



注目

むすび深町では、自立訓練（生活訓練）通所利用者と、宿泊型自立訓練の新規入居者を募集しています。定員は通所利用が20人、宿泊型入居が18名です。職員は男性2名と女性が6名で、小規模の特性を活かし、利用者さまの訓練が円滑に進むように、細やかな工夫と確かな誠意をもって業務にあたらせていただいています。ご利用希望の方はぜひお問い合わせください。ご見学ももちろん大歓迎です！

担当：加藤 服部



### 通所 自立訓練（生活訓練） スケジュール

- 8:30…送迎
- 9:00…朝の掃除と前日の振り返り
- 9:30…ラジオ体操、みだしなみ確認
- 10:00…1限目カリキュラム
- 11:00…2限目カリキュラム
- 12:00…昼食
- 13:00…3限目カリキュラム
- 14:15…4限目カリキュラム
- 15:30…清掃、日誌記録
- 16:00…送迎

#### 職員からの一言。

同じ木からなっている実でも、いろんな色がある。気になって青色の種類を調べてみたら、日本の伝統色として、青色だけで69色もあるとのこと。孔雀色、瑠璃紺、勿忘草、露草色、浅葱色、群青色……。名付けられたことでその色が生まれる。その豊かさと言葉の美しさに舌を巻く思いです。そんな目で山や木々を眺めると、みごとな色彩の氾濫に改めて気が付けられる。そんな秋の日です。

支援員 安達

〒990-2462  
山形市深町1丁目4-13  
TEL 023-666-4471  
FAX 023-666-4472  
E-mail musubi-f@klala-net.jp  
特定非営利活動法人 あじさい



# 自立訓練（生活訓練）／宿泊型自立訓練 相談支援事業所

広報誌  
2023年11月号

# むすび深町

あなたの暮らしと社会を「むすぶ」

あさがおのつるで...



6月に植えた朝顔のつるを11月に収穫しました。職員のSさんの発案で、つるをそのまままるっとまとめ、本体を飛び出している数本のつるで結びつけ、リースに変身！ 訓練室で陽光を当てながら乾くのを待ち、来月には利用者の皆さんでクリスマスリースとして装飾を施す予定です。自然を生かしつつ、季節のイベントを感じる素敵な創作になる予定です。朝顔の種もわずかながら収穫することができ、来年も花を育てることが今から楽しみです。例年より暑い日々が続いた今年、11月の中旬になってようやく秋を感じられました。むすび深町の近況をご報告します。



## その他のカリキュラムの様子

**○調理訓練** 月に一度の実施。この時期ならではの芋煮づくり。それぞれの家庭で馴染んでいた作り方との違いを見つけたり、作り方のコツを改めて教わったりしながら、山形ならではの御馳走づくり。メインが芋煮なので、栄養バランスを考えて副菜には炒り豆腐と、デザートには牛乳入りプリンも作りました。



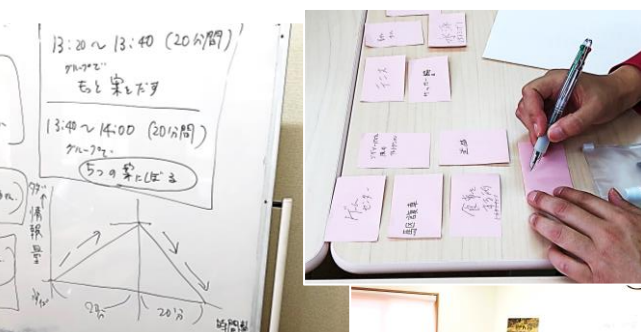
**○体力づくり** むすび深町の利用者のみなさんはとにかく歩くのが大好きです。平気で往復1時間は歩きます。もちろん風景を眺めながらなので歩調は無理がないペースです。近くに流れる犬川（いぬかわ）の側道はそぞろ歩きに最適なコース。木々や草花の観察は、季節の移ろいがよく感じられます。



## グループワークで「話し合い」の練習

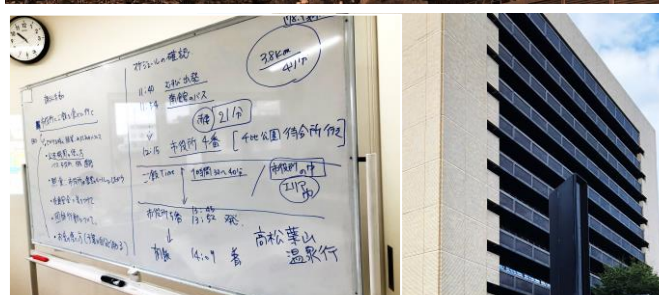
むすび深町では、グループで訓練することが多くあります。例えば調理訓練にしても、その回のメニューを話し合いでみんなに決めてもらっています。話し合いのスキルUPのため、[いろいろな可能性を考える&多数決では無い方法で物事を決定する練習]をしました。

「もしむすび深町の近隣に、複合的アミューズメント施設ができるとしたら、どんな希望がありますか?」という題目を立て、まず一人一人が付箋に、自分の希望を5つ記入。その後にグループに分かれました。前半20分、その付箋を活用しながらメンバーの希望の共通点と見つけたり、さらに新しい案を足します。後半はやはり20分かけて、たくさんの案を5つに絞るために話し合います。グループでの結果は、他のチームや職員に分かりやすく発表です。興味深かったのは、おのづからグループ内に、話を進行役を務める人、書記をする人、発案をどんどん出す人などと役割が生まれたこと。それぞれの個性が顕著に表れました。



課外活動の一環として、市役所食堂で昼食を食べに出かけました。目的は、①公共の場でのマナーやふるまい方、②公共交通機関の使用法、③外出の際に必要な準備、④集団で行動すること、⑤新しい余暇を発見すること、と学びは多岐にわたります。利用者みなさんは数日前から、バスの経路や時間を調べ、当日のタイムスケジュールを作り、持ち物を考えました。当日も、バス料金の支払い時の障害者手帳の見せ方、食堂で券売機でのふるまいをイメージし、空いた時間の過ごし方も考えるなど十分な準備をして、いざ出発! ……しかし実際には想定外のことがたくさん起こりました。慣れた場所から一歩外に出るだけですべての勝手が違い、日常の習慣から外れることはみなさんには不安感も大きくあったようです。つまりそれだけこの冒険は大事な学びにつながっています。課外活動は定期的にも継続してゆく方針です。

## 課外活動で山形市役所に行ってみた



**○外部講師** より深い生活の学びのために、専門家を招いて講座を行っていただいています。今回は山形県消費生活センターから来ていただきました。日々の買い物にも常々「契約」が生じていること、電子マネーやクレジットカードの仕組みとその危険性についてなど、詳しい事例とともに教えてくださいました。そして「困ったら必ず人に相談する」。これが重要なポイントでした!

**○ふり返りと目標立て** 毎月末には、利用者の方一人ひとりがその月の訓練について振り返り、それを踏まえて翌月の目標を立てます。重要なポイントは3つ。①なるべく具体的にすること。②達成ができそうなことにすること。③あまりたくさんは挙げないこと。目標が達成されている場合は次のステップを考え、難しかった場合は見直しをするなど行います。