

# HISK

広島県障害者団体定期刊行物協会  
代表者 池田正則 福山市引野町南1丁目6番11号  
ジョイ・ジョイ・ワーク引野内□

## ぽこ・あ・ぽこ通信

第136号  
[2023年1月15日]

特定非営利活動法人 ぽでーる 多機能型事業所 ぽこ・あ・ぽこ

連絡先: 〒737-0154 広島県呉市仁方棧橋通10-3

Tel: 0823-79-5119 Fax: 0823-79-5179

Eメール: hop\_step\_jump\_pocoapoco@ybb.ne.jp

年間購読料  
1,000円

理念: 自分が好き! 仲間が好き! ぽこが好き! 呉が好き!



あけまして  
おめでとうございます

新年あけまして  
おめでとうございます。  
新しい年をみんな  
一緒に元気いっぱい  
迎えることができました。  
本年もどうぞ  
よろしく願いいたします。



## ぽこ・あ・ぽこ 活動報告

# ぽこ・あ・ぽこに

# マジシャンが

# やってきた!!



12月1日(木)

呉市出身のマジシャン・サコPさんが  
ぽこ・あ・ぽこに来てくださいました。  
トランプマジックやリングマジック、  
フォークマジックなど、たくさんの  
マジックを見せてくださいました。

メンバーさんも職員も、楽しい1日  
になりました。

サコPさん ありがとうございます。



## ぽこ・あ・ぽこ 活動報告

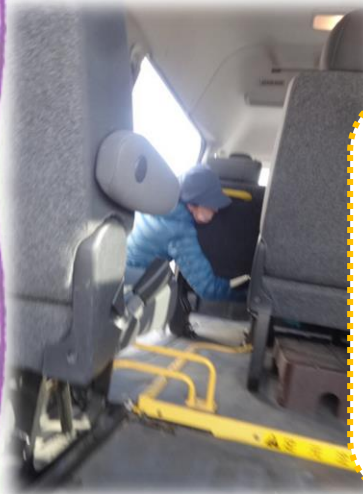
### 地域清掃



お散歩コースの  
栈橋通りの  
ゴミ&落ち葉拾いを  
しました。  
ぴっかぴかに  
なりました。



### 車内清掃



送迎に  
お仕事に  
ドライブに。。。  
と、大活躍のぽこ車。  
みんなでキレイに  
お掃除してます。



## ぽこ・あ・ぽこ 活動報告

### インフルエンザ予防接



11月7日・8日・10日・12日

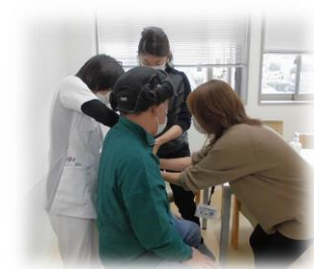
村上内科胃腸科の村上先生に来ていただき、

4日間に分けてインフルエンザの  
予防接種をしていただきました。

ありがとうございました。



### コロナワクチン接種



11月19日(土)

今回も豊田内科胃腸科の先生と看護師さん  
に来ていただき、コロナワクチン4回目の接種を  
していただきました。

ありがとうございました。

# レク「カラオケへ行こう」



12月6日(火)・9日(金)  
レク「カラオケに行こう」が  
ありました。歌うことが大  
好きなメンバーさん達、  
少人数ずつ各部屋に分か  
れて、みんなで歌って楽し  
い時間を過ごしました。





## ぽこじいのひと一言



元号が令和になったのは先日のような気がするのにもう令和5年である。私は今年も孫たちに囲まれて穏やかな正月を過ごせたので良い年になりそうだが、新年早々ショックな出来事があったので聞いてもらいたい。

年も明けて冬の日本庭園を楽しもうと広島縮景園に行ったのだが、入園券を買おうとしたら年齢を聞かれたので「65歳です」と答えたら「65歳以上の方は入園料が無料になります」と言われ隣の県立美術館の常設展も無料で観覧できるチケットをもらったのである。

65歳になって介護保険証が届いた時もショックだったが今回もそんな歳になったのだと改めて痛感するとともに嬉しいような悲しいような複雑な気持ちになったのである。

自分の事を年寄りだと言っている内心ではまだまだ若いつもりであるのだが、ステッキを片手によろよろと歩いている姿は老人そのものであるとそろそろ認めるべきなのだろう。

しかし、ぽこのメンバーさんはそんな私に「若いのー」とか「20歳に見えるよ」とか言って励ましてくれるのである。

考えてみると60歳まではいつもスーツしか着ていなかった私が、ぽこに来てからはジーパンにポロシャツでスニーカーを履いているので着るものは明らかに若返っているかもしれない。

周りの若いスタッフに影響されているのもあるだろうがシャツの色も少しずつ明るい色になってきているような気がする。

年を取ると服装がだんだん派手になってくるといいますが、この調子でいくと今年の年末にはオウムのような色の服を着た怪しげな老人が仁方棧橋通に出没する可能性がある。

そんな老人を見かけてもあわてて警察に通報したりせず見て見ぬふりをしていただけたらと思う。



## 研修報告 その1

### いざという時のための応急手当の知識と技術≫

講師:瀬川 久江先生 参加:青柳・山田

- ・救急車が到着するまでに何をすればよいか?・応急処置の基礎を学ぶ

#### ■119番通報したら、こんな事を聞きかれます■

住所⇒電話番号⇒目印になる建物(近くの公共施設やお店の名前)

◎誰が、どうしたのか(病気、けが、交通事故など) ◎ (具合が悪い方の)年齢、性別

◎一緒にいるか?(頼まれて通報しているか?)

