



さぶす便り

介護・福祉の文具マーケット CQPS キャプス



▲アルコール性神経炎を患っている男性の作品。食べたお弁当や料理のイラストに感想が添えられている

ライブ版「アウトサイドからこんにちは！」

パソコンやスマートフォンで閲覧できる「キャプスチャンネル」の人気コラム「アウトサイドからこんにちは!」。コラムを書いている榎野展正さんのアトスペースで開催中の「アウトサイド・ジャパン展」に行ってきました。

榎野さんが取り上げる作品は、美術の教育を受けていない人がつくるもので「アウトサイダー・アート」と呼ばれており、2010年にパリで開催され12万人を動員した「アール・ブリュット ジャポネ展」を契機にアート・ワールドで注目を集めているジャンルです。今回の展覧会では、ガムテープを使って好きな作家の顔まねをする男性の作品、鬱状態のときに丸を描き始め今では細密画を描いている女性の作品の他、絵画や刺繍のブローチ、家族の年賀状、スクラップノート、ペイントを施した自転車、仮装写真の約80点が展示されています。「キャプスチャンネル」で紹介した作品もあり、榎野さんによる解説を聞くと新たな見方ができたり、想像が膨らんだり、興味をもっとわいてきます。人を楽しませようとする作者の想いやひたむきに生きる姿がダイレクトに感じられる空間でした。

日本唯一のアウトサイダー・キュレーターである榎野さんは、

知的障害者福祉施設で16年勤めたあと独立し、現在は社会の周縁で表現を行う人たちに焦点を当て、全国を駆け回って取材をしています。そして、2019年4月12日には東京ドームシティにて大規模展覧会の開催が決定。表現せずには生きられない、隠れた芸術家たちの作品が一堂に会します。心の奥に潜んでいる言葉にできない欲望や痛みから思いもよらぬ表現が生まれ、多くの人の心をつかむ作品です。ぜひご覧ください。



- ◎榎野展正さんの新刊「アウトサイド・ジャパン」は書店で購入できます。
- ◎キャプスチャンネルに掲載のコラム「アウトサイドからこんにちは!」はこちら。ここから展覧会の詳細へアクセスできます。

キャプスチャンネル

検索



禁止よりもゴールを示せ!

～行動を制限するより促進させて育てよう～



禁止しても人は変わらない? 伝え方を考えてみませんか。

子どもは、たとえやんちゃであってもなくても、遊び盛りなときにやりたい放題。してはいけないことをしたり、ダメと言われるのもっとやりたくなったり。小学校で廊下を走ってしまうと「走らないように」と言われ、全校生徒朝礼のときに、校長先生の話に飽きてついしゃべっていると「おしゃべり禁止」と。「してはいけない」という禁止の指示を受け、やめないと注意され、続くど叱られてしまう。さらにみんなの前で叱られるのを見ると、あんなふうになってはいけないと暗示をかけられ、行動が止まります。

人は子どものころに聞いた言葉の記憶そのままに、おとなになっても使うもの。「○○してはいけません」「○○しないようにしましょうね」というのは無意識に肌身にしみついているパターン。子どもがあれこれ動いて危険な場合なら有効かもしれませんが、制限の指示は、結果として人の行動を止めるということになります。

さて、ここからは現場の話。利用者宅でどうしてもおしゃべりが過ぎて、時間をオーバーしてしまうヘルパー。独居高齢者ならなおさら、話し相手として楽しみにしてくれるのがわかるので、できるだけ期待に応えたいと思います。ところが、それが延長するとサービス利用契約内容に違いがでてくる。管理者としては、なんとか指示書通りに動いてもらいたいので「おしゃべりしちやだめよ」と指示します。「すみません」と言うものの、また同じことをしてしまいます。もし「何度言ったらわかるの。利用者さんの話につきあってはダメ。

そこそこに切り上げないと」と強く叱責すると、「じゃあもう辞めます」なんてことに。

困りますよね。スタッフの行動を注意して、あるべき行動にするために上司は教育したり、育成する役目があります。しかし、伝え方を間違えると、不満を感じ、職場に不信を抱き、やがて離職へ。その力加減やバランスが難しいですよ。

バランスもですが、その前に伝え方を考えてみませんか。脳は「○○してはいけません」という禁止や制限の指示に対して、禁止の認識はなく「○○する」という行動を認識します。ダメと言われるとしたくなる、という無意識が働きます。

あるべき行動にさせたい、その行動を促進させたいなら、まずは「○○しましょう」とゴールを伝えましょう。この場合「時間を守って仕事をしましょう」と伝えたり「どうすれば時間を守って仕事が終わるのでしょうか」と質問することで、こうしたらうまくいかもとといったとるべき行動がうかびます。そして何より、時間をおしてまで話し相手になる必要性や根拠、気づきも聞けるとケアの質も高まります。禁止されても人は変わりません。すこし問いかけを変えるだけで人はぐんぐんと成長します。

禁止の指示命令

○○してはダメ
なぜ、○○するの?

ゴールを示す・問いかける

□□しましょう
□□するにはどうすればいいですか?



