

# NPO 法人「三郷サンサンハウス」ニュース №.46

発行日 2017. 9. 1



## 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

NPO 法人三郷サンサンハウス  
理事長 上野 登志子  
三郷町三室2-5-22  
三郷町東信貴ヶ丘 1-2-27  
三郷町東信貴ヶ丘 1-5-12  
Tel /0745-32-3535  
Fax/0745-32-3519  
<http://www.3533house.com>

今年もまた暑い暑い夏ですね。皆様お変わりございませんか。まもなく涼しい風に誘われて、セミの声から秋虫の音に。後しばらく無理をしないでお元気にお過ごしください。

さて、また最近介護事業所の閉鎖や縮小が聞かれるようになりました。特に、病院や大きな事業体とは無関係な小さな事業所は職員や利用者の不足でやむなく閉鎖や縮小に追いやられています。

人と人とのかかわりを大切にする福祉・介護事業では、小さくても利用者に寄り添い、心の声をしっかり受け止めることができる職員や事業所が必要です。

私達サンサンハウスはどうなのか、職員不足は大きな悩みです。特に看護師不足は深刻です。でも、ありがたいことに、こんな事業所で働きたい、利用者さんとしっかり向き合い、ゆったりと過ごしていただけるケアがしたいとの志願者もあり、退職者からもサンサンハウスの良さが今になって分かったとの声を頂いています。

では、サンサンハウスはどのように運営しているのか簡単にご紹介します。一番大事な基本方針は年1回の総会できめますが、2ヶ月に1回の理事会、毎月1回の代表者会議、専門委員会（随時）各事業所職員会議（毎月1回）等で諸問題を検討し、連携していきます。また、テーマ別研修会も年間数回開き、これには、ボランティアや地域の方の参加もあります。

代表者会議では、各事業所の利用者の状況、経営報告、事業計画、事故・ヒヤリハット等報告し、みんなで利用者の状況を把握するようにしています。基本2時間の会議は数時間に及ぶこともあります。事務局長は新任早々は時間内で終わるよう議事運営を心掛けていましたが、管理者達の利用者や事業への熱い思いを感じ、今では、存分の議論をしています。10ある事業所の利用者や家族の状況変化に伴い、今この方にとって必要な支援は？と、他の事業所の助けを借りることもあります。また、送迎中、街中で、迷っていらっしゃるのかな？と気付いたとき、事務局や他事業所へ連絡し、適切な対応で無事家に、という支援もできることがあります。このような経験も状況報告をし、職員みんなが気づきや臨機応変の処理能力を身に着け、徘徊等の事故防止にも心がけています。

地域の方々には、支援いただいたり、お役に立てることはお引き受けするなど結びつきを大切にしています。まだまだ力不足で皆様のご要望に十分応えることができていませんが、いつも理念を忘れず、サンサンハウスの存在意義が發揮できるよう努力してまいります。今後とも、ご支援ご指導をお願い申し上げます。

\*理事長 上野登志子\*



## 毎月 11 日のイオン「幸せの黄色いレシートキャンペーン」 ご協力ありがとうございます

「イオンいかるが店」と「ザ・ビッグエクストラ平群店」の2店舗で毎月11日に買い物をされた際の黄色いレシートを、店内設置(レジの前または横)された三郷サンサンハウスと書かれた投函箱に入れていただくと、イオン様から洗剤など頂けます。ご協力のほどよろしくお願ひします。

## デイサービスあかねの里

☎31-3536★

デイサービスあかねの里は、今15, 6人が利用して下さっており、その方たちが週に2, 3回デイに来て下さるので、1日に4人から8人位で過ごして頂いています。

約半数の方が、介護度4・5の一般に重度と言われる方で、約半数が三郷町外の方です。

介護度の高い方は、あかねの里との長いお付き合いのなかで少しづつ介護の必要の増えていった方がほとんどで、ご家族と『あの時の、あんな事…』の話しが出来る時、あかねの里が14年ここで頑張って(?)こられて良かったな、と思います。



