

# パーソナルアシスタント町田研修通信

## 研修案内

### 「ユーザスタッフとヘルパースタッフが一緒にできる身体作り」

第1部 いらぬ気を抜き身体に気が流れやすくなる方法伝授。元に気が集まり元気になる  
胆田強化法。

講師：庄子 みどり 様（一般社団法人世界美生アカデミー）

足利 つつ美 様（ヘルス&スマイル 代表取締役）

第2部 障害当事者と介助者がともにできる身体づくり

講師：入間川 浩 様（ZESTAR エグゼクティブトレーナー）（当社ヘルパースタッフ）

日時：2017年12月7日（木）18:00~20:00

会場：パーソナルアシスタント町田 会議室

服装：ストレッチができるような動きやすい服装でおこしください。

#### -内容-

今回の研修は体と心のバランスを整える事をコンセプトに、1部と2部で編成された2本立てで実施させていただきます。

第1部では、障害当事者もヘルパーさんも共に、身体づくりのために必要な正しい知識を教えて頂き、実際に軽い運動をします。障害当事者にもできる筋トレの方法などを伝授して頂き、効率的かつ健康的なダイエットの方法も知ることが出来ます。障害当事者も出来る筋トレの例：ドローイン（腹横筋、横隔膜、多裂筋、骨盤底筋群などを鍛える事で体温上昇・脂肪の燃焼、姿勢をよくする効果があります。）

第2部では、普段から株式会社ヘルス&スマイル様に有料で行っている気功の先生の足利さんと、その師匠にあたる庄子先生が講師を務め、障害当事者、ヘルパーさんが共にできる気功を体験することができ、貴重な知識と体験が詰まった体と心に良い事尽くめの研修を準備させていただいておりますので、是非参加してください。

## 「ヘルパーとしての家事のポイント～掃除～」

講師：高石 美保子様（介護福祉士）

日時：2017年12月19日(火)13:00～15:00

会場：パーソナルアシスタント町田会議室

-内容-

私たちが自宅でする掃除とは違い、ヘルパーとしてユーザースタッフ宅で行う片付けのポイント、掃除前の準備、手順、また洗濯、衣服のタグ表示など、基本的な部分から学びます。

いくつかの掃除用具を紹介し、また着られなくなったTシャツなどで簡単な掃除道具も作ってみたいと思います。ユーザースタッフ宅の資源を使い家事を行うわけですから、効率よく作業するにはどうしたら良いのか。大掃除前にお掃除方法を見直してみませんか。

## 「僕のうしろに道はできる」上映

日時：2017年1月17日（水）14:00～15:30（開場13:45）

会場：町田市民文学館ことばらんど大会議室

〒194-0013 東京都町田市原町田4丁目16番17号

-内容-

見えないけれど大切なこと

脳幹出血で突然倒れた宮ぷーこと宮田俊也さん。意識も戻らず、一生四肢麻痺と思われましたが、現在は、機械を使っておしゃべりしたり、車椅子に乗って外出したり。奇跡の復活、でも奇跡ではなかった。そこにはあきらめないで、リハビリし続けた宮ぷーがいた。

一緒に歩く仲間たちがいた。生きるってどういうこと？

幸せってなんだろう？いのちと向き合うって？

目に見えないけれど大切なことがいっぱい詰まったドキュメンタリー

愛はいのちを立ち上がらせる  
絶望から生まれる希望のシンフォニー

ドキュメンタリー映画

# 僕のうしろに 道はどきま

～奇跡が奇跡でなくなる日に向かって～



文部科学省特別選定（平成25年3月8日、少年・青年・成人向き）

出演者 宮田 俊也 山元 加津子 紙屋 克子 柴田 保之 ほか

音 楽：山元加津子 CD908. ame 菊池南聖

スタッフ：監督・撮影／岩崎 靖子 撮影・編集／小野 俊広 サポート／入江 富美子

制 作：E・Eプロジェクト 配 給：NPO法人ハートオブミラクル

DV (ワイド)  
35分バージョン・90分バージョン  
2013年



# 聴こえる？ いのちの声 いのちの力



## ●あらすじ

脳幹出血で突然倒れた主婦—こと宮田俊也さん。高ぶ—は、山元加津子さん（かっこちゃん）の元同僚でした。いつしかかっこちゃんのことをそっとサポートしてくれた大切な仲間。高ぶ—は一生植樹活動で、意識も戻らず、言葉と体を動かすことも話ができるようになることもないと思われましたが、現在は、意思伝達装置を使っておしゃべりしたり、車椅子に乗って外出したり。まさに奇跡の復活、でも奇跡ではなかった。植樹活動と思われても、回復する道はある。私たちがまだまだ気づいていない可能性がある。高ぶ—のことを知った人達が、生きる喜びを取り戻していく。広がる輪、喜びの連鎖。苦しみは苦しみで終わらない。自分の、そして誰かの明日を輝かせる。絶望から生まれる希望のシンフォニー。

2019年夏 短編バージョンがアメリカのロサンゼルス、サンフランシスコで先行上映。  
NHKなどのメディアでも取り上げられるほど反響を呼びました。

★「目がはみあがってしまう位、涙が溢れました。高ぶ—の活躍りに大さな勇気をもらい、かっこちゃんの大きな愛に心からの拍手を送ります。そして、私も私にできる方法で、みんなに伝え続けていきますね」

