

今井城学園通信

社会福祉法人 天使園
児童養護施設
今井城学園
青梅市今井 2-1207-8
発行日 2017年7月
第13号

園長あいさつ

小田川広明

平成29年度が始まり、3ヶ月が経ちました。3月末には6名の子どもたちが就職・進学とそれぞれの道に進んでいきました。又、5名の子どもたちは家庭に帰り家族での再出発を始めました。子どもたちが元気に生活していけることを祈りたいと思います。

さて、今井城学園が平成8年に現在の場所に新築移転してきてから20年が経ちました。建物もあちらこちら傷み、使いづらくなってきているところも出てきています。一昨年度から少しずつ改修工事を進めています。一昨年度は子どもたちの浴室を改装しました。以前は数人が一度に入れるような大きな浴室でしたが、1ユニットの定員も少なくなりましたので一般家庭と同じような浴室とし、一人でゆっくり入れるようにしました。昨年度は、トイレの改修を行いました。改修前はタイル敷きの冷たい感じのものでしたが、乾式で明るい感じになりました。また、幼児用のものも設置しました。今年度は、長年念願でありました敷地の改修工事に手をつけています。敷地の西側及び北側は斜面になっており、有効利用が出来ず、また、土が崩れ将来的には危険が予想されていました。今年度中には、平らな土地になると期待しています。



学園紹介シリーズ

No.13

グループホームみずがき紹介

みずがきホーム長 菊地 優司

グループホーム(以下 GH)みずがきは、4か所ある当園の GH の内、一番初めに開設された GH です。制度的に言うと、『地域小規模児童養護施設』という事になります。国の規定によると、「定員は6名で、本体施設とは別の住宅を使って、家庭的養護を行うもの」と定義されております。実際、みずがきでは、男女3名ずつ計6名の児童が生活しております。下は小学4年生から上は高校3年生まで、賑やかで楽しい毎日です。近年、国の方針として児童養護施設の小規模化が勧められており、その狙いのひとつは、より家庭的な養護を実現しようという事だそうです。

では、どんな所がより家庭的なのかと申しますと、大きな部分は食事の面ではないかと思えます。当園の場合、本園では調理員が調理室で作った物を受け取って、各ホールに運んで食事を食べます。GHでは、現場の職員が児童の目の前で作り、時には児童にも手伝ってもらいながら食事作りをします。そういった意味で、より一般家庭に近いといえるでしょう。食材の買い物に児童が付き添う機会も多く、自然な形で『食育』が実現できるのが強みであると感じております。ただ、これがなかなか大変な仕事でもあります。調理の勉強をしっかりとってきた訳ではないので、入職9年目になった今も、毎回、四苦八苦しながら料理を作ります。所属が本園から GH に移った際は、調理して頂けるありがたみを実感し、調理職員さん達が女神に見えました。(今でも女神に見えています!)

食事は子ども達の大きな楽しみですし、家庭の温かみを伝える大切な関わりでもあります。子どもの「これはないわ〜」にへこみ「美味しい!」に喜ぶ、これもまた家庭的と言えるのかもしれない。

日常でのアンガーマネジメント 鈴木慈光病院 山川 英彦

初めまして。今井城学園で嘱託医をしている精神科医の山川英彦と申します。今回、今井城学園通信の1枠をお借りして、日常生活の中での怒りについて書かせて頂きます。僕も3人の育児中で、怒ってはいけないと思いつつも、つい怒ってしまう日々です。子供が自分と同じ口調で怒っているのを見てハッとしたりしています。そんな時に実践して役に立ったことをご紹介します

① 怒りを感じたら6秒間待つ

怒りは大体6秒間待つと弱まると言われています。僕の場合はもう少し時間がかかって最低でも2~3分間はかかります。その場から離れて怒らないといけないことであったかを考えると、たいてい怒る必要はそれほど無く、子供に自分が怒っていることを自覚してほしかったりする部分が多いことに気が付きます。そしてその間にすぐに怒れるタイミングを逃します。そこで、何で怒ったのかを分かるように説明しながら子供に伝えます。

② 子供と一緒に考えてみる（一緒に作戦会議を開く）

本人に分かってもらえないといけないことの場合、子供と一緒に作戦を考えてみると乗ってくれることがあります。場合によっては、目標を達成出来た日は一緒に紙に好きなシールを貼って褒めるようなご褒美をあげてもいいかもしれません。

③ カウントダウン

なかなか「早くやりなさい」と言っても、色々なことが気になって動き始めてくれないのが子供たちですよ。そんな時におもむろにカウントダウンを始めると何故かささっと動いてくれることが多いです。

