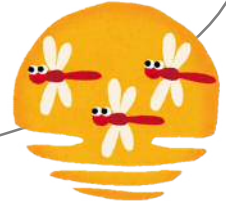




安心 夢 笑顔

# 育成会だより

発行 社会福祉法人豊田市育成会  
〒471-0831 豊田市司町3丁目6番地1  
TEL 0565-77-5611 FAX 0565-77-3557  
E-mail [t-ikuseikai@hm.aitai.ne.jp](mailto:t-ikuseikai@hm.aitai.ne.jp)  
URL <http://t-ikuseikai.jp>



## 豊田市育成会理事として

社会福祉法人豊田市育成会の理事に就任して二期目になりました。就任当初は何もわからず、理事長・常務理事・先輩理事の皆さんにご指導いただき、会員の皆さんと一緒に自分ができることを懸命にしてきた二年間でした。育成会を知るにつれ、会員一人ひとりが自分の思いを声に出して、会員の賛同が得られれば実現する法人ということを実感しました。グループホーム「ひらしばの家」及び、生活介護などの新規事業が始まり、他の計画も準備段階にあります。支援員の確保等まだまだ問題はありますが、会員が一同となれば解決出来ると思っています。障がいのある子供たちが生涯安心して暮らせるように、そして私たち親が安心して託せるような社会を目指して、私たちが動かなければなりません。育成会では、地域の皆様に障がい者について理解していただけるように、法人の広報誌「育成会だより」を発行するとともに、地域交流会等を開催し、地域の皆様とのふれあう機会を設けています。

豊田市育成会は、社会福祉法人として来年十周年を迎えますが、やらなければいけない事・改善していくこと等、まだまだ課題が山積しています。人任せにすることなく、今、自分ができることを精一杯頑張り、出来ないことは皆様の力をお借りして頑張りたいと思います。今後とも、会員制法人の特色を生かして、会員一人ひとりの声が反映できる法人運営に努めてまいります。

社会福祉法人豊田市育成会  
理事 坂下 真奈子

# 歯科衛生士さんに聞いてみました！ 口腔ケア等に関する Q&A



皆さんは日々の口腔ケアはしていますか。“口腔ケア”というと、歯磨きやうがいをイメージされる方もいるのではないのでしょうか。しかし、実際にはそれだけではなく、口腔内の病気の予防や健康を保つことなどを含めた“お口の中のお手入れ”全般のことを指すのです。ここで注目すべきことは、歯の不調は“誰にでも起こりうる”ということです。

今号では、私たちの知っているようで知らない口腔ケアについて、栗野委員（高岡支部）と山口委員（上郷支部）が障がい者の歯科に詳しい歯科衛生士の図師良枝様にお話しを伺いました。

## ～歯の病気編～

### 歯周病、放っておくと大変ですよ！

**Q1** 食べ物を殆ど噛まず飲み込んでしまいます。噛む回数と虫歯は関係していますか。

はい。噛むことにより舌や頬も動き、自浄作用（※1）が高まります。実際に半身麻痺の方の口腔内は麻痺側に食物の残りがたまっていることが多くあります。

**Q2** 歯科によってフッ素（※2）の塗布をしてもらえません。フッ素は必要ですか。

フッ素は生えたての歯や乳歯、生えてから 2～3 年の永久歯に塗布することで虫歯の予防になります。成人の場合は歯ぐき下がった部分の歯の根の虫歯が問題となっていることから、根面にフッ素を塗布することが良いでしょう。歯科医院でのフッ素塗布は自費診療になることがあります。フッ素塗布を希望される場合は歯科医院で確認しましょう。また成人のフッ素塗布は歯科医師により考え方は様々です。フッ素塗布をしているからといって必ず、虫歯にならないわけではありません。市販のフッ素配合の歯磨き粉を使用しながら、毎日丁寧な歯磨きを行うことが虫歯対策には効果的でしょう。

**Q3** 歯周病と糖尿病は密接に関係していると聞きました。それって本当ですか。

はい。関係しています。歯周病菌は歯茎の毛細血管から身体全体に行き渡ります。糖尿病をはじめ、脳梗塞や心疾患にも関係していることが分かっています。若い女性であれば早産や未熟児のリスクも高まります。口腔内を常に清潔にしておくことは全身管理にも繋がっています。

**Q4** 間食へのこだわりが強い方の歯周病対策を教えてください。

お菓子の種類を砂糖の少ないものにしたり、（こんにやく入り菓子やせんべい等）個包装のものにしたりして個数を制限するといいかもかもしれません。間食の際はジュースでなく、水やお茶を飲むのもおすすです。また、空腹時の気を紛らわせるために散歩などを習慣にできるとよいでしょう。