古川恵さん

★「どんな困難な事や不可能な事でも信じる事、あきらめない事がすべてをつくっていくということを、改めて感じさせてもらいました。ありがとうございます」

Toshi Matsudaさん

## 【原作者より】

かっこちゃんが、脳幹出血で倒れた親友、高ぶ—（宮田俊也さん）の回復を信じ、日々言葉を話し始めたこと知りました。その様子を聞くうちに、涙を上げるように「何か大切なことがある」と感じ、映画制作を決意。3年間制作してきました。人と人はここまで力を引き出しあえるのか、どんな状況の中でだって、こんなにも幸せの中で生きていけるものなのか、希望が湧いてきました。誰もが持つ無限の能力と、無限の優しさが湧きあがってつながって、みんなにとってのこれらしい明日を創っていく、そんな作品になりますようにと制作しました。

## 全国で自主上映中

各地の上映会の情報は、ハートオブミラクルのホームページをご覧ください。

<http://www.heartofmiracle.com/>  
ハートオブミラクルの映画



ご利用は、ハートオブミラクル事務局まで、お問い合わせ下さい。

## 自主上映をしてみませんか？ご質問・ご相談はお気軽に！

不安な方、真意の出ない方も是非お電話ください。上映会はそんな気持ちも大きく上回る感動があります。又の感動をサポートすることが生きがいのきみちゃんも、全力でお返します。また開催の方法がよくわかるパンフレットもご用意していますのでお気軽にご請求下さい。

### ハートオブミラクル受付窓口 三浦真美子（まみちゃん）

「みなさんと一緒に大切な方への支援をお手伝いしたいです。仲間との絆、そして支えの大切さ。上映会当日までお付き合いができてくださると、本当に嬉しいです。ご興味のある方、お電話、メールをお待ちしています。真美子」

それが何でも  
お答えします！



2019年 7月撮影

※自主上映の申込みはHPから（詳しい場合はメールなどでも可）  
※HPの自主上映会スケジュール表での流れもご確認ください。

## 研修報告

### 「あしたを生きるという旅」

日時：2017年10月8日（日）13：00～16：00

ゲスト：塚田公子様 塚田学様

参加：ヘルパー13名 利用者1名 ご家族1名 お空の下4名 他4名 合計23名

-所感-（レポートから抜粋します）

可能性を活かして奥様やご主人が熱い思いで、生きて楽しくされていること勉強になりました。また奥様やご主人がヘルパーさん方に感謝をされている様子が感じられ、考えさせられることもありました。ヘルパーさんの関わり、看護師さん、先生の役割を大切に実行していかないと、間違いが起きることはありそうです。

映画のように中々いかないかも知れませんが、出来る事、出来ない事を判断していく時期に話し合っていこうと思います。

以前からALSのお宅にて介助しているのですが、イキイキしているご主人の様な方は珍しく、身体は不自由になっても心は変わらないので、今までどおりに生きて頂きたいと強く思いました。ロックドインになると言う事は経験が無いので、既存のALSの方もそうになってしまう時が来ると思うと、今のコミュニケーションが取れるうちに意思をくみ取っておく必要があるのだと思いました。

今ある時間を少しでも納得のいくように過ごして頂けるように尽くしたいと思います。

眼球の動きで意思表示が出来るうちに、本人の本当の思いを聞いておくことの重要性を改めて確信しました。やはり自分も他人事ではないし、もし自分の体が思うように動かなくなった時に「動かないし意思もない」かのように決して思われたくありませんし、“誰でもいいから何とかして私の思いを知って！！”と思うはずなので、文字盤も読み取りが難しいと思った事もありますが、今後も真剣に利用者さんの意思を聞き出したいと思いました。

あと夫婦仲が良いことは、やはり重要だなと思いました。

1人1人どんな人も大切な命であり、生きる意味を見出し、実行して実感し楽しんで、1日1日を大切に生きるべきであると思いました。

普段、意思疎通やコミュニケーションを取るのが難しい方や、進行性の病気の方と関わる機会がほとんどないので、とても貴重なお話を聞かせていただけました。今後、関わる機会があった時には、今日聞いたお話を思い出して、向き合っていきたいと思います。

## 「感染症対策」

日時：2017年10月27日（金）15：00～16：30

会場：パーソナルアシスタント町田会議室

講師：三井 智哉さん（衛生管理責任者）

参加：

-所感-（レポートから抜粋します）

スタンドプリコーションでは、手洗いを正しくすることの重要性を改めて理解しました。手袋を付けても、外した後に手洗いした方が良い理由（ピンホールや毛穴から出てくるなど）を知れて、今後しっかり手洗いしていこうと思いました。

インフルエンザには小さい頃に罹ってから、一度も罹っていませんが、侮らずに予防接種を行い、日頃から予防に心がけます。

手洗いうがいはこまめに行っている方ですが、これからの時期は一段と気を付けたいと思います。指輪も気を付けます。

研修申し込み、お問い合わせ

パーソナルアシスタント町田研修担当

町田本社 担当 吉谷 電話 042-850-9141 mail [yoshitani@pa-machida.co.jp](mailto:yoshitani@pa-machida.co.jp)

相模原 担当 小原 電話 042-851-4904 mail [ohara@pa-machida.co.jp](mailto:ohara@pa-machida.co.jp)

八王子 担当 松尾 電話 042-634-9861 mail [matsuo@pa-machida.co.jp](mailto:matsuo@pa-machida.co.jp)

横浜 担当 木田橋 電話 045-482-4213 mail [kidahashi@pa-machida.co.jp](mailto:kidahashi@pa-machida.co.jp)