「おお、えらいな」褒め上手です！



ボランティアさん作曲「走れ江ノ電」♪

また、ここ1年程で新しく利用が始まった方は、大きなデイサービスでの人数の多い中で過ごす事が難しくなり、あかねの里に来てくださいました。

定員10人で、1日4~8人のご利用者…経営上は問題なこの数字(笑)が、新しく来られた方の居心地の良さになり、職員との距離を縮め、何だかよく笑い、ちょっと元気になって来られます。

(もちろん職員の実力であり、

数字もこれで良いとは決して思っていませんよ !!! )

ケアマネジャーさんが見学に来られると、「ここにディがあるのを知らなかった」とよく言われるので、「デイサービスの隠れ家的存在です。」と笑うのですが、こんな時代に、あかねの里も隠れているわけにはいきません♪



おしゃべりと笑いは元気のもと!!!

紙面を借りて…！

優秀な職員と、今なら、定員に若干の余裕があります(^^)

皆さんのお力になれるデイサービスが、ここにあります！

\*管理者 岡田登志\*



## たすけあいの会

★☎32-3535★

Sさんは、週3回、調理や掃除、洗濯等の介護保険の訪問ヘルパーを利用しています。通常の訪問でできない、換気扇の掃除やガスコンロ、食器棚の整理などには、定期的にたすけあいの会を利用してくださっています。顔なじみのヘルパーがたすけあいの会の活動者として訪問し、いろいろと話も弾みながら、楽しく訪問させていただいている。

いつもの生活にプラスα、家事だけではなく、お出かけの付添、入院中のケア等も多くご利用いただいている。お困りのこと、お望みのことがあれば、ぜひご連絡ください。

\*管理者 重松知子\*

# リハビリティサービスくるみ

★☎32-3535★



## リハビリティくるみ～身体重心道～

暑い日が続いている、外に出るのも身体を動かすことも億劫になってしまふ時期ですね。くるみでは熱中症や体の水分の話をしながら、運動の大切さについてもお伝えしながら、毎日楽しく運動して頂いています。

### 今回は、スポーツ輪投げについてお話しします。

くるみでは、姿勢動作や歩行動作やバランスなどにつながる機能訓練の後、これらを日常動作に変換するために、「スポーツゲーム」を行います。動きで言えば、狙い通りに輪を入れるために、重心を落として体勢を整え、距離を測り、投げ方を考え、修正しているのです。工夫を凝らし、脳を働かせます。このことは日常生活の中での動作につながっています。

スポーツ輪投げは、単なる輪投げではなく「スポーツ」なので絶対的なルールがあり、ルールを破ると容赦なくその試技は無効になります。

しっかりとルールを守った中で行うことで、競技に集中力を發揮しきこそはと思う気持ちの高揚も大切にしています。

みんなの前に立ち、見られているという緊張の中で何かを成し遂げることは、一人する輪投げとは大きく違います。みんなで楽しむことでより一層嬉しかったり、悔しくて怒ったり、思わず感情が出てきます。真剣だからこそ心が動くものです。

こういった感情を呼び起こす事、思わず出てしまう動作が、過去の記憶を呼び覚まし、次のチャレンジに繋がります。

また、他の方が投げたときに見ている自分が、さもやったような感覚になることがあります。空間が共鳴して良いコミュニケーションの場面ができています。内面から楽しさが湧き上がってくることが脳にも良い影響を与えていたと考えています。

この楽しい輪投げも実は精神機能の改善という大きな役割をもっています。

プログラムひとつひとつに意義があり、とても大切なですが、最後にはとにかく大声を出したり笑ったりしてほしいと思っています。くるみの最後の時間は笑い声と掛け声、時には歌と、たくさんの笑顔で溢れています。