◎呼吸は楽にしているか?(普段どうりの呼吸か?)

◎冷や汗をかいていないか?

◎顔色は悪くないか?

◎普通に話ができるか?

◎症状を詳しく

感想)

- ・何かあった場合には、まず自分が落ち着き、意識の確認、安全の確認を行う。
- ・まず、自分が落ち着き、相手が安心できるように声をかけ、周りの協力を求めようと思いました。
- ・応急処置やAED研修はぼこでも何度か受けましたが、振り返ってみるのも大事だと感じました。

### 広島県障がい者ピアサポート研修≫

参加:難波

#### ■障がい者ピアサポートとは?

障がいのある人自身が自らの体験に基づいて、他の障がいのある人の相談相手になったり、同じ仲間として社会参加や地域での交流、問題の解決等を支援したりする活動を「ピアサポート」、ピアサポートを行う人たちのことを「ピアサポーター」と言います。

(感想)

- ・ピアサポート加算について・多職種連携や協働におけるピアサポーターの役割を学びました。
- ・ぼこも、すぐには出来ないかもしれないがピアサポーターの方が入るのは良い事だと思う。共感できる人がいる強み、ロールモデルがいる良さ、障害者施設だからできる配慮。それぞれの強みを活かし、当事者の人たちの働きたい気持ちを応援できる施設になったらいいなと思った。

### 「自殺未遂を地域で支えるために」≫

講師:板垣 圭先生、長尾 正嗣先生、菰口 陽明先生、秋田 智佳子先生 参加:島

- 自殺者の心理は、①生きたいと死にたいの揺れ動き ②追い込まれると視野が狭くなっていき、自殺以外の解決方法が考えられなくなる。③否定的認知(自己否定、世界の否定、将来の否定)である。サポートは、精神科ケア(医療)+社会的支援だが誰かがその人のサポートをする場合、合意が必要なので介入できる率は、40%である。

感想)

- ・長く現場で関わりあった経験を持つドクターも、「明確な支援方法は存在しない。自殺に繋がる確率を下げていくことをやっていく。」と話があった。周りの関わり方が重要だということは強くあり、どうにか命をつないでほしいという思いやりとサポートの和を広げて行く事、そしてどう関わっていくか学び、チームプレイを

## 研修報告 その2

《あかり研修》

講師:あかり 河本先生

参加:島・倉田・得田・宮本・藤野

### ■PECSについて

※PECSとは、自分の気持ちを言葉で伝える事が困難な人が言葉の代わりに絵カードを使って自分の気持ちを伝える、絵カード交換式コミュニケーションシステムのことです

- ・コミュニケーションとは?
- ・PECSでの指導方法 (6つの段階・エラー修正)

(感想)

- ・利用者さんが好きなもの、必要としているものを見つけていく。良く観察し、関わっていくことが大切である。
- ・発語がない人、発語はあっても言葉で伝えるのが苦手な人のコミュニケーションツールとしてPECSがとても重要であると分かった。
- ・いざ支援するときに、支援者が混乱しないように、しっかりと練習してから実践しなければいけないと思った。

ありがとうございます

【順不同・敬称略】

【賛助会員継続の皆さま】

石川 真理子 飯村 佳歩 岩岡 大樹 印南 拓哉 上青木 智理 内川 和樹 宇根本 三奈  
大石 貴之 大原 亜美 岡原 侑利 奥田 剛史 奥田 頼刀 小田 彩花 木原 みゆき  
楠本 剛規 窪谷 香織 熊谷 翔太 桑原 英子 高路 敦也 胡間 幸子 古森 早紀 作田 吉生  
城本 房江 志和 知恵理 新城 日平 炭本 沙矢香 武田 純 竹本 大悟 田中 成和 田中 春平  
谷 祐太 道法 海斗 得田 澪奈 中尾 賢人 中岡 摩弥 長島 耀宏 中原 功二郎 中村 茂美  
中元 純汰 西 彩菜 原田 泰志 半田 拓也 檜垣 博 平田 美岐 平野 幸司 藤本 小百合  
藤本 侑弥 保田 暁良 松崎 考 松本 健 松本 但 丸子 房恵 宮下 翔 森木 勝也 安本 将  
山岡 一也 山田 守 渡邊 健太郎 大西 明美 森 かなみ  
古満 慎

【ボランティアの皆さま】

下末 かよ子

賛助会員募集中  
1口1,000円で、ぽこあぼこ通信が  
2カ月に1回届きます。仁方地区の  
方々には無料で配布しています。

編集後記

新年を迎え新たな気持ちで今年の目標を立てた方もおられると思います。

今年こそは新型コロナも落ち着いて  
穏やかで明るい年になるといいですね。