

NPO 法人「三郷サンサンハウス」ニュース No.43

発行日 2016. 9. 1



地球の温暖化は、毎年夏の猛暑や異常気象となっていますが、お元気にお過ごしでしょうか。

今年の8月は、オリンピックで一層暑い夏になりました。南米ではじめて開催されたリオ・オリンピックは多人種、多文化で形成されたブラジルらしい明るい陽気な開会式でした。

難民選手団がはじめて参加し、また、失われる緑と自然への警鐘という重いテーマで構成されながらも、会場全体がサンバで踊る楽しい祭典でした。開会あいさつの中でも、人類の未来、平和、平等などが強く叫ばれました。開会式を初めてじっくり見て、オリンピック精神の尊さに感動しました。

私たちの舞台は、三郷町という小さな町ですが、3つの理念のもと、誰もが平和で、平等に、安心して幸せな暮らしができるよう、地域の暮らしを支える介護の仕事に取り組みます。

さて、5月の定例総会はじめ臨時総会などでは特に正会員の皆様には大変お世話になりました。奈良県でも初めての条例 NPO 取得に向けて、事務局を中心に、当法人の総力を挙げ取り組んでいますが、時には、心が折れることもありました。

しかし、利用者及び家族の皆様、地域の皆様、そして遠く離れたところから応援くださっている皆様がいらっしゃることを知るにつけ、元気と勇気を頂きました。有難うございます。



皆様のお気持ちに応えていけるよう、職員みんなで頑張っていきたいと思います。未熟な私たちですので、どしどし叱咤激励いただきますようお願い申し上げます。

認定 NPO 取得のために、まず、奈良県条例 NPO 法人を取得します。そのため書類審査と監査をうけ、問題なければ、12月県議会で審議され、承認されると、条例 NPO 法人となります。次に認定 NPO の申請作業に入ります。まだ道半ばですが、出口が見えてきた感じです。

理事長 上野 登志子



NPO 法人三郷サンサンハウスを名実ともに地域の NPO として育てていただくために、ひとりでもたくさんの方に会員になっていただけるようお願いしています。よろしくお願ひいたします。

☆正会員は NPO の総会での決議権を有し、NPO の事業活動や方針決定に参加します。

☆一般会員と賛助会員は総会に参加しますが決議権はありません。正会員同様、当法人の力強い支援者、後援者です。

正会員	年会費	1口	3,000円	入会金	1,000円
一般会員	年会費	1口	1,000円	入会金	1,000円
賛助会員	年会費	1口	3,000円	入会金	1,000円



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。



訪問先のTさんは奥様と二人暮らしの70歳の男性です。電動車椅子で生活をしておられます、移乗には介助が必要です。2か所のヘルパーステーションが交代で毎朝訪問し、トイレ介助を行っています。以前は、ヘルパーにもたれるようにして車椅子から立ち上がり、奥様にズボンをさげてもらい、トイレへ移乗をしていました。体格の大きなTさんとトイレ内で方向転換するのはとても不安定で、便座に座ってからも、位置がなかなかしきりこず、座り直しをしているうちに、便意が遠ざかり…なんてことも多々ありました。Tさんが見つけた移動移乗機「かーるくん」は、Tさんも介助者も無理のない姿勢で負担がかからず、素早くしっかりと立つことができ、衣服の着脱も介助者一人ですることができます。今まででは、ヘルパーの来ない時間にはトイレに行くことが困難でしたが、力の弱い奥様でもトイレ介助ができるようになり、安心して生活ができるようになったそうです。

このような移乗機があることを皆さんに知って頂きたく、写真とお便りで紹介させていただきます。
重松 知子

三郷サンサンハウスの訪問介護を1~2年前から受けっていました。

小生は自力で立ち上がれないで、当初から皆様の力を借りてのトイレ介助でした。両方ともに疲れる日々で、何かないかとインターネットを開き調べてみると、色々な道具や機械が出てきてこれと思うものがあったので業者に聞いてみると、当社では扱っていませんとの答え。ケアマネージャさんに相談、電動で同じようなものがあるので1週間デモンストレーションの形で借りられるとのこと。試してみましたがしきりいかず、再度相談、取り扱っている業者さんを探してもらいました。どうにか1社見つかり取り寄せてもらいました。ピンゴー！やはり思っていた機械でした。ただ会社が関東なのと、デモ機がすぐになくて、少々日がかかりました。やはり1週間デモという形をとりましたが、2~3日でOK。すぐに注文し業者さんに取り寄せてもらいました（レンタル）。

