

NPO 法人「三郷サンサンハウス」ニュース №.36



平成14年11月法人設立後丸12年
になります。

「今は元気に働いていますが、いずれ
お世話になりたいから」と初めから会員
になって下さっていた方のご家族から最
近連絡がありました。ご本人は忘れていてもサン
サンハウスのニュースやパンフレットを目につく
ところにおいていて下さって、母と関係のある事
業所だろうとご家族が気づかれたのでしょう。

話は変わりますが、先日の5月11日NHKスペシャルで認知症の方の徘徊問題を
取り上げていました。2012年の行方不明者1万人その中351人が亡くなり200人余がまだ行方不明。警察に届けても事件性がないと探しつづけてもらえないとか。

行方不明者が出てきただけ早く探すことが一番大事です。行政や地域や事業
者等のネットワークをつくり「認知症になっても安心なまちづくり」が急がれます。

私たち事業者はその声をもっと大きく発信しなければと思いました。

認知症は恥ずかしい病気ではありません。65歳以上
の4人に1人が認知症又はその予備軍だそうです。「明
日は我が身」という病気です。進行度合いや症状は人さ
まざまですが、家族だけが背負うと家に閉じこめてしま
うことになります。周りの方々の理解・協力があればよ
り長く今までの暮らしが続けられます。



私も、夫が認知症になりましたが、周りの人に知っていただき、迷惑も顧みず助けて頂きました。お蔭で出かける機会もこれまで通り。認知症になっても今までに培った知識や思いやりなどはまだまだ人様に喜んでいただけることがたくさんありました。

私も認知症の予備軍です。忘れることが多くて迷惑をかけますが、判断力や感性は
まだ大丈夫と思っています。認知症になっても安心な職場や地域であってほしいです。

さて、1年1回の定例総会を6月15日10時からディサービスくるみで開きます。
職員や地域のたくさんの方に会員としてご支援いただきありがとうございます。

認定NPOをめざし、一層皆さんに必要とされる事業所として成長してまいります。

総会で皆様とお会いするのを楽しみにしています。 理事長 上野 登志子



三郷サンサンハウスの三つの理念

- 1 住み慣れたまちで暮らしつづけるために必要な支援を幅広く行います。
- 2 利用者や地域から信頼される事業所・職員として成長します。
- 3 安全・平等・平和な社会環境づくりの一端を担います。

ヘルパーステーション

★☎32-3535★

ヘルパーステーションでは、介護福祉士や2級訪問介護員の10名の介護スタッフが訪問介護を行なっています。

私たちの仕事は、高齢や障害などにより生活が困難になった方のご自宅を訪問して、その方らしい生活ができるよう支援をすることです。具体的には、調理、掃除、洗濯などの家事全般を行う生活援助サービスと、食事、排泄、更衣、入浴、移動や移乗などを行う身体介護サービスがあります。ですが、これらの家事を「代行」したりすべてを「援助」したりすることが仕事ではありません。その方の状況、状態にあわせ、自立に向けた支援をすることを目的としています。そのためには、今までの習慣やライフスタイル、その方自身を理解するよう努め、尊重することが大切だと感じています。



また、生活の基盤であるご自宅に一对一で訪問させて頂き、深く関わらせていただくことで、体調不良や異常の早期発見ができたり、安全な環境づくりを考えたりすることも必要とされています。

24時間365日の日常生活を支える力になることとともに、一緒に喜び、安らぎ、毎日の小さな充実感を共に積み重ねていくことができたら・・・と考えています。

人生の大先輩である利用者様には、教えていただくことがたくさんあります。至らないことも多くあると思いますが、介護の専門職として、必要な知識や技術の向上に日々努めています。これからもどうぞよろしくお願いします。

