



# 2021年 ドリームごよみ 2月

## 高次脳機能障がい者活動センター 調布ドリーム

2021年2月10日発行



### 2021年1月活動のご報告

#### 新年の初顔合わせは福笑いで

##### 【生活訓練】

1月5日（火）が令和3年の最初の来所日でした。ドリームでの初顔合わせの恒例は「福笑い」です。トレーニーはまず目隠しをして、顔のパーツを受け取ります。そして他のトレーニーからの声援を受けて、左右に、上下に、動かしながら顔を作っていきます。



マスクが目隠し代わりです。



目隠しを取って  
びっくり^^



いい感じに仕上がりました。

##### 【就労継続支援 B 型】

今年の初顔合わせは、密を防ぐために、生活訓練と就労B型と別々に行いました。

年末年始の過ごし方を話し、恒例の「福笑い」で爆笑！

今年の抱負を話したり、と和やかな雰囲気での初めを迎えました。



どう？こんな感じ？



出来上がり！



はい、次は口ね



## 新年の抱負

トレーニーのみなさんに、新年の抱負を訊いてみました。



### 【生活訓練】

#### 今年の抱負は？

- ゆう**：薄味中心&復職が一番の目標
- むっ**：パソコンでのデザインに慣れたい
- ぜん**：わからないことを考えられるように努力したい
- たむ**：健康でいられますように
- あま**：腰痛がよくなったら、美しいものを探しに行きたい。美術や書道など
- ふる**：徳川埋蔵金を見つけたい

### 【就労継続支援 B 型】

#### 今年の抱負・目標

- よう**：規律ある生活を続けたい
- オット**：コミュニケーションを、もっと増やしたい。学校も行きたい！
- さいとう**：カラオケ・旅行に行きたい！希望・プレス5を買いたい！
- くの**：健康にすごしたい。テニスがうまくなりたい。
- みっ**：就職したい。(一次合格したい！)
- さとしん**：今まで通り！
- なお**：パソコンを覚えたい・体重を減らしたい
- ひで**：何かに集中してみたい
- ぐっ**：体調を整える(睡眠)

夢のある抱負もありますね。ときどきみんなと一緒に振り返りながら、目標に近づいていきたいです。

## 夢市だより

### 【文・写真/えの・さいとう】

2月9日(火)よりリサイクルショップ「夢市」を再開します。

営業時間は、火曜日～土曜日の10:00～15:00です。

新しく『人気の柄』のマスクを作りました。是非ご来店ください。



## 在宅ワーク・在宅リハをしてみて～アンケートの結果



### 【きん・みお/職員】

1月8日より、就労継続支援B型では、在宅ワークに加え、週1-2回ドリームに通所して、それぞれの作業に取り組んでいます。生活訓練では、トレーニーの皆さんは在宅でのリハビリに取り組んでいます。

そこで、在宅でワーク・リハビリをすることについて、トレーニーの皆さんにアンケートをお願いして、気づいたことや感想など「トレーニーの声」を集めました。

作業が楽しいという感想もありますが、やはり仲間とともに取り組みたいという気持ちを感じられました。またドリームで、みんなと一緒にリハビリやワークに取り組んでもらえる日が早く来ますように！

## 在宅リハに関するアンケート

### 生活訓練

匿：匿名希望

#### ①どのような在宅リハをしていますか？

「小物を作る系」(匿)  
「DX 検定、復職に向けた勉強など」(ふる)  
「塗り絵、メモリーノート、与えられたものをこなす」(匿)  
「脳トレ、散歩等」(ゆう)  
「課題プリントと筋トレ」「ウォーキング」(あま)  
「プリント」(たむ)

#### ②在宅リハで困っていることはありますか？

「特になし。しゃべる相手がなくてさみしい」(匿)  
「淋しいし、心細いです」(ゆう)  
「家だと集中しづらい」(匿)  
「刺激が少ない」(あま)

#### ③在宅リハで楽しいことはありますか？

「ティッシュケースなど、新しい物ができて使えるところ」(匿)  
「基本的に勉強は楽しいです」(ふる)  
「時間の使い方が自由だということ」(匿)  
「クロスワードを解くのは楽しいです」(ゆう)  
「昔の仲間3人で、ライン通話により対談を10日に1回くらいやっていること」(あま)