それが「かーるくん」でした。YouTubeで動画も見られます。テコの原理で身体が持ち上がりトイレの移乗がとても楽になりました。

訪問スタッフの皆様に毎日365日支えられながら過ごしております。休みなく訪問していただくスタッフの皆さんに感謝しています。末永くよろしくお願いします。（Y.T）



①車椅子に座った状態で、両足を乗せ前かがみになり腰にベルトを回してフックに固定します。



②ペダルを踏みハンドルを手前に引くと、立ち上がれます。キャスターが付いているので、このまま移動ができます。

色々な障害を抱えて困っている方が少しでも生活し易くなるようなケアプランと一緒に考えていきたいと思っていました。

障害は決して特別な人ではなく、身近であります。難病も加えたら 10 人に 1 人は、なんらかな障害をもっていると言われています。身体障害者の方だけでなく、知的、精神、発達障害と範囲はとても広いです。そして、それぞれに、障害特性があります。どんな重度の障害がある人でも、地域で主体的に生きていける、その人らしい生活ができるようなお手伝いをしたくて「相談支援専門員」の資格を得ました。

介護保険は「介護支援専門員（ケアマネジャー）」が、サービス計画書を作成しますが、障害者の方が在宅で安心して暮らせるように、「相談支援専門員」がサービス計画書を作成します。

利用者さんとサービス提供者を繋ぎ、調整しながら、支援チームで支える体制づくりをして「地域で暮らすことを当たり前にする」ことが目標です。

ところで、2012（平成 24）年 4 月から、計画相談支援給付費が自立支援給付として給付されるようになりました。これまで限定されていたサービス利用計画対象者を大幅に拡大して、相談支援を強化していく方針が出されたのです。

介護保険制度と同様に全ての利用者さんに、計画書作成を義務付けようとするのですが、まだ、100%には達していません。ただ、就労支援の利用決定には必ず必要です。また、介護保険の利用者は、ケアマネの計画書に障害福祉サービスも記載されなければ利用できることになっています。

在宅においてのサービス内容について少し触れておきます。

- ① 居宅介護（自宅で入浴、排せつ、食事の介護。掃除、買い物等の家事支援）
- ② 行動援護（知的、精神障害により行動上著しい困難ある人への外出支援）
- ③ 同行援護（視覚障害者に対して外出援助）
- ④ 重度訪問介護（肢体不自由者、知的、精神障害者に身体介護、家事援助、移動介護等を総合的に行う）
- ⑤ 重度障害者等包括支援（著しく介護の必要程度が高い人に複数サービスを包括的に行う）

最後になりましたが、平成 28 年 9 月に『三郷サンサンハウス特定相談支援事業者』の申請をして動き出す予定ですので、ご相談のある方はご連絡下さい。

ケアマネをしていると「相談して気持ちが楽になったわ」と、言ってもらえるとやりがいを感じます。障害のソーシャルワーカーとしても「あなたに会えてよかったです」と、言ってもらえるプロを目指します。



居宅介護支援事業所 ケアマネジャー 中川香代子

デイサービスあかねの里

今年も、7月に七夕の会をしました。年に一度の七夕なので楽しもうということで、水まんじゅうや星のついたロールケーキを食べました。あかねの里の皆さんのが健康に過ごせますように…皆さんの願い事もかないますように… 他には、手芸をした日もありました。その日の男性の利用者さんが、器用に職人さんのようにアイロンをかけたり、布のカットをしたりと手伝って下さって、そのかいあってとっても可愛いコースターができていきました。



また 27 日はスイカの日だそ

うで、スイカの話して盛り上がっていると、3階の共同住宅のスタッフが『生みたて～』と大きなスイカを持って登場し、皆さん『大きい～』と、大盛り上がりでした。冷やして 3 時にいただきました(^-^)。

あかねの里は、暑さに負けませんよ～♪

廣岡 亜紗美



たすけあいの会

★☎32-3535★

たすけあいの会では、利用者様、ご家族様が安心して暮らせるよう、わたしたちができるをお手伝いしていきたいと考えています。

たすけあいの会の活動者と、ご利用者 Aさんの長男様からのメッセージを紹介します。



長期療養中の Aさんの病室へ、お話を相手の訪問をしています。

Aさんは先日95歳の誕生日を迎えられました。とても穏やかな笑顔のすてきな方です。部屋からは緑が多く見える景色のいいところです。週2回の訪問で、挨拶をして入室するとニコニコといい笑顔で迎えてくださいます。お顔を見て、目元、口元のケアをさせてもらいます。先日暑中見舞いのはがきが届いていました。教え子さんのように嬉しそうでした。とても達筆なはがきを声に出して読んでくださいました。1枚のはがきからどんどん引き出される思い出話や、家族様との旅行の写真で忘れていた思い出の場所の記憶がよみがえり…等、お話をすすみます。