一般社団法人リエゾン地域福祉研究所 代表理事 丸山 法子

リエゾン地域福祉研究所

検索

(社会福祉士 介護福祉士 生涯学習開発財団認定コーチ NLP マスタープラクティショナー)



＼ 気になる数字 ／

「こどもの視力、過去最低に」

日本の小学生および中学生の裸眼視力における1.0未満の割合が、過去最高になりました（文部科学省調べ）。2018年4～6月にかけて実施した全国の幼稚園児から高校生までの健康診断の結果に基づくデータでは、小学生の約34.1%、高校生では約67.1%が、裸眼視力1.0未満。中学生は若干改善したとはいえ、それでも約56%が裸眼視力1.0未満となっており、全体的に視力が低下傾向とのこと（平成30年度学校保健統計調査速報値）。スマートフォンや携帯型ゲーム機の画面を見る時間が増えたことや、屋外で遊ぶことが減ったことなどが考えられます。

旬カメラ
春こもの

久しぶりに開けたジュエリーボックスの中に、小さな春を見つけました。祖母から譲り受けた花かごのブローチ。普段、身につける習慣がないのですが、卒業式や入学式で襟元のオシャレをする人が増える季節ならさげなく使えそうです。ブローチなどの小物で、一足早く春を楽しんでみませんか。



アンガーマネジメント超入門 怒りが消える心のトレーニング

安藤 俊介著 ディスカヴァー・トゥエンティワン出版

福祉 を語るあなたへ贈る本

「ささいなことでイライラ」「すぐに怒鳴ってしまい、後悔する」そんな怒りの感情、どうしていますか。人生を壊すという感情と上手に付き合うことで人生をよりよくします。豊富な図解とマンガ、振り返りチェックリストなどで、初めての方でもスッキリ理解できると同時に、実践までつなげる工夫が。福祉現場に必携の一冊。

※キャブスでは販売しておりません

ほっ とお手入れ

自律神経を整えて疲れスッキリ

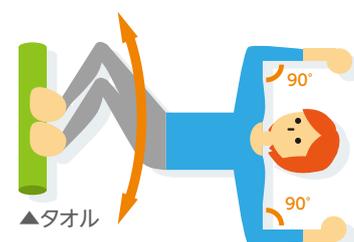
雑巾ツイストで“膝パタン”

新しい季節に向かって忙しい時期。疲れがたまってすっきりしない目覚めを迎えていませんか。今回は、腎とつながっている腰椎3番を刺激するストレッチを紹介。寝る前にすると自律神経が整って、リラックスでき、質の良い睡眠がとれます。スッキリとした目覚めにもつながりますよ。

ストレッチは雑巾を絞るように体をねじり、背骨から出ている神経や近くにある血管に刺激を与えます。背骨がよく動くようになり、その周りの筋肉や内臓にもほどよいストレッチ効果、活性化効果が期待できます。

雑巾ツイスト

- 1 仰向けになって両腕を肩まで上げ、頭の方へ90度曲げる。
- 2 両膝を立て、足元にタオルを置いて少し高くする。
- 3 息を吐きながら両膝を床にパタンと落とす。重力にまかせて落とす振動が刺激になる。
- 4 息を吸いながら、筋肉を使ってゆっくり戻す。
- 5 左右交互に繰り返す。



●取材協力／エステ・整体サロン MIU（東広島市）

山田 奈穂

<http://naho2010.blog103.fc2.com/>



新商品 **テレッサ mobile** テレッサ mobile



テレッサ(サービス実施記録)をLINE@で登録送信!

サービス実施記録の報告から請求データの作成まで行うことができるクラウド型システムです。記録・報告はLINE株式会社が提供しているLINE@というサービスを利用し、ヘルパーさんがスマホやタブレットからサービス内容の報告をリアルタイムで事業所に送ることができます。日々のサービス提供責任者さんの業務効率を改善し、負担を軽減します!!

詳しくはお問い合わせください
キャプス ☎ Tel 0120-74-7675

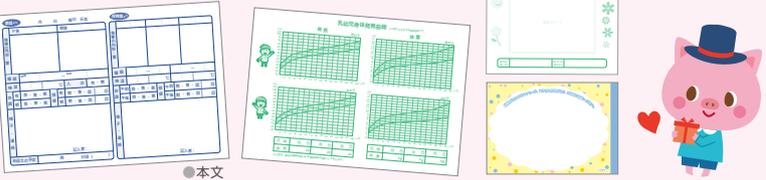
新商品 **保育園 んんらぐちょう**



2019.2.1 **金発売**

保育園とご家庭をつなぐ連絡帳が登場！
“思い出に残る連絡帳”をコンセプトとして、写真を貼るスペース、メッセージや手形など自由に使えるスペースも充実した内容となっております。

●B6サイズ 本文64頁(64日分/1冊)



詳しくはショッピングサイトをチェック! キャプス 検索

キャプススタッフのつぶやき

平成一番の印象に残ったできごとは?

 テレビ電話	 南国の朝日	 アメリカ同時多発テロ	 骨折
 Windows95の爆発的ヒット!!	 盲腸の手術をしたこと	 安室奈美恵 引退	 海外放浪中に監禁されたこと
 オウム真理教事件	 スマートフォンの普及	 突然、目が見えなくなった。(今は見えてますが...)	 SMAPが解散したこと
 東日本大震災	 オバマさんが大統領になったこと		

きゃぶす便り定期購読について

「きゃぶす便り定期購読希望」と明記の上、お届け先の「郵便番号」、「住所」、「事業所名(ご氏名)」を記入しメールアドレス、またはフリーダイヤルFAX宛てにお送りください。無料でお届けします。

●フリーダイヤルFAX 0120-47-1704 ●メールアドレス caps-shop@tanishi.co.jp

キャプス 株式会社 タニシ企画印刷 〒730-0845 広島市中区舟入川口町 4-2
☎ Tel 0120-74-7675 Fax 0120-47-1704 <https://www.caps-shop.jp>

介護・福祉の文具マーケット

