



発行日 2019.1.15日



## 謹賀新年 元旦

昨年同様今年もよろしくお願い申し上げます。

サンサンハウスは平成 16 年 1 月から事業を始め丸 15 年が過ぎました。人間でいえば一番元気な青年期です。

順風満帆とはいきませんが、利用者様やご家族、そして会員および地域の皆様に支えられながら、私たちの理念を大切に「いい介護とは、利用者様にとっていい支援とは」を問いながら、基本として「健康と安全」「最後まで人としての尊厳を大切に」を追求してまいりました。

当初から働いてきた若い職員がサンサンハウスを背負うリーダーに育ち、心強い限りです。

一方、初期の苦労をともに乗り越え、今日のサンサンハウスを築いてきたベテラン職員たちが若い方にバトンタッチして去る寂しい、悲しい別れも増えました。

ですが、退職した職員がリフレッシュして、復帰して下さり、若い人たちが働きにくい時間帯などを補っていただいています。きっても切れない絆で結ばれていることを感じとても嬉しいことです。

さて、昨年のは「災」でした。文字通り大変な年でした。猛暑による熱中症、秋からは風疹やインフルエンザが猛威を振っています。サンサンハウスではインフルエンザから利用者様を守るために、本人は勿論家族が罹病しても、職員は休んでいます。

昨年から、全額事業所負担でインフルエンザ予防接種を義務付けました。職員も利用者も守っていきます。

今年は、健康で平和な年に、みんなの顔が笑顔で輝く「福」の年に転じるよう願っています。

(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

### NPO三郷サンサンハウス会員にご加入下さい

	入会金	年会費
正 会 員	1,000	3,000
一般会員	1,000	1,000
賛助会員	1,000	3,000

## 小規模多機能ホーム萌の里

謹んで新春のお慶び申し上げます



★☎33-3555★

小規模多機能型居宅介護が平成18年4月に施行され、その翌年3月 萌の里がスタートしました。

地域の中でその人がその人らしく暮らし続けるために、一人ひとりにあわせて自宅での生活そのものを支える... 地域密着型サービスの一つとして始まったサービスですが、いまだに認知度が低く初めて聞いたと言われる方もまだまだいらっしゃいます。小規模多機能ホーム萌の里は、一人暮らしでも、障害があっても、認知症になっても住み慣れた町に住み続けていけるようお手伝いをさせて頂いています。



子どもだんじりで利用者さん大喜び

通い・訪問・泊りを同じスタッフ（馴染みの顔）で24時間365日支えています。

その人の必要に応じて1日3回の訪問だったり、ご家族の方の仕事や用事で通いと泊りの調整をさせて頂いたり、ご本人の体調にあわせて、萌の泊りの利用・お元気になられたら自宅での訪問で様子をうかがいに行くなどの対応しています。

この様に柔軟な支援が出来るのも小規模多機能ならではのです。



可愛くかっこいいダンスに利用者さんもデレデレ♡



観月祭のお花を活けてるところ

地域との関係性も途切れることのない様、地域の方々にはご協力を頂きながら繋いでいける様、「ネットワークの会」や「やわらぎの会」に利用者さんと一緒に参加させて頂いてます。馴染みの美容院にお連れしたり、友人宅の茶和会にと出かけています。地域の方々には大変お世話になっています。ありがとうございます。



三室防災会・萌の里  
合同避難訓練



利用者さん、地域の皆様に、萌があって良かったと言って頂けます様、職員一同頑張ってます。今年もよろしくお願い致します。

小規模多機能ホーム萌の里 那住 すみ



## 居宅介護支援事業所

★☎ 32-3535★



年末に、私が担当する利用者さんが4名も旅立たれました。皆さんとの思い出が走馬灯のように浮かびます。

住み慣れたご自宅で、最愛の奥様に見守られて静かに息を引き取られた方。

娘さん宅でお孫さんに囲まれて穏やかな最期を過ごされた方。また、入退院

を繰り返して、やっと在宅に戻られた方。その方は余命短く、室内で入浴できる訪問入浴を実施しました。「ほんまに幸せやわあ。また入りたいです。ありがとう・・・」と、本当に嬉しそうに話された姿が忘れられません。一週間後の入浴を楽しみにされていましたが、叶うことなく最初で最後の訪問入浴となりました。