## ～入れ歯編～

### 作ってからが肝心です

**Q5** 歯がないのに入れ歯を入れずに、そのままにしておいて大丈夫ですか。

入れ歯を入れることによって、食事が取りやすくなると同時に脳に刺激もいき、表情も若々しくなります。できたら入れ歯を付けたほうがいいですね。ただし、一度チャレンジしたけれど“痛い、合わない”などの理由で付けない方もいるかと思います。痛いものを無理につけると食事も美味しく食べられません。こまめに歯科で調整してもらうことが大切です。



## ～歯科選び編～

### 不安の原因を探ってみましょう

**Q6** 成人以降の歯科選びがスムーズにいきません。障がい者の治療に慣れている歯科の情報はどこで教えてもらえますか。

愛知県歯科医師会の公式サイトで、専門的な講習や実習を修了した“認定協力医”のいる県内の歯科が掲載されています。豊田市にも複数ありますよ。

**Q7** 行き慣れた歯科でないと本人が嫌がります。違うところへ変更する場合、どのようなアプローチが必要ですか。

まずは、変更する病院へ子どもの特徴など情報提供をしてから足を運んでみるのが第一です。駐車場に行ってみる、駐車場に停めて車から降りてみる、など少しずつ段階を踏んでいきましょう。話が理解できる方であれば、「先生もあなたのことを分かってくれているよ」等の言葉をかけ安心させてあげられるとよいでしょう。場所や人の変化は本人にとって非常にハードルの高いことです。無理なく安心できる環境づくりが大切です。

## ～歯磨き編～

### 私の歯磨き、効果は出ている？

Q8

食後、どのくらい時間を空けて歯磨きするのが適切ですか。

通常の食事をする方であれば、食事直後の歯磨きで問題ありません。ただし、炭酸飲料やお酢へのこだわりが強く、酸蝕症(※3)のある方は歯が溶けやすくなっていますので、直後の歯磨きは控えましょう。その間、唾液で口腔内を緩和させたり、水やお茶を飲んだりして口腔内の環境を整えてから1時間ほど置いて、歯磨きするとよいでしょう。

Q9

歯磨き後のうがいはどのくらいするといいですか。

歯磨き粉を使える方であれば、1回、もしくは2回ほどで十分です。うがいは汚れ出しの効果がありますが、何度もすると歯磨きの効果が薄れてしまいます。うがいにこだわりのある方に対しては、無理に止めなくても大丈夫ですが、声掛けしてあげられるとよいでしょう。

Q10

液体歯磨きの効果はありますか。またベストなタイミングを教えてください。

液体歯磨きは歯磨き粉の液体版です。通常の歯磨き粉と同じ要領で使用してください。こちらには研磨剤が入っていませんので、不快感がなければ、うがいも必要ありません。(※4)

Q11

口がうまく開けられず、同じ箇所ばかり力を入れて歯磨きをしてしまいます。支援員や親はどんなアプローチが必要ですか。

“なぜ口を開けたくないのか”に注目しましょう。開けられない原因は怖い、恥ずかしい、触られたくない等、さまざまです。少しずつ様子を見て探ってください。絵や写真を使ったり、保護者や支援員が向き合っただけで同じ動作を試してみたりするのもよいでしょう。また、力加減は鉛筆もちに変えたり毛の部分から少し遠いところを持ったりすると調整ができます。声掛けをする際には“やさしくね、こちょこちょしようね、そーとね”などと力がフツと抜けるような声掛けもよいかもしれません。

Q12

市販の歯ブラシは種類が多くどれを選べばいいかわかりません。おすすめのケアグッズがあれば教えてください。

奥歯までしっかりと届くような、小さいサイズ(3列コンパクト)がおすすめです。本人が磨いたあとの、仕上げ磨き用に適しています。毛先や硬さにも種類がありますが、フラットな普通タイプで問題ありません。本人が自分で磨く場合は、それよりも少し大きい4列タイプでもよいでしょう。歯茎が弱っている方には柔らかめをおすすめします。おすすめケアグッズは糸ようじです。Y型のもは特に奥歯が掃除しやすいです。



取材にご協力いただきありがとうございました。

豊田市こども発達センターのぞみ診療所  
歯科衛生士 図師 良枝 様



※1 自浄作用 (ジジョウサヨウ)

歯の表面・すき間や、舌・内頬など口の粘膜に付着した汚れや細菌を唾液によって流し、清潔に保つ働きのこと。

※2 フッ素 (フッソ)

歯を強くする、再石灰化する、抗菌作用で菌から守ってくれる等の効果がある。

※3 酸蝕症 (サンショクショウ)