\*管理者 岡本 真弓\*



## 福祉タクシー

★☎32-3535★

8月に安全運転管理者が年に1度受講を義務付けられている、安全運転管理者講習を受講しました。講習では安全運転管理者の業務についてや、奈良県の交通情勢、事故の事例や事故防止についての勉強をします。いろいろなテーマでプログラムを組んでありますが、今年度は駐車場の事故についての検討がありました。

駐車場事故は、道路のように速度は出ていないことが多いものの、車と歩行者が混在したり、駐車スペースに気を取られたりして、思わぬ事故が起きやすくなるそうです。「きっと他の車や歩行者は

このように動くだろう。」との思い込みも、事故の原因となるそうです。

損害保険会社の資料によると、駐車場の事故は全事故の三分の一に達しているとのことでした。

サンサンハウスでも、安全運転委員会を設置し、各事業所で担当者を決め、定期的に点検や修理の状況、事故報告や、ヒヤリハットを報告しあい、安全運転への意識を高めています。今後もいろいろな検討を重ねながら、安全運転、事故防止に取り組んでいきます。

\*管理者 重松知子\*



★☎ 33-3555★

## 小規模多機能ホーム萌の里



ボランティアさんたちとのひととき

この度、萌の里で夜勤専属の介護の仕事をさせて頂く事で、改めて介護の重要性を感じさせていただきました。色々な状況で、萌の里に来られる方は、幸せだとつくづく感じます。

萌の里で務めるようになり、初めて小規模多機能の存在を知りました。事業所が、利用者さんの自宅と離れた廊下のような役割だということを教えて頂いたり、介護は本人さんだけではなく、ご家族にとっても必ず必要だという事を、肌で感じました。これからは、福祉の勉強を少しづつですが、学ぶチャンスを自ら作っていき、利用者さんにとっても、萌の里にとっても必要とされる自身になって行きたいと思います。

\*介護士 川口 真\*

萌の里は 24 時間 365 日を様々な職員で支えています。日中は短時間の非常勤職員と常勤で夜間は 3 名の非常勤職員(夜勤専属)と常勤で担っています。

利用者さんのご様子は昼間と夜間では変化されることも多く、夕方から不安になられ、なかなか寝付けなかったり、一睡もできない方もいらっしゃって夜なか中お話を聞かせて頂いて、朝方やっと眠りに付かれる事もあります。そんな中夜勤の川口さん 5月末から利用者のNさんと一緒に 2 泊 3 日山口(大島)旅行にいってくださいました。事前にご本人から思い出の場所や行きたいころを丁寧に聞き、ホテルや高速経路を調べて計画書を作ってくださいました。



三室納涼祭に参加

Nさんは車での移動でサービスエリアでは大好きなソフトクリーム、ラムネ、夜はお食事処でタコのお造りを注文されたりと、ご一緒に遊んだ従妹さんと再会され昔を懐かしんで話が尽きなかった様です。3日目の夕方 2 泊 3 日の日程を無事終えお元気に帰ってこられました。



従妹さんと80年ぶりの再会

片道 6 時間以上の長旅にも少しの疲れも見せず Nさんのタフさには脱帽です。山口から帰ってこられ暫くは余韻にも浸りアルバムを見せて嬉しそうにお話ししてくださいっていました。川口さんお疲れさまでした。

又、利用者さんそれぞれの思い出の場所や、会いたい人等々、職員と共にご一緒に遊んだり嬉しい思います。

\*管理者 那住 すみ\*



年々、暑さが厳しくなるように感じますが、今年の夏をどのように乗り切られたでしょうか？

介護認定を受けられて身体にご不自由がある方、一人暮らしの方、ご家族が日中仕事で不在の方々が、暑い夏をどのように過ごされるかは、担当ケアマネージャーとして心を配る事ではあります。ご自宅で熱中症にならないように、体力を消耗されないようにと、ヘルパーさんの訪問日を増やしたり、デイサービスやショートステイの利用を勧めて、ご本人やご家族に、必要なサービスを選んでいただきます。そして無事に秋の声を聞き、過ごしやすい季節になるとほっと致します。



