

# ひと一人の個性が輝く 認定NPO法人 十人十色

「厚生労働省及び独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構共催」  
による高齢者活躍企業コンテストで特別賞をいただきました。  
ありがとうございました。

と  
い  
ろ  
ろ  
通  
信

2023年  
秋号

11月24日発

Vol.55



これはみなさんが元気で生き生きと働いているという賞で、本当にみなさまのお陰です。  
高齢者、しょうがい者...つまり、フラジャイルな当事者が生き生きとしていることは、本当  
にこちらもうれしくなります。(後日、日本経済新聞に掲載されました)

文字の扱いがなかなか困難だった当事者さんたちが、毎日ふりかえりを書いています。今日一日どんな日だったか、思いかえし、スタッフ達と話したり、絵にしたりして、支援を受けながら、描き続けてきました。

「今日は〇〇した」とやったことだけが書かれていたのですが、最近、気持ちがよく描かれているのに気づきました。

「いねかり」や「いもほり」が楽しかったとみんなが書いています。汗をかいての外での労働です。それをみんな嫌がらず、楽しいと表現しているのです。苦しい、大変だったと誰一人書いていないのです。そうだ！ そういえば、この人たちは、喜んで作業している。「うれしい」「たのしい」「しあわせ」と体中で表現している。

感情が、気持ちが、心が変化し、育っているのです。

私たちはそれを見て、幸せを分けてもらっています。本当に幸せなことです。

「すごいなあ」とただただ感動します。

みんなと1つ1つに「いねかり」が  
とてうれしかった  
にきみかた  
とてうれしかった  
よかえり

内してしました。

角度にきをつけました。(部屋の)

おきり たつた、たつた。



草刈りをしました。

何かしてかしました。

めんね

など、いねかり作業とばとてたのしかったです  
休みの時は、私とあちこちで散歩に行きました。

この人たちの、この瞬間に立ち会えるなんて、思えば、本当に素敵な仕事です。さ、あなたも私たちと一緒に感動しましょう。応援団や、ボランティア、そして一緒に働く方を待っています。

NPO 法人十人十色理事長 岸本美鈴

よっこらしょ



グループホーム  
知的、精神の手帳がある方



ホームでは、自律を目指して社会適応するように、いろいろなことにチャレンジしています。アートや川柳の他に「躰引き」「音楽に合わせて、楽しみながら、体を動かす。笑って笑って体操」などなど...。一人ひとりの利用者さんにあった支援は何か？模索しながら、スタッフの研鑽も続きます。



文/岸本 美鈴

# 789 なんやこの 作業所

就労継続支援B型事業

働く、内職、農業など

生活介護事業

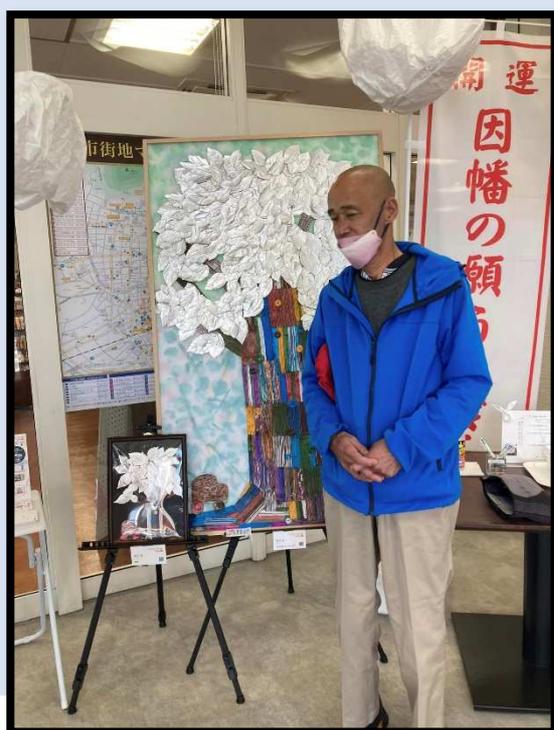
アート、ラジオ体操など訓練・リハビリ

## 生活介護

生活介護はしょうがい者が自立した日常生活や社会生活を営むことを目的に行われています。十人十色の生活介護と言えばアート活動と言われるようになりましたが、参加されない方もいます。Uさんには何かしてもらおうと何度誘っても首を横に振ります。しかしその反面Uさんは決まった日、決まった時間にキッチンとゴミ出し、ご亭めしの旗立て、荷物を運び、時々散歩に行きます。