沢山の俳句の作品も残されているようです。会話の中で時々、「はい、ここで一句」と話を止めることがあります。「すぐにはできないわ～」「そうですよね～(^.^)」と二人で納得の大笑いになることがあります。最近、熱が出ないことが嬉しいです。

秋には車椅子で外へのデビューを楽しみにしている二人です。 活動者：工藤 康子

Aの長男は関東在住のため、週末しか母を見舞うことができません。

工藤さんに週2回ご訪問頂けるお陰で、認知症の母は、会話することの喜びを持続けて、幸せな晩年を過ごしてくれています。

近くに住んでおられても、いろいろな事情で入院患者さんを訪問できないご家族もあるでしょう。そんなとき、三郷サンサンハウスは、心強い“家族代理”を引き受けてくださいます。大切に思うご家族が寝たきり入院中だったら、ご自身での介護に行き詰まりを感じたら、三郷サンサンハウスに、“天使派遣”を相談されたらいかがでしょうか。

Aさんの長男様より

たすけあいの会は、ヘルパーの資格がある方もない方も活動できます。高齢者の気持ちを理解し、優しく寄り添える方なら大丈夫。先日も、テレビで80代のヘルパーさんの活動が紹介されましたね。その方にあった、いろんな活動をしていただけます。

天使のあなたを待っている方がいらっしゃいますよ

管理者 重松 知子



★☎32-3535★

福祉タクシー

今年度も安全運転管理者講習に参加し、奈良県の交通情勢や、交通事故防止など、様々な内容のプログラムで教えていただきました。

日頃から安全運転第一を心掛けていますが、安全運転で事故を起こさないための2つの安全運転行動があるそうです。

1つ目は「予防安全」で、事故を起こさないための交通環境における行動です。

ドライブレコーダーの映像などから危険な状況を疑似体験し、何が危険か、を理解することで、「危険予知」の効果を高め、交通事故の予防に繋がるそうです。

2つ目は「衝突安全」で、万が一の事故に備える交通環境における行動です。

シートベルトの着用はもちろん、カメラやレーダーといった各種センサーとドライバーの補助を行う装置の研究開発、実用化もすすめられています。

シートベルトは全席着用が義務付けられましたが、一般道後部座席の着用率は低く、奈良県はワースト3とのことでした。福祉タクシーでも、万が一に備え、ご利用者様に着用をしていただいています。

また、夜間の歩行時には反射材をつけて事故防止に備えるとよいそうです。

タスキやリストバンドは効果的ですが、付け忘れてしまうことがあると思います。反射材のシールがあるそうで、警察官の方は靴のかかとに貼っておられました。日中見ると透けていて目立ちます。

せんが、夜間にライトがあたると反射するそうです。100円ショップやスポーツ用品店で購入することができることでしたので、ぜひご活用ください。

管理者 重松 知子

リハビリティサービスくるみ

★☎32-3535★



今年の夏は、4年に一度のオリンピックが開催され、普段見ることの少ないスポーツや国々を見ることが出来ました。深夜の放送もあり寝不足になつたとの話も聞きました(*^*)過去に開催されたオリンピックの映像も流れて、懐かしい気持ちになりましたね。くるみでも体操やスポーツゲームなどの運動を通して、以前されていたスポーツやお孫さんの様子などの話題が出て楽しい時間を過ごしています。

8月は3か月に一度の測定をしました。毎回行う姿勢測定（側面・正面の姿勢写真を撮る）以外に、開眼片足立ち（手を腰に当てての片足立ちと、レッドコードを持っての片足立ち）、タイムアップ＆ゴー（3メートル歩行）、握力を測定しています。

片足立ちでは、何秒立てるかを測るだけでなく撮影もしていて、重心の位置やバランスのとり方まで機能訓練士が分析します。一秒あげられるということは歩行においての一歩に繋がります。

タイムアップ＆ゴーでは、椅子から立ち上がり、1. 5メートル先のコーンを回り、椅子に座るところまで測定します。この時も立ち上がり、歩く姿勢や歩幅、コーンを回るときの重心の位置から座る動作までを分析して一人一人にお伝えしています。



握力はベッドの柵をもって寝返りそして起き上がりが出来る目安になります。

普段の生活で人に見られて緊張する中で何かを行う機会は少ないと私はいますが、その中で集中して何かにチャレンジすることは脳にとてもたくさんの刺激を上げることになります。