重松 知子



小規模多機能ホーム「萌の里」

★☎33-3555★

今年3月からご利用が始まったAさんについてお話をします。

oo

Aさんは、萌の里が三室にオープンしたころから時々訪れては、利用者さんに大きな声で話しかけては笑わせてくれる明るいボランティアさんです。



地域に少し心配なお年寄りがおられるのに気づくと、さりげなく知らせて下さる自主民生委員のようなお方です。そんなAさんがお正月明け、全身のひどい痛みでベッドから起きられなくなったのです。そのうちに治ると我慢して痛みに耐えていました。特に午前中の痛みが激しく、2時間かけてベッドから起きだし、毎日左右で痛む場所が違うこと、さらに痛みが広がっていく不安のなかで約2ヶ月の間、耐え忍んでおられました。私は、2月末の萌の里の運営推進会議への参加案内の電話で初めて知りました。

Aさんは、一人で痛みに耐えるだけの毎日から逃れたい一心で、久しぶりに外出して参加くださいました。(午後2時からの開催でなんとか身体を動かせたのです)

いつもと違うAさんを見て、参加の委員さんたちから介護保険申請の提案がありま

した。朝の自分の姿をビデオに撮って診てもらいたいほど状態は深刻で、一番診て欲しい状態の時は受診などとてもできないという状況になっていても、Aさんには介護保険を自分が申請するとはイメージすることができなかったのです。



3月に入り「もうダメだあ！」というメールが届き、お訊ねすると、痛みで疲れ果てた表情のAさんが、立ちやすくするためのクッションを重ねた椅子に座っていました。2階の寝室に壁にもたれ掛かりながら上がり降りしていること、痛みの少ないま先を何かに引っかけ時間をかけて体を起こしていること、あまりの痛みが悔しくて大声で叫ぶ時があること、塞くても蒲団をシッカリ首までかけられないこと、洋服も着たきり雀、週末に来られる娘さんが買ってきていた食材をなんとか食べていること、痛みの原因が複数あり、ペインクリニックに受診を勧められていることなどわかりました。

声だけ聴いているとそんなに大変な状況だとわかってもらえないとのことでした。

取り急ぎ1階での生活に変更し、自費でもいいからと介護ベッドをレンタルし、介護保険の申請をしました。手すりなど必要な箇所の住宅改修の相談や三郷町が設置している一人暮らしの方の緊急通報装置の声がベッドまで届くか試験通報をしました。介護保険の認定調査員からは、「よくこんなにひどくなるまで我慢してたね！！助けて！！って声をあげなアカンよ！」と叱られたそうです。

今は痛みがかなり軽減し、動かさなくてはダメになると、散歩を始められました。

最近のAさんの言葉です。「早く、介護保険やめる！って言いたいよ。でもあの時は、馴染みのとこ（萌の里）に連絡したいと思った。このままどうなっちゃうんだろうと思った。餅は餅屋、介護保険なんか使ったらみっともないって思っている人がいると思うよ。地域の人に悩んでないで聞いてみ！って言ってやりたい。」



介護の社会化と謳われて始まった介護保険ですが、まだまだ家族だけで、本人だけで悩んでおられる方は多いと思います。周りにそんな方がおられましたら、どうか餅は餅屋と話してあげて下さい。必ず差し伸べてくれる手があるはずです。

藤 みわこ



昨年引っ越しした友人と再会



他の方の繕いを



～ 端切れが姿をかえる老いの趣味 ～

サロンの利用者さんが川柳を読みました。一人暮らしのため、外に出

ない時は、一日中話をしない時もある。サロンに来ておしゃべりをしながら手芸を楽しむ事がうれしいとおっしゃいます。新しい方も一人参加して頂くようになりました。少しにぎやかになりました。

また、先日はお琴の演奏会をして頂きました。お琴に合わせて歌ったり、実際にお琴を触らせてもらったり、定番の「桜」を弾かせてもらい、きれいな音色が出ると、大感激でした。

サンサン体操は、入院その他の事情で参加できなくなった方が出て少し寂しくなりましたが、新しいゲームを取り入れて、笑いの耐えない2時間を過ごしています。



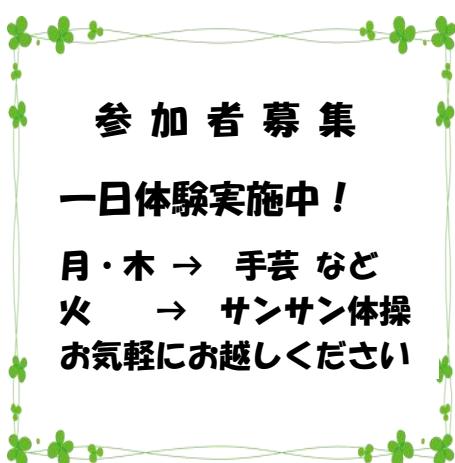
お琴の演奏



サンサン体操



イルカカフェ モリタにて記念写真パチリ



参 加 者 募 集

一 日 体 験 実 施 中 !