#### ④在宅リハで発見したことはありますか？

「運動不足になりがちです」(ふる)  
「特になし。いかに普通の生活が幸せかに気付かされました」(ゆう)  
「家の方が集中できるかと思っていたが…できないことがわかった」(匿)  
「亀のエサの食べ方。腹一杯になるまで食べるが、それ以上は見向きもしなくなる」(あま)

#### ⑤その他、ご要望や感想などありましたらご記入ください。

「かんたんな作業のできる物があったら作ってみたい」(匿)  
「在宅リハは善し悪しがある」「個人的にはそちらに行行ってやりたい」(匿)  
「ドリームスタッフのプチ状況が分かると嬉しいかも」(あま)

### 就労継続支援 B 型

#### ①どんな在宅ワークをしていますか

よう：国語、計算問題など  
まこ：計算ドリル、漢字など  
えのちゃん：計算問題、ひらがな並べかえ、間違えさがし、ウォーキング  
ない：議事録入力、寄付品の値段検索  
なお：マスクづくり  
ぐっ：絵を描いています

#### ②在宅ワーク中困っている事はありますか？

なお：腰が痛かった  
まこ：時間の区切りがつけられない。タイマーをかけても止めて続けてしまう  
よう、みき、さいとう、みっ、ない、ゴー、ぐっ、さとしん：特になし

#### ③在宅ワーク中、または在宅ワークで楽しい事はありますか？

みき：電話で職員さんと話せてうれしいです  
まこ：自由時間  
えの：テレビを見ること  
くの：絵描き  
さいとう：音楽を聞くこと AKB 4 8  
ひで：たまに新しい発見  
ぐっ：思いがけないきずきが描きながらあるので、描き方が進歩していくのが楽しいです

#### ④在宅ワーク中、新しく取り組んでみた事はありますか？

まこ：家事（火をつかわない家事全般）、ユーキャンリンパマッサージの勉強  
えの：ウォーキング、店の掃除をする  
くの：さらに絵描き  
つね：犬の散歩  
ぐっ：絵を描くそのものが自分には新しいことです

#### ⑤その他、ご要望、感想などありましたらお願いします

よう：早く通常の活動になればと考えている  
えの：ドリームに通いたい  
くの：ドリームに来る日を増やしてほしい  
なお：他の事がやりたい（パソコンなど）

◆ご見学・ご来所など◆ 1月8日（金）：足立区より当事者の方とご家族、見学のため来所。

◆ご寄付よろしくお願ひします◆ ご寄付の振込先 郵便局 00180-9-651828 「調布ドリーム」

※通信欄に「寄付」と明記の上、ご氏名、ご住所、お電話番号をご記入ください。追って領収書を送らせていただきます。またドリームごよみにお名前を掲載させて頂きますので、匿名ご希望の方は、その旨も通信欄にご記入をお願い申し上げます。

◆東京都の高次脳機能障害専用電話のご紹介◆

・東京都心身障害者福祉センター 電話 03-3235-2955 FAX 03-3235-2957  
月～金曜日 9時～12時、13時～16時（祝日・年末年始を除く）

・とうきょう高次脳機能障害インフォメーション <http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/shinsho/kojino/index.html>

<生活訓練> **2月の予定** (都合により変更もあります) **ボランティア募集中**

日	月	火	水	木	金	土
	1 休み	2 在宅リハ 午後休み	3 在宅リハ 午後休み	4 在宅リハ 午後休み	5 在宅リハ 午後休み	6 在宅リハ 午後休み
7 休日	8 休み	9 在宅リハ 数人の通所	10 在宅リハ 数人の通所	11 祭日	12 在宅リハ 数人の通所	13 在宅リハ 数人の通所
14 休日	15 休み	16 在宅リハ 数人の通所	17 在宅リハ 数人の通所	18 在宅リハ 数人の通所	19 在宅リハ 数人の通所	20 在宅リハ 数人の通所
21 休日	22 休み	23 祭日	24 在宅リハ 数人の通所	25 在宅リハ 数人の通所	26 在宅リハ 数人の通所	27 在宅リハ 数人の通所
28 休日	★火～土曜日まで ★2月の在宅リハは午前10時30分～12時まで 通所は午後1時30分～3時まで		★在宅リハ・通所のスケジュールは個別に相談して決めています。 ★プログラムは状況により変更する場合があります			