少しドキドキしながら挑戦してみる気持ちも、また、周りで見ながら応援したくなる気持ちも大切にていきたいと思っています。

管理者 岡本真弓

さて、くるみに新しい職員が仲間入りしましたのでご紹介いたします。

伊藤 千草（運動トレーナー）

7月の中頃からくるみで働いている伊藤千草です。介護の仕事は初めてで、わからない事ばかりです。今は仕事の中身を覚えることに必死ですが、皆様の笑顔に支えられて頑張っています。これからも皆様に楽しく過ごしていただきたいと思っていますので、よろしくお願いします。

野口 伊織（機能訓練士）

はじめまして、機能訓練士として7月から働いている野口伊織です。先輩機能訓練士に教えてもらっている段階ですが、皆様から学びながら私なりの視点で姿勢について一緒に考えていきたいと思います。ピアノと柔道が趣味で、休日にはお菓子作りをしています。お菓子は生地の触り方や温度が一つ違うだけででき上がりが変わってきます。姿勢も同じように意識する筋肉一つで楽になったり、身体に負担がかかったりします。ご利用者一人ひとりに毎日を安心して過ごして頂けるようなサポートができるよう頑張りますので、よろしくお願いします。



右から伊藤千草と野口伊織

サンサンサロン

★☎32-3535★



暑い日が続きます。今年の予想は「猛暑」のようです。
サロンの利用者さん達も「暑い暑い」と言いながらも、お元気な顔を見せてくださいます。

先日、ヘルパーステーションの利用者さんからたくさん
の毛糸を頂きました。その中に編みかけのペットボトルカバーがありま
した。せっかく編んでいるのだから、完成させましょう。と編み出したら夢中
になり、サロンのみんなが色とりどりの毛糸で、編み方を工夫して編んでいます。裸のままのペットボトルよりもカバーをかぶせると、ちょっとおしゃれで素敵です。



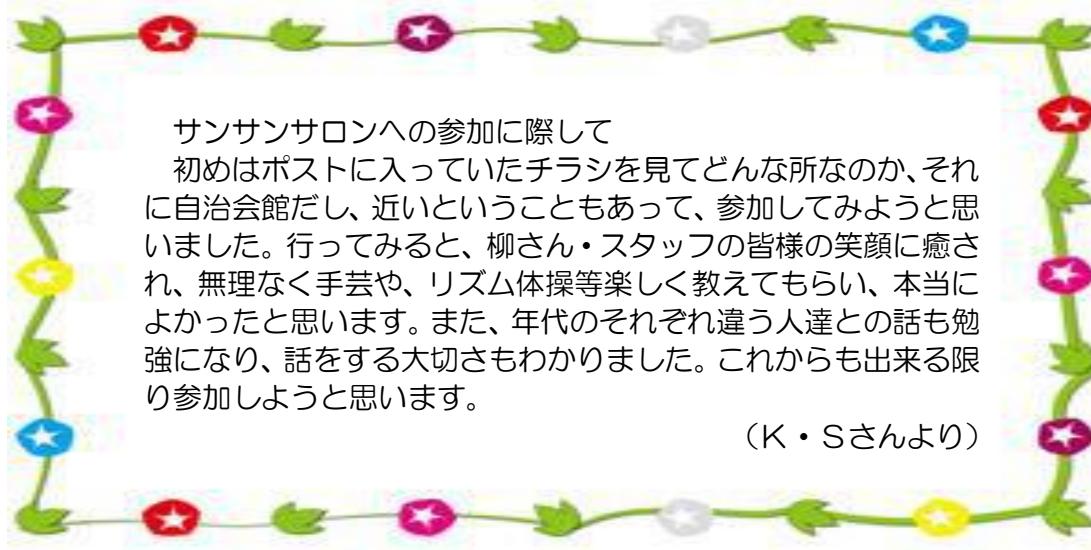
麻雀サロンの皆さん、卓を囲むと、真剣勝負（！？）
のはずですが、時々 おしゃべりに華がさく場面もあり、
和やかな時間を送っています。9月で1年を迎えるが、
初心者だった方々も、もう上級者です。ボランティアの先
生が、「もう僕がいなくても大丈夫だろ」と口癖のように
言われますが、麻雀は奥深いです。まだまだ教えてもらう
ことがいっぱいです。

サンサン体操は、新しく2名の方が参加され、益々賑や
かになりました。初めは緊張していても、周りの利用者さん達の助けもありすぐにとけ込まれます。
サンサン体操は、第3火曜日の午後から、美松ヶ丘自治会館でも開催しています。参加者は少ない
ですが、毎月参加してくださる方も少しずつふえています。月曜・木曜に半日だけ利用してくださ
る参加者もふえました。