月・木 → 手芸 など

火 → サンサン体操

お気軽にお越しください



お隣のIさんのおかげでいつも美しいサロン

暖かくなるに従って、いろいろな所へ出掛けることが出来ました。

恒例の、箸尾や信貴山の桜見物から、生駒の足湯、馬見公園の亀のエサやり、十三峠…中でも、「私が案内できる！」という誰かの言葉を信じて菜の花を見に出掛け、迷走したあげく当麻寺の門前にたどり着いたときには、皆さんには「当麻寺まで連れてきてもらって!!」と喜んで頂きましたが、運転した職員は適当な案内に青ざめ、帰ってきて「胃が

痛い～」何てこともありました◎

でかける先々で、色々な方とお会いすることができ、子供好きの皆さんは小さな子を見つけると直ぐに声をかけられて若いお母さんとお話ができたり、馬見ではお茶休憩に加わって下さる方があったり、足湯では裸足（？）の付合いをさせてもらったり…。



こういうお付き合いを大事にしながら、あかねの里の「お出かけ隊」は今日もどこかへ～。

取り敢えず、五月は靈山寺のバラを見に。先日、薔薇の確認にも行ってきました(^_^)v
ところで…、時々…たまに、なんですが、
信貴山で草花泥棒しています…「あの花、描
きたあい!! なんて車から言われると、仕方
なく… (涙)



お庭の花には手を出しておりま
せんので、見つけられた方、どう
か大目に見て下さ～い(^_-)-☆

岡田 登志



たすけあいの会

★☎32-3535★

日常生活の中で「ちょっと困った
な」という時のための、たすけあい
の会です。

主な活動内容は、家事援助、外出支援、身体介
護、草抜き、修繕等です。

介護保険の適用ができない、庭の掃除や、病
院への付添、入院中の介助などにも利用がで
きます。お気軽にご相談ください。



重松 知子

壁紙の剥がれがひどく相
談したところ早速きれいに
張り替えていただきました。古家が見違えるよう
にきれいになり喜んでいます。ありがとうございました。

福祉タクシー

★☎32-3535★

三郷町・平群町・斑鳩町・王寺町の福祉タクシー券（高齢者・障害者）が使えます。

日常の通院や買物だけでなく、ドライブなどのお出かけにも利用することができます。利用には予約が必要ですが、お出かけの際にはぜひご活用ください！



リハビリティサービスくるみ

★☎32-3535★

リハビリティサービスくるみ～身体重心道～はおかげさまでオープンして2年たちました。

重心を意識して立つことは、筋力を向上させ、脳に多くの刺激を与えるだけでなく、立つことが気持ちの中で大きな自信となり、前向きな気持ちを引き出せているのではないかと考えます。ほとんどの時間を横になったり座ったりして過ごすことの多い方が、スポーツゲームでは上手く入れようと思わず立ち上がったり、成功して声を上げて喜ばれたり、失敗したときに悔しい感情を出してくださることは、まさに最高のリハビリだと思います。これからも様々な困りごとを抱えた利用者の要望に、重心を意識したりリハビリティサービスだからできること、そしてくるみだからできることを精一杯提供させていただきます。



管理者 岡本 真弓



4月からくるみで働かせて頂くことになりました奥田 晃です。

初めて介護施設の仕事に就いて早くも一ヶ月がたちました。

驚いたことにくるみでは花見（一番楽しかった！）などの外出の

前でも毎回姿勢を測定しています。機能訓練士として、姿勢を分析し、ご利用者1人1人の状態に合わせて姿勢改善・運動のサポートをすることの難しさを感じています。その中で利用者の皆さんから、継続することの大切さを学び、運動後のティータイムでは、花の名前や昔の習わしなど知らなかったことを教えていただき、日々勉強になります。