歯の表面をおおっているエナメル質が飲食物の酸や胃酸などによって溶けてしまう症状のことを指す。

※4 洗口液 (センコウエキ)

液体歯磨きと形状が似ている。歯磨き後に使用し、菌の繁殖を防いだり爽快感を与えたりするもの。



# はたらく Join us ジョイナス

## 新しい発見と経験で利用者さんのステップアップへ

ジョイナスつかさ・えかくでは、利用者さんの新しいお仕事がスタートしました。お仕事の様子や取り組み等について2名の職員に話を聞きました。



### 農業スタートで利用者さんのやる気アップ

今年度から、ジョイナスつかさでは、民生委員さんから貸していただいた約100平米の農地を活用し、農業を本格的に始めています。初めはわからないことばかりで、農業の勉強をするところから始めました。昨年11月にニンニクを植え、畑を「つかさファーム」と名付けました。さらに、3月にはジャガイモ、5月にはナス、ピーマン、ミニトマト等を植えました。利用者さんには、主に草取り、水やり等を担当してもらっています。6月に夏野菜が初めて収穫できたときは、自分も利用者さんも感動しました。農作業を通して野菜作りに興味を持ち、自分から「畑に行きたい」と、積極的に仕事に取り組めるようになった利用者さんもいます。太陽の光を浴びながら、土に触れて作業することは、利用者さんの「こころ」にも「からだ」にも良く、自分達で育てた野菜が収穫できることで、毎日喜びを分かち合っています。今は収穫できる量が限られているので、事業所内での販売のみですが、これから収穫量が上がってくれば、バザーでの販売や、加工食品にして販路を開拓することも考えています。つかさファーム産の野菜を見かけたら、ぜひ手に取ってみてください！

就労継続支援 B 型事業所  
ジョイナスつかさ勤務  
5 年目職員 坂本さん



### 黒にんにく作りにチャレンジ

つかさファームではさまざまな野菜を栽培しています。中でも収穫したにんにくを熟成させた黒にんにくはイチオシです!!抗酸化作用も高いため体の不調が気になる方にはおすすめですよ♪

就労継続支援 B 型事業所  
ジョイナスえかく勤務  
5 年目職員 清水さん



### ジョイナスってどんな場所？

ジョイナスは、知的障がいのある方がお仕事をしたり、お仕事の練習や生活に必要なことを学習したりする場所です。10代から60代まで幅広い世代の方が元気に通われています。その他にも、親睦行事やスポーツイベントなど楽しい活動を行っています。見学もお待ちしております！

### 施設内では見られない利用者さんの姿を発見



ジョイナスえかくでは、平成31年4月より、ホームックス株式会社様からの委託業務として、豊田市吉原町にある、若園運動広場の清掃を行っています。お仕事の内容は、公園内のトイレ清掃、駐車場とグラウンドのゴミ拾いです。ブラシや施設内では使用したことのないドライワイパー（水切り）でトイレの掃除を行っています。施設の外へ行き、清掃をお仕事として行ったことがない利用者さんがほとんどでした。初めは、「掃除をお仕事として行うこと」を意識できるかどうかという点も、心配でした。しかし、このお仕事を行っていく中で、トイレの汚れをブラシでピカピカにすることが得意だったり、小さなゴミも見逃さずに拾ったりと、施設内では見られない利用者さんの姿もたくさん見ることができました。

まだ始めて4ヶ月ほどしか経っていませんが、「公園の掃除は好き!」と、若園運動広場へ行ってお仕事をすることが楽しみの1つになっています。

# 心ゆたかに Join us ジョイナス

## 手探り状態の中で見えてきた今後の課題

育成会会員念願の生活介護をスタートさせたジョイナスたかおか。開設に至る経緯や、今後の多機能型事業所としてのこれからについて管理者に話を聞きました。

多機能型事業所(就B・生活介護)  
ジョイナスたかおか  
管理者 副島さん



### ジョイナスたかおか生活介護の出発（たびだち）

平成31年4月。今までの就労継続支援B型（※以下、就B）から生活介護を新たに併設し、多機能型の施設に変わりました。初期の予定では平成30年度4月開設予定でしたが1年延期になり、工事が30年度9月より始まり全ての工事が終了したのが3月という慌ただしい中で開設となりました。4月からは就Bが16名、生活介護が2名の利用となり、生活介護では支援員も経験が無く手探り状態の中で始まりました。「〇〇や〇〇も足りない。」など慌てて購入に走るなどの状況でした。そのような中で、少しでも利用者さんが落ち着いて過ごすことができるよう環境を整えることに努めた結果、少しずつ落ち着いて過ごせるような環境になってきています。また、生活介護の見学や実習を希望する方も増えてきています。今後は就B・生活介護共に利用者さんが増えるようにする為にはどのような魅力を出すことができるかが課題となっています。

