

ハートレター

第 130 号

2025 年 10 月 10 日

発行:社会福祉法人絆の会

発行責任者:土井 まゆみ

事務局所在地:

長野市若里 3-14-23

TEL 026-226-6045

FAX 026-262-1262

houjin@kizuna-

nagano.or.jp

<http://www.kizuna-nagano.or.jp/>



社会福祉法人絆の会

検索

2Pからの主な内容・B型事業所の夏の取り組み-B型事業所夏祭り開催!!・篠ノ井ふくしまつり・障害者フォーラム出店
3P・ソフトバレーボール県大会で優勝・第1回家族交流会開催・ボランティアさんの活躍
4P・オレンジ若里-就労支援の取り組み-仕事について考える・絆フェスタ-本番に向けて準備中・メンバーの活躍・インフォメーション

絆の会職員全体研修

～私らしさを取り戻す旅、私のリカバリー～

8月8日の全体研修において「私らしさを取り戻す旅、私のリカバリー」という演題で NPO 法人ポプラの会副会長兼事務局長の大堀尚美氏にお話をいただきました。

障害のある方のリカバリーとは「障害を抱えながらも、自分らしい生活を取り戻し、人生を充実させるプロセス」のことです。発病、入院から、絆の会との出会い、ポプラの会での活動を通しての様々な人との出会いなど、大堀氏がこれまで歩んだ道のお話で印象的だったのは「出会いや人の温かさに感謝している。それが自分のリカバリーに必要だった。だから自分の周りの人を大事にしていきたい」という言葉でした。また「感謝」という言葉の他、「失敗」という言葉も同じように使われており、「失敗してもやり直せることはある。地域のなかで暮らせる今が幸せ」とおっしゃっていました。

私自身、これまでを振り返ってみると、様々な経験の中には顔を覆いたくなるような失敗もたくさんありました。ただそれがあつたから学ぶことができたし、そのなかで自分が大切にしたい生き方に少しずつ気づくことができた、それが今の自分につながっていると感じました。

利用者の支援も同じだと感じました。成功体験はもちろんですが、「失敗したなあ」「辛いなあ」と感じた経験に対しても、それにどんな意味があるのかを一緒に考えて、そのなかにその人らしい生き方につながるヒントがあるかもしれないことを常に頭の片隅に置いておきたいと思いました。支援者として大切なことをあらためて学ぶことができた研修でした。
(悠友ハウス 中澤信)



大堀さんのこれまでの歩みをととても丁寧に話していただいたことが印象に残っています。中でも、「怒りを常に抱えていた辛さがあつたが、怒りのマグマが収まって自分自身のことが好きになれた」というお話が印象的でした。また、ポプラの会の取り組みについて、これからの展望を教えてくださいました。整理整頓・空間の使い方などの生活に関わることを知る大切さから、金銭管理・時間管理・栄養管理・食生活などの勉強会も大切だと考えているとお聞きしたので、これからの活動に役立てていきたいと思いました。健康でゆとりのある暮らしを大切に、「誰もがその人らしく」「生き生きと暮らせる」ということを心に留めたいと感じます。



(オレンジ若里 伊藤克枝)

病気を発症してからポプラの会の活動を通して色々な方々との出会いと仕事の積み重ねから、自分を信じられる事で自分自身が好きになり他の人にも優しくなれたお話をお聞きして、ご自身の事を振り返り、見つめ、気づける大堀さんの力とともに心のこもった周りへの配慮を感じました。「自由は素晴らしい、自分の事は自分で決め、成功も失敗も自分で引き受けている覚悟もある」という言葉からは、その人の事を勝手に決めつけてはいけない、その人の気持ち、意思を尊重し、何より個に寄り添ったその人らしく生活できる支援の大切さを改めて感じました。

(びんず・あんだんて 小林奈美恵)