「何か困っていることや不満は無い？」と聞くと「何もない」といつも言われます。自分で選んだことはキッチンとこなし、作業所ではゆっくり過ごすこともUさんにとっては日常生活も社会生活も行えているのだと最近思っています。

(写真は地元の祭りで買い物をしているUさん)



まちパルにSくんが最優秀賞を取った、「光る木を見にやってきた」が飾られた。鳥取市に来る人に「いらっしゃいませ」と挨拶をしているようだ。

文/長友 久美子

## B 型

今年もおいしい新米をさっそくいただきました。農業班さんありがとうございました。

十人十色のお米はたくさん収穫できたということで、みなさんのがんばりと、天地の力に感謝です。

文/森井 麻貴



昨年秋、789 作業所へ通い始めた K さん。最初は毎日通ってくるだけで精一杯でした。5分10分もすると「しんどいです」と始まり、なかなか作業が進みません。そんな彼女も今では朝 9 時までには出勤し、こまめな休憩を挟みながら 1 時間、2 時間と色々な作業がこなせるようになりました。周りの利用者さんとのコミュニケーションもとれ始め、伸びしろがたっぷりの K さんです。今後が楽しみです。

文/安東 文枝

# ちゃんちゃん

「ちゃんちゃん」は、近隣の高齢者の方に利用して頂いています。宿泊の方、通いの方、訪問の方...それぞれの利用者さんに合ったサービスを提供しています。

小規模多機能型居宅介護  
介護予防小規模多機能型居宅介護事業所



利用者 I さん

I さんは本を読むことが大好きです。週一回のドライブとお出かけを楽しみにされています。お出かけ先の1つが本屋さんに行く事！「次はどんな本を買おうかな？考えると楽しみでワクワクします！」と笑顔で話される I さんです。



ふれあい祭りの作品作り

「絵は苦手だけど...これでいいか？」  
「すごい!いいで、上出来、上出来！」  
皆さん楽しみながらも真剣に一生懸命取り組まれました。



利用者 A 様

69歳のお誕生日おめでとうございます。皆で楽しくお祝いしました。これからもお元気でいてくださいね。

文/竹中 純子

このページでは十人十色と交流のあった方々との思い出を紹介させて頂いております。

新型コロナウイルス感染症の流行状況を考慮し、安全対策を講じて見学来所をお受けしています。

コロナで止まっていた交流が少しずつ復活し始めました。

高草人権センター「ひまわり会」の皆様。  
鳥取市有楽町「生き生きシニアクラブ」の皆様。  
大山町民生委員児童委員協議会の皆様。  
お食事・買い物・お話(交流)セットで団体で来ていただきました。しょうがい当事者の方々と交流していただきました。



そして、「用瀬町ふれあい祭り」も復活。参加しました。アート作品展示と舞台発表。

アート作品は、「まちなかアート」「あいサポート」などに出品していて、なかなか大物の作品は「ふれあい祭り」に出品できませんでした。が、しかし、応援団の皆様からお声をかけて元気づけていただき、当事者のみんなもうれしかったようでした。地域のこういうお祭りへの参加は、重要なふれあいの場、交流の場であると再認識しました。  
文/岸本美鈴