#### 生活介護ってどんな場所？

ケアの必要な知的障がいのある方の日中活動の場として、心豊かな生活の実現を支援します。

- ・絵画、習字、工作等の創作活動
- ・自主製品の制作や請負作業



### ラーメン定食はじめました ～ランチができるまで～

ジョイナスつかさでは、月に2回ランチづくりとしてお弁当委員が協力し合い、毎回バラエティーに富んだ定食をジョイナス内で提供しています。最近では、つかさファームで収穫した採れたて野菜を使った副菜もランチの定番になっています。今後はつかさフェスタでも販売の予定…?!楽しみにしててくださいね!

### ジョイナスの活動紹介

① 収穫



つかさファームで野菜を収穫

② 洗う



水でよく洗い流します

③ 切る



食べやすい大きさに切って…



④ 味付け



調味料をいれてよく和えます

⑤ 盛付け



麺に具材を丁寧にのせて…

⑥ 完成



つかさ特製!  
ラーメン定食の完成!

⑦ 後片付け

令和元年6月15日開催の定時評議員会において、理事および監事が選任されました。理事は各支部からの推薦と職員代表、監事は、森島章博さん(税理士)と中田繁美さん(団体職員)です。今回は、新しい理事の皆さんをご紹介いたします。ストレスの多い現代社会を乗り切るには、健康に関する配慮が必要です。理事の皆さんの「休日の過ごし方」と「私の健康法」からそのヒントを得ていただくとともに、理事さんの人柄を知っていただきたいと思います。

氏名	～休日の過ごし方～	～私の健康法～
 <p><b>理事長</b> 新開 かおる</p>	<p>育成会の行事に参加したり、ショッピングモールで好きな雑貨を見たりしています。</p>	<p>親しい人達とおしゃべりをして、大笑いすることです！</p>
<p><b>常務理事</b> 古井 鎮信</p> 	<p>安息日です。 部屋の整理整頓。</p> 	<p>よく食べ、よく寝ること</p>
 <p><b>理事</b> 坂下 真奈子</p>	<p>平日は仕事が立て込んでいるので、まとめて家事をしています！</p>	<p>なるべく野菜たっぷり、お肉も食べて蛋白質を摂っています。</p>
<p><b>理事</b> 大谷 忠幸</p> 	<p>主に仕事以外の活動における資料作りや整理です。最近では特に育成会の各委員会活動への参加やロータリークラブの青少年育成事業に向けた委員会活動や各種地域貢献活動への参加が多く、予定が重複することが多く各方面の皆様にはご迷惑をお掛けしています。</p>	<p>近年体重が増加傾向にあるので、標準体重目指し食事制限をしています。主な内容は、</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①夕食時間をできるだけ午後7時までにする</li> <li>②昼食を中心に食事の量を調整</li> <li>③できるだけ肉料理を避ける</li> <li>④業務中にできるだけ歩く</li> </ol> 
 <p><b>理事</b> 内村 茂代</p>	<p>子どもと一緒にパソコンのゲームをしたり、お手伝いをする子どもと一緒に家事したりしています。</p>	<p>別にこれといってはないですが、ランニングマシンを使ったり、散歩に行ったりしています。</p>
<p><b>理事</b> 宇野 綱祐</p> 	<p>家族から出されたミッションをこなす為に、息子とDIYに励んでいます。歩数管理のためにPokemon GOを行い歩くように心がけています。ポケモンも家族で育成中です。</p>	<p>毎日、スマホのアプリで血圧、体重、歩数を管理しています。毎日5555歩を歩くのが目標です。できるだけ歩くように心がけています。</p>

●育成会の動向（令和元年7月～8月）

- 7月1日（月） 育成会だよりNo.33発行
- 7月7日（日） 令和2年度職員採用試験(正規職員)
- 8月17日（土） 特別任用職員採用試験
- 8月18日（日） 本人部会紙ヒコーキ大会（西部コミュニティセンター）  
参加者52名
- 8月31日（土） 第1回楽楽運動会実行委員会

育成会の動向





## 第4回 折り紙ヒコーキ大会を開催！

8月18日(日)西部コミュニティセンターにて、本人部会主催『折り紙ヒコーキ大会』を開催しました。

第4回目となる折り紙ヒコーキ大会は年々参加者も増え、本人・兄弟・保護者の52名が参加しました。

みんなでオリジナルの紙ヒコーキを作成し、飛行距離を競いました。入賞者には『紙』に因んだ豪華賞品?!