今、半数以上の高齢者の方々が自宅で最期を迎えたいと希望されているそうです。

ご本人やご家族の希望があれば、介護保険のサービスや訪問診療を組み合わせ、医療と介護の連携を図り、適切なサポート体制を調整して「在宅での看取り」は可能です。

ターミナルケアを希望されて、できるだけ自宅で家族と過ごしたいという希望も、在宅療養を行う中で、その方向性や意思が変わることも多々あるようです。最期の瞬間をどこで迎えたいかという選択肢が病院ということもあります。

Mさんは娘さんと二人で暮らしておられました。9月の初めに、サンサンニュースを見た娘さんから電話を頂きました。「母は腰痛で歩行が困難になり、入浴も一人で出来なく、シャワー浴を手伝っているが、介助が大変なので」との相談でした。そこで、手すりの設置やレンタル、シャワー椅子購入、デイサービスのお試し体験などをしていただきました。

娘さんは、お母様の気持ちをとても大切にされ、サービスの導入は慎重にすすめていました。

11月初めに体調悪化され癌の末期との診断で、ご家族相談の上、最期はホスピス病棟を選択されました。約2週間後の11/30に逝去。安らかな最期でしたと娘さんが知らせて下さいました。

娘さんから戴いたお手紙の一部を抜粋して紹介させていただきます。

『この度は、大変お世話になりました。何度も足をお運びいただき、その都度的確なアドバイスをして下さい、深く感謝致します。どんどん体調が悪化していく母に、どうしてよいかわからず不安な日々でしたが、中川様はじめ、たくさんの方のご尽力をいただき、どれほど支えられましたことか・・・おかげさまで母との残された数日間は、ずっとそばに居ることができ、旅立ちの時は、心をこめて見送ることができました。短い間ではございましたが、誠にありがとうございました。』

居宅主任ケアマネージャー 中川 香代子



## 障害相談支援事業所

★☎ 32-3535★

このたび、前田ケアマネが、奈良県相談支援従事者初任者研修を修了し、サンサンハウス居宅のケアマネ4人全員が、相談支援専門員の資格を取得しました。早速、障害を持った息子さんと、認知症の疑いのあるお母様の二人暮らしの支援をお願いしたいとの依頼が、安堵町社協からあり、介護保険でのお母様の支援を中川、障害での息子さんの支援を前田、二人がタッグを組み、担当させていただくことになりました。

管理者 川島 星子

## サンサンサロン

★☎ 32-3535★



※なつかしバンドの皆さんと歌

サンサン体操は、体調をくずして休まれる方もあり、寂しい日もありますが、輪になって座り、簡単な体操をします。「むずかしいな〜！」と言う声も聞こえますが、「出来なくても脳はどうしたらいいのか考えているよ。」の声かけで、みんなが「うん・うん」とうなずかれます。時にはおしゃべりに夢中になる事もありますが、「しゃべる・聞く・笑う」は、大事な脳トレです。「ここに来たら、勝手に脳トレしてくれるわ」と言ってくださると、とても嬉しいです。そして、麻雀サロンも賑やかです。初心者だった方々も今はベテランさんです。卓を囲み、「今日はあかんわ〜」と落ち込み、高得点につながると、「やったー！」と大喜びで、自然に脳の活性になり、麻雀を楽しむことを通じて人とのつながりができているように思います。



※広告パスル



※なれた手つきです。

サロンは、月・火・木の週3日開いています。去年は、外食や買い物も満足に行く事ができませんでした。それでも楽しんで下さってとても嬉しいです。これからも、サロンが「憩いの場」になれるようにボランティアさんの協力を得ながら努力していきたいと思います。 サンサンサロン 柳 美保



