施設の職員として勤務を始め、約3年が経過しました。
同僚からの信頼が厚く「いないと困る！」存在として大活躍のAさん。
今回はにじの元利用者であるAさんの仕事やその工夫などご紹介します。

<にじ>でのAさんの仕事

Aさんは毎朝運動に取り組み、体の調子を整えて出勤します。
体調管理をしっかりと、前向きに取り組むAさん。仕事の一部をご紹介します。

一般事務作業

- ・データ入力作業 ・ファイリング作業
- ・シュレッダー作業 ・ラベリング作業・日誌作成
- ・書類作成 ・利用者さんの外出外泊など諸手続きなど



施設内の消耗品を確認し補充します。
ミスがないように気をつけています。



1日2回、運びます。
運びやすいようになめ掛けのバッグを使っています。

メッセンジャー業務

- ・カルテや郵便物の運搬作業
- ・備品管理



毎日、数十名分のバイトルなど
たくさんのデータ入力をします。



書類は分かりやすいように
工夫して整理しています。



手書き作業は重りや
滑り止めを使って書き
やすいように工夫して
います。

教えて!質問コーナー

- Q1. 仕事するうえで、気をつけていることは何ですか？
A. 「ミスしないように気をつけています。とても楽しく働いています」
- Q2. ズバリ...Aさんのように長く働く秘訣は何ですか？
A. 「体調を崩さない。運動を継続しています」
- Q3. 今リハビリに励まれている方へ伝えたいことはありますか？
A. 「諦めずに頑張ってください。周りのおかげでここまで来れました」



いつも真面目にコツコツ仕事に励むAさん。
インタビューでは「みんなに助けられている」「感謝している」と感謝の言葉が多く聞かれました。
Aさんの温かい人柄や仕事に取り組む姿をみて、私達も元気をもらっています。
またAさんは、リハビリに励まれている方へ「諦めずに頑張ってください」と力強いメッセージを送られました。
諦めずに毎日コツコツ取り組んでこられたAさんだからこそそのメッセージです。



にじ入所者インタビュー

訓練終了を目前にされている利用者の方にインタビューを実施しました。障害が残って混乱していた時のこと、にじの集団訓練と病院リハビリとの違い、他利用者の方の姿に支えられたこと、そして今現在リハビリに取り組む方へのメッセージをいただきました。

「入院中ににじの話を聞いたけど、自分は失語症があって、正直頭の中がグルグルで何を言われているのか分からなかった。でも家族のすすめもあって行くしかない…でも半年で帰ろうと思って入所した。

同じ症状を持った方が笑顔で人としゃべったり歩くのを見て、「なんか元気だな、この人はすごい」と思い自分も何か出来ることはないかなと考え始めた。その人の存在があったから、訓練にも頑張ってきた。

**“心が折れてもこのままではない！
もう少し、もう少し頑張れが必ず先は見えてくる”**
今はそう強く思います」

(30代男性・脳出血にて右片麻痺・失語症 入所期間:2年8ヵ月)



「病院ではスタッフの声かけがあり治療やリハビリに集中できていました。一方にじは、日課は決まっていますが、空き時間の過ごし方を自分で考え動かないといけない。空き時間をいかに有効に過ごせるか、また生活リズムを整えられるかの大切さを実感しています。社会に戻るの今は怖いけど…

**“仮免許(にじの生活)を持てば路上運転(地域生活)も
自信を持って出来るのではないかな”**
と思っています」

(50代男性・脳出血にて右片麻痺・失語症 入所期間:1年6ヵ月)



【対象となる方】

回復期リハビリテーション病棟を退院された方や地域で生活されている方で

- 18~65歳くらいまでの方
- おおむねトイレが自立されている方
- 常時医療行為が必要のない方
- 集団生活出来る方
- 障害者手帳をお持ちの方、または申請予定の方
(手帳をお持ちでない方もお気軽にお問合せください)

ご相談ご質問
お待ちしております。
小野

