



# にじだより

**NIJIDAYORI**

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

第26号2024年7月



- ▶ 退所後のOBアンケート
- ▶ にじのOB座談会 ～後半～
- ▶ バス・電車de外出訓練

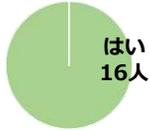


# 知りた〜い！退所後の生活はどうしてる？

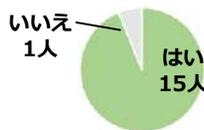
## アンケート

退所後3カ月の方にアンケート調査（対象者20人のうち回答者16人）を行いました。「にじ」で鍛えた生活力は維持できているのでしょうか？結果の一部をご紹介します。

### ■ 夜は眠れていますか？



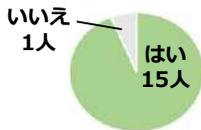
### ■ 薬の飲み忘れはありませんか？



### ■ 3食、食べれている？



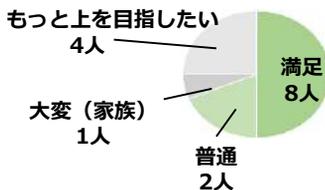
### ■ 困ったときに相談できていますか？



### ■ 家族や知人との交流はありますか？



### ■ 現在の生活に満足していますか？



### ■ 生活の中で楽しみはありますか？（自由回答）

買い物、ドライブ、読書、テレビ、ゲーム、SNS 資格取得勉強、妻との会話、仕事、音楽鑑賞 美味しい物を食べる、宅配ピザなど

### ■ 普段はどこか外出していますか？（自由回答）

就労継続支援B型：11名  
通所リハビリ：4名  
一般就労：2名  
就労継続支援A型：2名  
その他：買い物、外食、散歩など

### ■ にじの訓練で役に立ったことは？（自由回答）

筋力トレーニング、革工芸や手芸のアクティビティ 運動、パソコン訓練、就労訓練、受注作業、メモリーノートの練習、施設生活すべて  
「色々な人の話を聞いて 障害に向き合えるようになった」

### ■ 休日は何をしていますか？（自由回答）

買い物、ドライブ、映画、散歩、読書、テレビ、ゲーム、 ネットサーフィン、実家に行く、 どこかにお出かけ、箱折り など

ご協力ありがとうございました



入所中に整えた生活習慣はおおむね維持されていました。またご自宅にこもることなく、就労を継続できている方がほとんどでした。生活の充実や楽しみの一環として「買い物」をあげている方がいらっしゃいますが、今回のアンケートの声を反映して、今年度からカリキュラムに「買い物支援」を取り入れています。

相談ごとや他者と交流している方が多い一方で、そうでない方もいらっしゃいました。退所時には地域の社会資源や支援者とより一層の連携を図り、誰もが困りごとを一人で抱えずに過ごせるように支援してまいりたいと思います。

# にじのOB座談会

にじ座談会「障害を持って働くこと」 ー後半ー

現在別府リハで働く、にじOBの皆さんに、“にじ”の思い出や、今の仕事や生活について、座談会という形でお話を伺いました。2回に分けて内容をお届けしている今回はその後半です。

## Q 生活で困っていること、大変なことはありますか？

K氏：「すごく具体的だと布団を干すとき。大きいのを高いところに広げるのが片手だと大変で、『もう一本手があればなあー』って思うんですよ」

N氏：「僕はそんなでもないなあ。同じ片麻痺でも違うね」

W氏：「しいてあげれば、買い物、洗濯物干し、掃除機かけ？ 全部面倒くさいだけかも(笑)」



G氏：「じゃあ、買い物の荷物はどうやって持って帰る？」

W氏：「スーパーのカートで車まで運んで、またカートに戻しに行く」

K氏：「基本はリュック。片麻痺だとずり落ちやすいので、胸の前で留めるベルトを使ってる。 バスカードはワイヤー付きケースに入れて、リュックにつけられるから便利ですよ！」

N氏：「リュックとショルダーの2つ持ち。安い店でたくさん買うから」

K氏：「かごにたくさん入れすぎて、レジ前で「こんなに持てんな」と思って戻すこともあります」

G氏：「あるある！ だから重い物や大きな物はAmazonや生協で買うようにしています」



K氏：「バスの乗り降りは、最初の頃は大変だった」

G氏：「バスが混んでる時どうしてる？ 私は乗る距離が長い時は次のバスを待って座るかな」

N氏：「近隣のスーパーからだ、タクシーで帰っちゃいます。手帳使って」

G氏：「あと、混んでるバスでお年寄りが来た時、居心地が悪い」

N氏：「申し訳ないけど、自分も麻痺があり席を譲る余裕が持てない」

G氏：「パッと見て障害があるのがわかりにくいと困るよね」

K氏：「僕は装具をズボンの上からつけて、障害者だとわかるようにしてる」



## Q 将来についてどのように考えていますか？

N氏：「一生ここにあります！（笑）」

W氏：「今が良ければとりあえずいいかな」

G氏：「仕事を辞めた後、何ができるか、何をすればいいのか、社会と繋がっているか不安」

K氏：「まだ考えていないかな」

## Q にじ利用者みなさんへメッセージをお願いします。

N氏：「辛いこともありますが、人生の中ではちっぽけなことですよ」

K氏：「本当にあきらめないで！ 最初は一生懸命やるけど、途中でもういいやってなる人が訓練でも結構いるから」

G氏：「何でもいいので楽しみを見つけてください。外に出なくなると体も心も弱っていくから「仕事も生活も全部リハビリ。いつの間にか出来るようになってる事って結構あります」

W氏：「みんなと一緒に！」



紙面の都合上、全てをお伝え出来ませんでした。当事者の立場として大変貴重なお話をおうかがいできました。また機会に、こぼれ話や体験談などもご紹介したいと思います。

座談会メンバーの皆さん、ありがとうございました。

# 「バス・電車」de外出訓練

バス・電車を利用し外出訓練を行いました。外出する数日前にリフトバスの予約をし、バスに揺られて別府駅に到着！電車にも挑戦しました。別府駅では、駅員さんがスロープ設置のお手伝いをしてくれました。

(外出訓練のスケジュール)



## ～バス～



いよいよ出発！  
わくわくドキドキ



車いすの悲鳴が、  
キー、ガッガッガ

傾斜があるスロープは、車椅子のフットレフトが接触してしまいます



車いす、  
ロックよーし

バスの中は車イス2台。一緒に乗れて、ひと安心。路線は坂道が多く、ストップ&ゴー時は手すりが必須！ちょっとしたジェットコースターでした！

## ～電車～



車いすは窓口側へ



段差少なく快適でした



目的地にも準備OK



ホーム到着！慣れないエレベーターやトイレを体験。「ボタンはどこかなあ…」



「今回、バスと電車の乗り降りにチャレンジでき、外出することができました。社会生活に少し戻ってこれたように感じられ、よい気分転換にもなりました。次回は歩いて、エスカレーターに挑戦したいです」



### 【にじ入所の対象となる方】

- 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
- 集団生活が出来る方
- 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・ご質問を  
お待ちしております！

入所担当：小野



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

〒874-8611 大分県別府市鶴見1026-10  
TEL：0977-67-1716  
FAX：0977-67-8576  
URL：https://brc.or.jp