3つの例を挙げましたが、その子にあったやり方が見つけられるのは一番近くで見守っている皆さんだと思います。怒りは爆発させればさせるほど、些細なことで爆発しやすくなり攻撃的になってしまいます。またその様子を見た周囲も攻撃的になってしまいます。怒りは人間が本来持っている感情で必要な不可欠なものです。上手くお付き合いして、今しかない毎日を少しでも楽しく過ごせるよう肩の力を抜いて過ごしていきましょう。

職員リレーコラム (.) 職員自己紹介 その13

初めまして。本園3階サボテンホールで働いています熊坂啓史と申します。入社してから4年半ですが、年齢は40歳を超えています。今までの人生経験や子育て経験を活かして、日々、子ども達と関わっています。

中高生にとっては施設を出た後の生活に少なからず不安を抱いていると思います。施設にいる時間より、卒園後の時間の方が長く大人として見られる事を伝え少しでもイメージできる様に働き掛けています。そして、常に本気で子ども達と向き合う事を心掛けています。

現在、学園には9名の幼児が元気に生活しています。怪我や病気も付きものです。その様な時の対応も経験を活かせる場となっています。子ども達だけでなく一緒に働く職員にも経験を伝え、より良い施設となる様に頑張りたいと思います。



初めまして。本園2階カーネーションホールで働いている小林菜摘と申します。今年度で入社して、4年目となりました。

今年度、2階女子ホールは幼児が2名、小学生が3名、中学生が3名の8名でスタート致しました。毎日とても賑やかで、笑いの絶えないホールです。カーネーションホールの高齢児は、いつも幼児の面倒を良く見てくれる、頼れるお姉さん達です。様々な年齢の児童がいるからこそ、助け合い、お互いに成長し合える環境があります。日々、子ども達の成長を見られる事が、この仕事の醍醐味だと私は思います。また、子どもが成長するのと同じく、私自身も成長を自分で感じております。

これからも子ども達と一緒に成長して行きたいと思います。

どうぞ、よろしく願い致します。



ほっと・ファミリー

ファミリー・ソーシャル・ワーカー 吉澤恵子

連載13回目。新しい年度を迎え、新しい仲間・職員を迎えて新しい生活がスタート致しました。

FSW としては、今年度、家庭に帰れる子どもはいるのか？フレンドホームに繋げられる子どもはいるのか？と考える季節となりました。何事も目標を立てて組み立てて行かないと結論に繋がりません。

年度末の3月に、それぞれの子ども達が自分らしい生活を掴み取れる様に考えを巡らして資源を模索致します。その為には、一人一人の希望や考えを聞く事から始めないとなりません。いつも同じ空間で生活をして、いつも見守っていても、一人一人の気持ちはきちんと言葉で話してみないと分かり合えません。

職員サイドで良かれと思って支援を行っても、子どもサイドに取っては全く良いと思っていない事はたくさんあります。一対一会話を行って、子ども一人一人が何を欲しているのかよく話を聞かない事には、子どもの欲している事は全く分からないと言う事を、FSW として12年働いて掴み取りました。真剣に時間を掛けて話し合う事の大切さを、心から伝えたいと思います。

本当の親子であっても、毎日会話をしている、小さなズレは起こります。小さな思いのズレが、大きな問題を引き起こします。小さな思いのズレを、その都度修正する事で、お互いの理解を深め安心感を得る事が出来ます。結果、親に取っても子どもに取っても、日々の家庭生活・学校生活・職場生活が安定するのだと思われまます。

私も会話の大切さを改めて認識し、頭の中で考えるのではなく、子どもに直接話を聞く所から始めなくては・・・と、心新たにしております。会話は、しなくなるとどんどん出来なくなってしまい、勝手に相手の心を想像し、悪い方に考えが行ってしまう所があります。とにかく取り合えず会話をし、相手の考えを引き出し、理解をし合う事だと思ひます。人間は、意識をしないとついつい手抜きをしてしまうので、「会話を積極的に行う！！」を目標にして頂けたらと、提案させて頂きます。