平成生まれの若さと元気で、ご利用者の皆さん・スタッフの方々と一緒に、笑顔の溢れる空間を作ります。

これから「リハビリティサービスくるみ～身体重心道～」をどんどん盛り上げていきたいと思いますのでよろしくお願いします。



機能訓練士 奥田 晃

母は、現在満98歳ですが、自分では70歳代だと思っています。

約6年前に腰痛で要支援から要介護2になりました。昨年、また腰痛が出て2か月半程痛みと鬱いました。痛みは取れてきたものの、週2回のシャワー浴以外は、ベッド上の生活となりました。その時以来、要介護5の状態となり在宅介護で、多くの方々のお世話になっています。

これからの介護に不安でいっぱいだった一年前、ご自身も介護体験のあるケアマネージャーの中川さんが、何かとアドバイスをして下さったり、悩みを聞いて下さったりと、ずっと力になって下さいました。心強かったです。これからの介護の心構えを教えて頂いた気がします。そして、週2回二人がかりで、お風呂でシャワーをして下さるヘルパーさん。テキパキと見て下さる訪問看護の看護師さん。往診して下さるお医者様。更には、主に介護にあたる私と共に、家事など精一杯頑張ってこなしてくれる夫。他、家族。皆々様のお蔭でようやく母の介護が成り立っています。ありがとうございます。たまに気分転換をしながら、頑張りすぎない介護をと思いますが、時々しんどくなる自分がいるのも否めません。

母も介護する側も、出来るだけ穏やかな気持ちで過ごせるようにと願いつつ、今日の就寝前最後のオムツ交換です。どうぞ今宵もゆっくりと眠ってくれます様に・・・そして、ありがとうと言ってくれる母に、私も感謝です。



上の文章は、Kさんがお姑さんをお世話されているお話です。実は私（中川）は、Kさんとは、隣町で一人暮らしをされていた実家の母様をKさんが介護されていた時に、ケアマネを担当し、それ以来のお付き合いです。

Kさんがお姑さんに十分尽くしておられる様子は、百歳近いお姑さんの穏やかなお姿に伺えます。Kさんはおっしゃいます。「私は、自分だったらしてほしいと思うこと

を、母にはしてあげたいと思っているのですよ」と。介護の担い手は家族であるとのお考えのようで、介護サービスは最低限しか利用しておられません。

これからも、Kさんの介護負担が重くならないよう気にかけながら、寄り添った支援を続けて行きたいと思っております。



居宅ケアマネージャー 中川 香代子

高齢者の家あかねの里

★☎31-3536★

今年98歳になられるMさんが、4月中旬に居室で深夜に転倒されました。顔面を打ち額にこぶができ、紫色にうっ血されていますが、骨などに異常はなく、今はお元気にされています。改めて自然の治癒力に感心させられます。



入居者の平均年齢が91歳、唯一昭和生まれのKさんはここでは“若者”です。共同住宅では最近よくかるたやトランプをします。

すごいですね～勝負事になるといくつになっても、目つき、顔つきが変わり真剣そのもの。負けると歌をうたってもらうのですが、それも楽しみの一つで、先日もひとりでは滅多に歌われないHさんの歌声を聞くことができました。

2月に助成金で購入した事業所自前の車がはいり、4月には三室山から高田川、奈良産業大学校内や信貴山…と桜三昧ができました。これからも日用品の買い物や、ドライブ、またちょっとした息抜きに活用したいと思います。

春木 ひとみ



地域交流支援

★☎32-3535★

くるみの玄関フロアをお買物帰りの「ショット一服」の場所や交流の場にお使いいただけたらと考えています。サロンの手作り品や地域の方の作品、地域産のお茶やお菓子等を置いています。お野菜や手作り品の提供者を募っています。ご連絡ください。

毎月第一日曜日 13時30分から
16時までデイサービスセンター
くるみでカフェをしています。

どうぞお気軽に
お立ち寄りください