(C)2020 NPO法人介護マネジメント

介護保険では、住み慣れた地域で暮らし続けられることを目標の一つにしています。

確かに、住み慣れた地域で、安心して暮らし続けることも選択肢の一つではありますが施設がご自宅に劣るということではないと気付かされたことがあります。

脳出血後、近くに住まれるご家族の定期的な訪問で一人暮らしをされている方がおられました。お体は回復されたのですが、気分の落ち込みが進み、ご本人もご家族も辛い思いをしておられました。

「一人（暮らし）は気楽、でも一人は寂しい」と、ぽそりと言われたことがあります。

介護保険の支援はもちろん、ご家族の介護や、近隣の方の支援を受けて、恵まれた地域の中で暮らしておられるようでしたが、ご本人の心の大きな穴は、埋まらないご様子でした。

熟慮の上、実のお姉様がおられる有料老人ホームに引っ越しされてから半年。どうされているかしらと気になっていましたら、先月、事務所を訪れてくださいました。

ご家族と一緒に歩いて、頬もふくらとされ、笑顔がいっぱい、楽しそうにホームでの生活を話して下さるのです。

「姉妹二人の笑い声が、フロア中に聞こえているらしいですよ。」とご家族も嬉しそうです。

「あんなに心配したのが嘘のように元気になりました。」と。炊事・洗濯・掃除・物品の管理や始末など生活の手間や心配から解放されて、24時間の安心を手に入れる事ができ、その上、人との深いつながりも取り戻せれば、場所はどこでもよいのです。自宅であれ、施設であれ、その人にとって生活を豊かにする場所が、住み慣れた場所となることを勉強させていただきました。

\*ケアマネージャー 前田 淳子\*



## ヘルパーステーション

ヘルパーの身体介護のひとつに、入浴介助があります。その方の体力や身体状況、お風呂の環境に応じて、入り方を工夫しています。Oさんは、病気による筋力の低下があり、浴槽をまたぐことが難しくなってきたため、座面が回転するシャワーチェアを利用するようになりました。

体を洗った後は、座ったまま回転して両足を浴槽に入れ、浴槽内に入れたステップに足をのせてから入っています。出るときは、一度浴槽の淵に座り、ステップに足を乗せてからシャワーチェアに座っています。使う前は不安があったそうですが、実際に使ってみると楽に入浴できるので良かったとのこと。また、浴槽内での立ち上がりの際に、



座面横のボタンを押さえると、座ったまま向きを変えることができます



ご自身の力とヘルパーの介助で体がすっと上がる瞬間が、とても爽快だそうです。

入浴は体を清潔にするだけではなく、気分をリラックスさせたり、気持ちよく過ごすために大切なものです。安心して入浴を楽しんでいただけるように、一人一人にあわせたケアを心がけていきます。

\*管理者 重松 知子\*



## 高齢者の家あかねの里

★☎31-3536★

去る7月4日、共同住宅で12年間と一番長く過ごされ、101歳というご高齢でもあったM様が亡くなられました。いつも「ここは極楽や」と言われ、最後の最後まで「ありがとう、ありがとう」と言って旅立たれました。100歳(百寿)のお祝いを家族さんも交え、以前関わった職員も参加して盛大にお祝いしたのがついこの間のことのように思い出されます。

改めてご冥福をお祈りいたします



さて今年も例年以上に猛暑が続いているが、熱中症や脱水症にならないよう水分補給や温度調節には十分気を付けています。が、ご高齢になるとなかなか水分摂取も難しく、あの手この手で少しでも飲んでいただくようにしています。

共同住宅でも医療ニーズの高い方が増えてこられました。萌の里の看護師が訪問し、階下のデイサービスあかねの里の二人の看護師も気にかけてくれていますが、ここには看護師が常駐していないので、医療機関と連携を密にし、ご家族にもご協力いただき関わっていただきながら、入居者により安心して生活を送っていただけるよう、職員みんなで情報を共有しています。