こころの窓

心理士 長嶋 彩

梅雨の季節から夏空がまぶしく感じられるころとなり、夏休みももうすぐそこまで来ていますね。皆様体調は崩されていませんか。

突然ですが、最近悩んでいることはいくつありますか？悩みが少ない人、ありすぎて困るという人、様々いらっしゃるかとは思いますが、その悩み、果たして本当にあなたが取り組むべき課題でしょうか。例を出してご説明します。一緒に行動することが多い友達Aがその時の気分であなただけを振り回している状況があったとしましょう。このような状況が毎日続けば、「なんで私ばかりこんな嫌な思いを・・・どうしてあの子はいつも気分を周りを振り回すの？」と気分を害され、その友達との人間関係に悩み、その事ばかり考えてしまうこともあると思います。そんなとき、「課題の分離」という考え方が少し気持ちを楽にしてくれるかもしれません。まずは「果たしてそれは私が悩むべき課題なのか？」という質問を自分に問うてみてください。気分を相手に振り回し、周りの気分を害しているのは友達Aの課題。私の課題は嫌な事があると気持ちをコントロール出来ないことです。友達Aの振り回し行動はAの意志で動いていることなので、第三者はコントロールすることは出来ません。その事について悩んでも、どうしようも出来ないのです。このように課題の分離が出来たら、自分は具体的に何が出来るのかを考えてみましょう。気持ちが沈んでしまったら、気分転換になにか好きなことをして気持ちのバランスをとってみたり、可能であれば友達Aと関わる時間を少なくすることも有効でしょう。自分自身でコントロール出来るようになることがあなたの課題です。

課題の分離を意識して悩み事の捉え方を整理してシンプルにし、新たな視点で物事を考えることによって、複雑な悩みが少し軽くなるかもしれません。



レッツ・クッキング

栄養士 原口康子

チーズを使った料理は、子どもたちに人気は高くはないですか？先日、お誕生日の子どものリクエストでチーズフォンデュを出したら、大好評!! 笑顔で囲める食卓は心が和やかになりますね。

チーズは太りやすいのでは？いえいえ、チーズには良質なたんぱく質やビタミンA・B2、カルシウムが多く含まれているため、食べておきたい食品の一つ。多くの食品、特に野菜と一緒に食べることでチーズが持っている栄養素も体の中へ！体に良いから・・・とその食品だけを大量に食べることはあまり良いことではありません。いろいろな食品を少しずつ食べることが健康な体を作る第一歩！そこで今回は、チーズと相性の良いトマトソースをご紹介しますと思います。ピザトースト、なすやじゃが芋の野菜グラタンなど、使い勝手がとても良いんです。是非、お試し下さい。

【ピザトースト】5人分

〈材料〉

食パン6枚切り 5枚
ケチャップ 大5杯 ミックスチーズ 75g
トマトピューレ 大2弱 玉葱スライス
玉葱みじん切 大3杯 ベーコン
オレガノ 1～2振 コーン缶
乾バジル粉 2～3振 ピーマン
オリーブ油 大1/2杯 具材はお好みで
お勧め：コンク（パウダーでも可）を少し加える

〈作り方〉

- ①小さめのフライパンにオリーブ油をひき、玉葱のみじん切りを透き通るまで炒める。
- ②ケチャップ・ピューレ・オレガノ・バジルを入れ、1分ほど火を入れる。
(多めに作るときには2～5分煮る)
- ③あら熱をとり、パンにぬり、具材をのせて焼く。
※レンピの分量は少なめであるため、倍の量を作って色々な料理に活用も！



飛躍の時

学習指導員 寺林 隆一

私は、小学生の頃、いわゆる野球少年でした。毎日、放課後は同学年のほかのクラスの子たちと野球の試合をしていました。

一方、授業といえば、好きな体育、音楽、図工以外には関心がなく、好きな三教科を除くと、成績は「ふつう」でした。

そんな私が中学生になる頃、突然、勉強がしたくなったのです。そのきっかけは、小学校の卒業式だったようです。卒業式が終わったあと、私は天の手によって頭をガンと打たれたようでした。

私が中学生になると、猛烈に勉強しました。しかし、最初の頃は、小学校時代のツケがあったため、授業中、私がどんなに集中しても、さっぱり先生の話の内容が分かりません。それでも私の勉強したい熱意は強くなるばかりでした。そのうち勉強の方が根負けしたのか、勉強自身がその秘訣を打ち明け始めました。何と分かるようになってきたのです。

学習には、飛躍の時があると思います。どんなに勉強が分からなくてもあきらめないでください。きっと、飛躍の時が来ます。



編集後記 おかげさまで「今井城学園通信」第13号を発行することができました。この通信を通じて、今井城学園を地域の皆様に広く知っていただき、職員の持つ専門知識が皆さまの生活に少しでもお役に立てればと願っています。記事の内容に関して、ご質問、ご要望等がございましたら、下記の連絡先まで遠慮なくご連絡ください。（編集委員）

今井城学園

電話：0428-31-2277

eメール：info@imaijyo.or.jp

ホームページ：http://www.imaijyo.or.jp