令和5年9月12日 16:00～ 虐待防止研修会  
講師: 京都コラボネット 伊藤みえさん

良い支援とは？ どうしたらいいのか？

日々、安全に無事に過ごす為には…。

自分の腹を括っているか？ 誠実でいる事が対人援助の大切なこと。

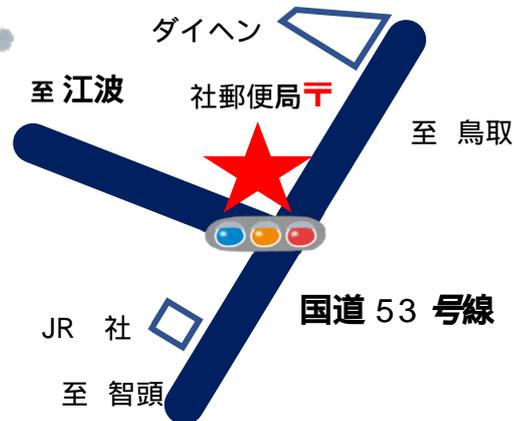
職員によって、利用者さんの反応が違う場合がある。あの職員の話は素直に聴くのに、なんで私の場合はうまく出来ないのか？ なんで上手く出来ているのかを学ぶ。対応力。方法を言語化する。手順書を作成する。支援は風通しを良くし、何でも話し合える雰囲気を作り、チームで共有していく。話し合い不足や意思疎通不足から不適切な支援が見逃されていくし、見て見ぬふりをする様になる。十人十色では、その日の業務が終わったら一日の振り返りを書くようにしている。この振り返りが不適切な支援の発見や虐待防止に繋がっているのではないかと思った。

不適切な支援の積み重ねが虐待になって行く経緯や、そうならない為の支援者側の心構え(感情を横に置いて支援する)等、障がい者、高齢者支援に共通する内容で、とても分かりやすい研修だった。誰もが嫌な思いをしない、利用者さん、施設職員が安心して穏やかに過ごせる支援が出来ればいいなと思った。



☎0858 - 87 - 3502

# ご亭めし



営業日: 月～金曜日

時間: 10時～16時まで

ご亭めしでは月に2回、ホームよっこらしょの利用者さん達が来て、それぞれ好きなものを好きに注文してワイワイと盛り上がる「お楽しみ会」を行っています。この日を楽しみにしている利用者さんも多く、中には「今度のお楽しみ会であれを食べよう」と何日も前から周囲に嬉しそうに語っている利用者さんもいます。皆、自分の食べたいものを好きなだけ注文、メニューにないものを注文する利用者さんも…。



文/岸本 一平



どなたでも参加出来ます。好きな本、お気に入りの本を一冊持ってきて下さい。夜に開催は本夜、昼に開催は本昼。読書会。



「ねこはるすばん」「川柳入門」  
「人は話し方が9割」「おさかなイラストレシピ大百貨」「もうもっちゃう」「危険有毒生物」「雑誌」

今日は久しぶりに本昼に参加。何回も参加しているホームの利用者さんたちの心がどんどん豊かになっているのを目の当たりにしました。ニューフェイスのkさんは、参加のマナーや本を選んだり、みんなにプレゼンしたりするのが、まだ難しそうですが、参加しようという気持ちや、紹介された本を読んでみようという前向きな姿勢が、素晴らしかったです。 文/森井 麻貴

本だけを中心に会を継続していく…。シンプルだからこそ、人の変化がよく見える。「本昼」はそういう場になってきた。  
「こんな料理が食べたい」と毎回おいしそうな食べ物の本を紹介していた利用者さんが、今回「川柳」の本を紹介しました。最近川柳講座に参加し、「あいサポート」作品公募に川柳を提出したことが影響してのことでしょう。読む本が暮らしと直結していることを知り、改めて感動しました。聞けば、「プレバト」とかいうテレビ番組(俳句などを取り扱っている)も見て勉強しているとのこと。文化的な暮らしに「どこまで人は変わるのか?」楽しみです。  
わくわく!! 文/岸本美鈴

## 2023年4月～6月までの行事

7月

- 2日 近所の神社の参道の掃除ボランティアにホームの利用者さんと参加
- 3日 十人十色防災会議
- 6日 ホーム456スタッフ会議
- 10日 消防避難訓練
- 20日 789作業所スタッフ会議
- 21日 成年後見人さん来所
- 27日 ちゃんちゃん運営推進会議
- 29日 鹿の子いきいきサロン