思い思いの折り紙ヒコーキを飛ばし、交流を深めました。



順位	参加者	飛距離ペア合計
優勝	松崎 峻・松崎利光	44.15m
2位	近藤 明・西 良平	39.60m
3位	澤田 岳・澤田知人	35.40m
8月賞	成瀬和明・成瀬幸枝	32.10m
真ん中賞	関 達路チーム	27.30m



本番前の練習は真剣そのもの！



カッコイイ紙ヒコーキ折るぞ！



### 会員リレー ～わたしの安心・夢・笑顔～

### 第17回

こんにちは！ 高岡支部の尾崎です。育成会には18年間お世話になっています。(古株です)

今年からジョイナスたかおかで生活介護事業が始まり、この先の心配がなくなり安心です。無趣味の私ですが、育成会では理事を務めさせていただきました。在任中は福祉の奥深さを実感しとても勉強になりました。まだまだ身体の動く間は、子どもたちの「安心」「夢」「笑顔」を作れるように、育成会の会員として活動していきたいと思っています。最後に私の願望ですが、ケアサービス付きのグループホームが欲しいなと思っています。



尾崎治子  
[高岡支部]

# 豊田おいでん花火大会に行ってきました！

会場で臨場感あふれる迫力ある花火が見られるのは本当にありがたく、花火師の努力や思いにも心を寄せながらただ感謝、感謝でした。

猿投支部 奥村良枝

松平の手筒花火がすぐ近くでみる  
ことができうれしかったです。

中央支部 近藤良明

花火きれいでした。動画をたくさん撮りました。メロディー花火、音と花火のコラボ良かったです。楽しかったです。

上郷支部 山城瞬也

令和最初の花火大会に3人で参加しました。ぼくは知的と聴覚の障がいがあります。ぼくは空いっぱい大きく上がる花火が大好きです。みんな一緒にカウントダウンしたとたん音楽が流れて、花火は夜空にとびちってーりんの花もようが(虹色ブーケとハート・ピース)とてもきれいでした。

猿投支部 鈴木秀往

おおきくきれいな花火がみれてよかったです。ナイアガラ花火がいちばんでした。

高橋支部 新開千亜紀

令和元年7月28日(日)豊田市白浜公園一帯で、第51回豊田おいでんまつり花火大会が開催され、今年も豊田おいでんまつり実行委員会様より11組26名がご招待券を頂きました。参加された皆さんは色鮮やかな迫力の花火を間近で観覧し、素敵な思い出がまたひとつ増えました。関係者の皆さま、誠にありがとうございました。

## 予告

市内5ヶ所にあるジョイナス事業所では、地域交流の一環としてイベントを行っています。今秋、ジョイナスつかさとジョイナスたかおかが地域交流祭を開催しますので、お近くにお住まいの方は是非お立ち寄りください。

### 地域交流 in ジョイナスつかさ 第2回 つかさフェスタ

日時：令和元年11月23日(土)  
午前10時～午後2時(予定)

会場：豊田市育成会・駐車場内  
豊田市司町3-61-1

\*飲食コーナーや雑貨と取れたて野菜等の販売、マジックショーやバンド演奏のステージなど盛りだくさんのお祭りです。是非お立ち寄りくださいね☆



### 第16回 ジョイナスたかおか地域交流祭

日時：令和元年11月24日(日)  
午前10時～午後2時(予定)

会場：ジョイナスたかおか  
豊田市若林西町西山18-2

\*毎年恒例のジョイナスたかおか地域交流祭!高岡地区民生委員さんと協働開催です。バザーや大人気の美味しいおでんの販売、ゲームコーナー等、楽しい催し物満載ですよ。お楽しみに~♪



※詳しくは、各事業所へお問合せください。

★ジョイナスつかさ TEL:77-0041

★ジョイナスたかおか TEL:52-3410

## 編集後記

初めての理事の仕事、慣れないことばかりですが、いろいろ学んでいこうと思います。…でも大変？

これからも、イベントなどたくさんあり、皆様に参加していただけるようにしていきたいと思います。(内村)

豊田市育成会の誓い

「安心して過ごせる」「夢や願いがかなう」「笑顔が絶えない」  
楽しい地域づくり、場づくりをめざします。

社会福祉法人 〒471-0831 愛知県豊田市司町三丁目 61 番地の1

豊田市育成会 TEL. 0565-77-5611(代表) FAX. 0565-77-3557

MAIL. t-ikuseikai@hm.aitai.ne.jp

発行：令和元年9月 豊田市育成会広報委員会