そんな共同住宅に待望?の常勤職員が入職し、今入居者の方々と泣き笑いを共にしながら寄り添ってくれていますので紹介します。

\*管理者 春木 ひとみ\*



この度、6月からあかねの里でお仕事をさせていただく事になりました。介護士の中尾です。10年ぶりの介護職復帰となり、緊張と不安の毎日ですが、少しずつ昔の事を思い出し、楽しさと充実感を感じています。

私自身の父と母も高齢になり、いろいろな面で皆さんと重なるところがあり、この先何をしてあげられるのか、何をすればいいのか、日々考えさせられる毎日です。少しでも皆さんのが安心して楽しく暮らせるようサポートできたらと思います。

どうぞよろしくお願ひいたします。

\*中尾 めぐみ\*



東信貴ヶ丘のネットワークに参加



夕食後のひと時

# サンサンサロン



★☎32-3535

★ 今年の夏は本当に暑いです。「暑いねえ～」が皆さんの朝の挨拶になっています。

「サロンは涼しくしていいわ～」と言しながら、元気なおしゃべりで一日が始まります。

先日、久しぶりに外出しました。

行先は、道の駅へぐりくまがしステーション。

「最近は買物や外食も行かなくなつた。」という利用者さんも多く、近場とはいえ、道の駅のレストランで、地場産の野菜タッpriの昼食を頂いた後は、野菜・花・菓子など思い思いの買い物をし、短時間でしたがとても楽しんでいただきました。



★昼食風景 ピザパーティ



## ★ 麻雀サロン 真剣な面持ち

火曜日は、サンサン体操です。

10名の利用者さん達とゲームを始めます。何回もやっている運動ですが、ちょっと気をぬくと間違えてしまいます。左右違う動作をするという事はとても難しいです。一人の利用者さんが「間違えた事わかついたら、まだ私の頭大丈夫。」と言って、笑わせてくれます。この一言で他の利用者さん達も気が楽になり、間違っても笑いに変えてくれ、和やかに進めていく事ができ、楽しんで脳トレができます。

サロンは、三郷町の介護予防事業の一環に位置づけられ、補助金をいただいております。

今期から補助金が減額されました。利用者さん達の負担にならないように努力しましたが、やむをえず、利用料を値上げさせて頂く事になりました。皆さんには、申し訳ございませんが、ご理解の程よろしくお願いします。

サロンは、介護保険に関係なくどなたでも利用していただけます。お互いに刺激を受け合いながら、おしゃべりに花が咲き、笑いが絶えません。町外の方は補助金の対象にはなりませんが利用できますから、お気軽にどうぞ。

今年も町民文化祭（10月28日29日）に参加します。

利用者さん達の力作を是非見てください。

そして、どんな所かな？と気になっている方、是非遊びに来てください。



★サンサン体操 歌を歌いながら



大歓迎です

\*サンサンサロン 柳 美保\*



## 職員募集



一緒に働いて下さる方を募集しています！！

○高齢者の家あかねの里・・・ 介護職員・夜勤職員

○デイサービスあかねの里・・・ 非常勤介護職員

○ヘルパーステーション・・・ 訪問介護職員

○デイサービスセンターくるみ・・・ 機能訓練指導員・介護職員

○小規模多機能ホーム萌の里・・・ 看護職員・介護職員

一度見学に来てください (\*^▽^\*)

常勤・非常勤、朝・夕方だけの勤務など時間は相談に応じます  
経験の有無不問、未経験者・経験不足の方には指導、援助します  
資格のない人には、資格が取れるように支援します

※ 事務局（☎ 0745-32-3535）にお問い合わせください

※ 詳しい求人については、ハローワークの求職票をご覧ください

奈良県条例指定NPO法人三郷サンサンハウスの会員を募っています

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

正会員…サンサンハウスの事業報告・事業計画・決算・予算等総会で審議・決議を行う。  
一般会員、賛助会員…サンサンハウスの事業を後援・支援します。…会費は寄付金扱いとなり、金額により県民税の控除受けることができます。