8月

- 8日 ちゃんちゃんスタッフ会議
- 10日 ホーム456スタッフ会議
- 18日 成年後見人さん来所
- 21日 789作業所スタッフ会議
- 24日 ちゃんちゃん運営推進会議
- 27日 鹿の子いきいきサロン

9月

- 7日 ホーム456スタッフ会議
- 12日・13日 伊藤みえさんによる内部研修
- 15日 成年後見人さん来所面談
- 21日 789作業所会議
- 24日 鹿の子いきいきサロン

10月

- 12日 ホーム456スタッフ会議
- 16日 DV防止委員会
- 20日 成年後見人さん来所面談
- 29日 鹿の子いきいきサロン
- 31日 ちゃんちゃん運営推進会議

### ご寄付ありがとうございました

長友久美子様、岸本師恩様、吉川貴美代様、福寿みどり様、坂出節子様、竹内昭夫様、

(令和5年7月1日～11月23日迄)

継続寄付はホームページからしていただけます、  
どうぞよろしく願いいたします。

<継続寄付ありがとうございます！>

青柳順子様、西尾千代美様、岸本美鈴様、森井麻貴様

編集後記・・・今年は秋が殆どなく一週間程で夏から冬へと季節が変わってしまいました。

急激な気温の変化に体調を崩すことが多かったです。

皆さんもお体にはお気を付けください。

岸本 一平

# 認定NPO法人 十人十色

特定非営利活動法人 十人十色

## 活動理念

誰もが、特に今の社会では不合理な状況におかれやすい人達が、人として大切にされ、可能性を伸ばしていくことが出来るよう、共に歩み地域との接点をつくることを通じてよりよい社会づくりに貢献します。

### 地域活性化事業

## おいっちにいさん 123

不登校・ひきこもりの支援からはじまりました。様々な当事者さんに寄り添い、各専門センターと連携して対処、解決していくところです。

### グループホーム

## よっこらしょ 456

知的・精神障害者手帳を持った方々の自立・自律を目指したグループホーム。'手づくりごはんをちゃんと食べられる。夜に寝て、朝起きる。'を大事にしています。毎月、一緒に暮らすみんなで「メンバーミーティング」を開き自分たちで様々なルールを決めています。

### 就労支援B型・生活介護事業

## なんやこの作業所 789

#### 就労継続支援B型

地域の宝再生！農業・後継者のいなくなった地域の田畑を荒地にしないよう、米づくり、大豆づくりをして、本物の手づくりみそに加工。また、白ねぎの生産・販売をしています。受託作業として柿むき・らっきょうなどの作業を行い、福祉と農業をつなぐ日々。地域のお祭り・イベントに出店。店舗も常設、常時商品も販売しています。出店での接客、お運び・茶碗を洗うなどの作業。その他には、電子部品の組み立てなどの内職なども行っています。

#### 生活介護

訓練・リハビリ。朝起きて行く場所があり、そこに仲間がいて一緒にうたったり、体操したりする。生活リズム構築。アートもしてま〜す。作品は目を見張るものがあります。さまざまな展示会で目に留めてください。

### イベント・啓発など

地域福祉を活性化する楽しいイベントも開催。気軽にご参加ください。



### 小規模多機能居宅介護

## ちゃんちゃん



地域密着型サービスで、今までの人間関係や生活環境をできるだけ維持できるように、「通い」「訪問」「泊まり」の3つのサービスを24時間体制で提供するのが大きな特徴です。小規模なので利用定員に限りはありますが入浴、食事、体操や機能訓練、季節ごとの催しも充実。一人暮らしの方や不安を抱えるご家族の方など一度ご相談ください。

### 鳥取ふれあい共生ホーム

## 〇〇KOMORIや



赤ちゃんから高齢者まで、誰でも集い、支えあえる事業所併設型サロン。毎月「本夜(ほんや)」開催。おすすめの本を一冊持って集まる。

### 飲食・カラオケ・物販事業

## ご亭めし



食事・喫茶のお店です。宴会のご予約・お弁当の出前承ります。皆様のご来店、お待ちしております。

## NPO法人十人十色

### 案内図