コロナ感染状況により、変更の可能性があります。ご了承ください。

<就労継続支援B型>

日	月	火★	水★	木★	金★	土★
	1 休み	2 数人の通所 午後休み	3 メール便/数人の通所 午後休み	4 数人の通所 午後休み	5 数人の通所 午後休み	6 数人の通所 午後休み
7 休日	8 休み	9 数人の通所 午後休み	10 メール便/数人の通所 午後休み	11 祭日	12 数人の通所 午後休み	13 数人の通所 午後休み
14 休日	15 休み	16 数人の通所 午後休み	17 メール便/数人の通所 午後休み	18 数人の通所 午後休み	19 数人の通所 午後休み	20 数人の通所 午後休み
21 休日	22 休み	23 祭日	24 メール便/数人の通所 午後休み	25 数人の通所 午後休み	26 数人の通所 午後休み	27 数人の通所 午後休み
28 休日	★夢市は2月9日(火)より、 (火)～(土)午前10時～午後3時まで開店します。					

コロナ感染状況により、変更の可能性があります。ご了承ください。

**調布ドリームご利用ガイド**

- \*活動日：週5日(火～土)10時～15時。送迎なし。昼食は各自持参。
- \*生活訓練プログラム(定員20名)：卓球、音楽、認知リハ、パソコン、押し花アート、ゲーム、絵手紙、編物、SST、絵画、新聞アート、書道、料理、スポーツ吹矢、カラオケ、ジャズピアノ、映画鑑賞、麻雀 etc。(下線部分は休止中)
- \*就労継続支援B型プログラム(定員20名)：リサイクルショップ『夢市』(犬用クッキーや自主作品の製造販売とリサイクル品等の販売)、パソコン・絵手紙・絵画などにおいて商品の開発、レクリエーション(卓球、カラオケ、映画鑑賞) etc.
- \*共同プログラム：地域イベント参加、ドリームサロン開催、旅行(下線部分は休止中)
- \*職員：<兼務>施設長1名、サービス管理責任者1名、事務員1名(非常勤) <生活訓練>支援員2名(常勤)  
<就労継続支援B型>支援員1名(常勤)、支援員兼経理1名(常勤)、職業指導員1名(常勤)
- \*専門資格：作業療法士1名、臨床心理士1名
- \*リハビリ講師：卓球、編物、絵手紙、ゲーム、ジャズピアノ、新聞アート、吹矢、書道、麻雀、コミュ&認知、音楽
- \*ボランティア：一般ボランティア・家族ボランティアが、夢市・編物・卓球・料理などで活躍中。(ボランティア募集中)
- \*ご利用には障害福祉サービス受給者証が必要です。(お住まいの各区市の障害福祉課に申請)
- \*障害者手帳がなくても高次脳機能障害の医師の診断書がとれる方、また介護保険の第2号被保険者(40～65才未満)の方もご利用いただけます。
- \*利用料は障害者総合支援法の規定に基づきます。所得により月額負担上限額があります。
- \*随時ご相談を受け付けます。まずは見学にお出でください。不明な点は、その際にご相談ください。

**編集後記** 早くもスギ花粉が飛散しているようです。本来、マスクが嫌いな私は花粉症でマスクをすることはなかったのですが、コロナでマスク生活になっていたのでそのまま。人間、馴れてしまえば何ともないものですね。(まさみ)。

**NPO法人高次脳機能障がい者活動センター調布ドリーム** <http://www.chofudream.com>

(〒182-0036 調布市飛田給1-50-1、京王線「飛田給」駅北口徒歩5分)

TEL/FAX: 042-444-3068

E-mail: info@chofudream.com

代表 吉岡千鶴子



調布ドリームでは、みんなが呼称を申告し、対等で打ち解けやすい呼び方を取り入れています