「1日無理だけど何かしたい。」と言う意見を頂き始めました。自分で、作りたい物を決めると、
みんなで教えあってくださいます。サロンはおしゃべり好きで、笑いが絶えません。近くに来られ
た時は、お立ち寄りください。

柳 美保

*美松ヶ丘自治会館のサンサン体操と月曜日半日参加の利用者さんからのメッセージです。



小規模多機能ホーム萌の里

★☎33-3555★

7月に萌の里に入職し、1ヶ月がたちました。これまで老人ホームでの介護経験はありましたが、訪問介護は未経験でしたので自分にできるのかとても不安でした。でも、スタッフの皆様が優しく丁寧に指導して下さったので、いつの間にか不安も解消されていました。

利用者様と初めてお会いした時も「まあ、新しいスタッフさん？どこから来はったん？おいくつ？」等利用者様の方から聞いて下さりご自身のお話をして下さったりと、とても温かく迎え入れて下さいました。

私は今とても幸せだと感じています。

ご利用者様との何気ない会話、ゆっくり過ぎていく時間。その中でいつも笑顔が絶えない事。みなさんがとても優しく温かい事に。

まだ、不慣れな事も多々ありますが、いつか、そばに居てもらって良かったと思って頂ける様、寄り添えるケアをしてまいりたいと思います。

これからもよろしくお願ひ致します。

介護福祉士 山下由美

ここしばらく、職員不足をみんなで頑張ってきた萌ですが、ベテランの山下さんや萌にはなじみの吉田さんが加わって下さってにぎやかになりました。

また、事務仕事を助けて下さる職員も増えました。利用者様を中心に楽しい萌にしていきたいと思っています。

管理者 那住 すみ



- 一緒に働いて下さる方を募集しています
- 小規模多機能ホーム萌の里 看護職員
 - ホームヘルパー（サービス提供責任者も含む）
 - ドライバー（ヘルパー資格）
 - 夜勤職員 常勤・非常勤など 朝・夕方だけ
時間相談に応じます 経験の有無不問
- 一度見学に来てくださいね～(*^▽^*)



流しそうめん 好評です(^^)/



夏を乗り越えよう！焼き肉パーティー！



三塙納涼まつり

高齢者の家あかねの里

★窓31-3536★

9月1日は防災の日ですが、共同住宅でも毎年4月と10月の年2回、避難訓練を行っています。いろんな場面を想定して計画書を作成し実施するのですが、いざやってみると「あれっ、どうするんやったかな?」ということがでてきたり、普段では気付かないちょっとした段差や狭さで、車椅子での移動が困難だったり…といろいろわかることもあります、「訓練が重要」と改めて感じました。

また7月にはシェイクアウト(いっせい防災行動訓練)にも参加しましたが、入居者6人のうち4人が車椅子で自力で移動することができません。今年熊本県で大きな地震が発生しましたが、いつ起こるかわからない災害に備えて、食料品の備蓄はもちろんですが、風呂に水を溜めたり防災頭巾を作ったり…といざという時に少しでも困らないよう、今できる事からやっていこうと思います。

皆さんの地域やご家庭でも、こんなことをやっているよ…というのがありましたらお知らせください。
管理者 春木 ひとみ

お知らせ

共同住宅あかねの里では、新しい試みとして9月から第一日曜日に採りたての新鮮な野菜を販売する「あかね市」を開催しますので、お気軽にお立ち寄りください。

9月4日 午前9時～
あかねの里駐車場(東信貴ヶ丘1-5-12)

地域交流支援事業

★窓32-3535★

地域の方がふらっと立ち寄れる、萌の里の「あづまや」のような交流の場を作っていくか。

事務所の玄関ホールでのサンサンカフェはくつろげる場としては?など模索中です。

萌、あかね、くるみの三つの事業所でそれぞれやりたいこと、やれることをやっていきます。

どうかお気軽に顔を出してください。

あかねの里の「あかね市」

萌の里の「モエカフェ」

などが始まります。

ご期待ください!!

モエカフェ

MOE CAFE

H28・9・2～

LUNCH

萌の里のランチを6食までですが毎週金曜日のみ(※※※)ご用意できることになりました。どうぞ地域の交流にご活用下さい。なお準備の都合上、人数などを予約ノートに記入してください。

あづまやでいつでも記入できます。

場所: 萌の里内交流スペース "あづまや"

三室2丁目-5-22

日時: 毎週金曜日 12時半ごろから

お問い合わせ(0745)33-3555 藤