## 福祉タクシー

★☎ 32-3535★



初めまして、サンサンハウス福祉タクシードライバーの宮堂です。

いつもご利用頂きありがとうございます。

さて近年地球温暖化が囁かれて久しく、気象庁は暖冬の予報を出してはいるものの、それでも寒く辛く厳しい冬のシーズンは必ずやって来るのですね〜。(サンタさんは来ないけど)

全国的に降雪量は減少傾向にあるのですが、ゲリラ豪雨を彷彿とさせる局地的なドカ雪が短時間に降ったりすると都心部では交通麻痺に陥ったりします。国土交通省は今年度よりタイヤチェーン規制の改正を行いました。諸々の状況を踏まえてサンサンタクシーでは、現在使用している車両すべてを冬用スタッドレスタイヤに交換済みです。(内3車両は2018年製新品タイヤです)

装備も充実させました。それでも何が起こるか分からない冬道、細心の注意を怠ることなく安全運転に努めて参りたいと考えておりますので、冬のサンサンタクシーもどうぞよろしくお願い致します。

個人的にですが年末に木曽の御嶽山麓にある、チャオ御嶽スキー場に行ってきました。

おいおい今シーズンの雪傾向や情報などもご報告差し上げますので、ご期待くださいませ。

宮堂 鉄矢





リハビリデイくるみ～身体重心道～

今年もよろしくお願いします。



昨年の秋もダリアを見に馬見公園に行ったり、龍田大社や平群の公園に紅葉狩りに出かけました。心が動くと体も動かしたくなりますね。くるみで運動することは、お出かけや日

常生活の動作につながっています。

先日お会いした方が、「くるみを利用して、自分の身体を自分で意識して生きるのだと感じられたことで、今も頑張っているよ」と話して下さいました。リハビリデイサービスくるみでは、運動だけでなく、機能訓練士から様々な専門的な話を提供しています。専門的な話なら本やテレビでも多くの情報がありますが、スタッフが自らの体験や皆さんの写真や動画を通して、運動することの大切さを伝えたいという思いが届いているようで、嬉しい気持ちになりました。



ダリアもコスモスも満開でし

現在はまだ午前だけの利用ですが、まずは午前中のご利用をしっかり支えながら、午後の再開に向けてこれからも、職員一同頑張っていきますのでよろしくお願いします。



歩くと気持ちも明るくなり、笑顔も素敵です！

新しい職員が入りましたので紹介します。

## 運動トレーナー 山下 智恵

昨年の10月からリハビリデイサービスくるみで働かせていただいている山下智恵です。

初めてくるみのプログラムを見せていただいたときに、ご利用者もスタッフも一体感があって、私もそこに飛び込みたいと思うくらい。

本当に楽しく過ごされているんだなと感じました。そしてその輪の中に温かく迎えてくださったことがとても嬉しかったです。

ありがとうございました。

現在運動トレーナーとして働かせていただいているなかで、プログラムの一つ一つの動きに意味があることがわかり、勉強・勉強の日々ですが、温かく楽しい皆さまのおかげで、とても楽しく充実しています。

まだまだ未熟な私ですが、これからご利用者のみなさん、スタッフ、地域の方々とゆっくり・ゆったり・気持ちよく・楽しい日々が過ごせるように精進していきたいと思います。

どうぞよろしくお願いします。



山下職員は週に2日だけの職員ですので、曜日が違う方にはなかなかお会いすることができませんが、とても明るくて楽しい、運動が得意な元気女子です。よろしくお願いします！

管理者 岡本 真弓

## デイサービスあかねの里

★☎ 31-3536 ★

デイサービスあかねの里の賑やかさが、復活の兆しです。いくらデイサービスの隠れ家といっても、定員 10 人のデイサービスで 5 人、6 人の方に来て頂くだけでは、寂しすぎます💡

あかねの里の、あかねの里ならではの特徴を理解して頂き、私達を必要として下さる方達があるというのは、やり甲斐があり、本当にうれしいことです。

去年も、長いお付き合いをした方や、せっかくお会いした方達とのお別れがありまし

たが、そのお一人お一人との思い出のやり取りや、私達にかけて下さった絶品の一言を大事にして、新しいお付き合いの力にしたいと思います。今年も、色々な困ったことや、大変なことも笑いにかえて、頑張ります。

どうぞよろしくお願いいたします。 管理者 岡田 登志



誕生日はいいもんだ〜♪



焼き芋が出来た〜♡

## ヘルパーステーション

★☎ 32-3535 ★



私たちヘルパーはご自宅に訪問し、その方に必要な支援をしています。自身の生活を振り返ってもわかるように、培ってきた生活習慣や、価値観、趣味や嗜好、困っていることなども千差万別、人それぞれ違います。また、体調や気分の変化もあり、日によっても違いがあります。当たり前のことですが、マニュアル通りに行えば「正しいやり方」ではないのです。こう聞くと、難しそう、大変だなと思う方もいらっしゃるかもしれません。日々、これでよかったのかな？こうしたらよいかな？と試行錯誤です。ご本人をはじめ、支えてくださるご家族、ケアマネージャー、そしてヘルパーの仲間が丸となってがんばり、結果生活が整っていくのを見ることは、何物にも代えがたい喜びです。

ヘルパーが訪問するようになってから、行き届きにくかった掃除を一緒にするようになり、「さっぱりした、気持ちがいいね、次はここをしよう」と気持ちが明るくなったり、「お風呂に入った後はこの服を着たい」と好きなおしゃれを楽しむようになったりと、生活の変化を一緒に感じていくことができます。時には、つらかったり、悲しかったり、怒ったりと、「いつも笑顔」ではない素の自分がでて、それに寄り添えるのもご自宅ならではの、です。サンサンハウスで一緒に働くヘルパーさんたちは、どっぷりとこの魅力にはまって(^^)皆、長く勤めています。介護職員不足が問題となっている現状ですが、こんな素敵な職場はそうそうないと思います。介護の資格を持っていても働いていない方は多いのではないのでしょうか？ぜひ、サンサンハウスで一緒に働きませんか？

## たすけあいの会

★☎ 32-3535 ★



たすけあいの会は支援を必要とする方に、有償ボランティアを派遣しています。介護保険や障害福祉サービスをお使いの方は、その計画で補えない部分の支援をします。

また、病気で体調が悪いときや、妊娠中や出産後、子育て中の方など、支援を必要とする場合は、どなたでも利用することができます。日常のお困りごと（買物、掃除、外出付添など）はもちろん、必要に応じた支援を行います。入会金・年会費等はありません。基本料金 15 分 500 円から利用可能です。利用にはご予約が必要です。いつでもご相談ください。活動希望のボランティアさんもお連絡をお待ちしています。

管理者 重松 知子





## あかねの里からご挨拶



このたびは、「あかねの里」をおたすね頂き、ありがとうございます。

住み慣れた所で、ずうっと暮らしたい…  
年を取り、認知症になっても、変わりなく親しい人たちと一緒に過ごしたい…  
妻や夫、父や母、おじいちゃんおばあちゃんと、今までどおり一緒にいたい…  
そんな思いを、少しでもお手伝いできたら…というのが、  
デイサービスあかねの里の願いです。

### あかねの里の送迎は…

小さな車で、お一人か、お二人ずつ  
迎えに行かせてもらっています。

朝、起きられない…、準備が間に合わない…  
という方も、ご相談ください！(^)v

(それぞれのご利用時間に合わせて介護保険の単位を算定しています)



### あかねの里のお風呂は…

おひとりずつの、個浴です。

ナイショの話し(?)もここで聞かせてもらいます♪

入口には、別府温泉ののれんが掛かっていますが…

実は…、三郷町の水道水、沸かしています！(笑)

ごめんなさ〜い💦

### あかねの里のお食事は…

三ツ星シェフが、選りすぐりの食材で…

とまではいきませんが、こころ優しいシェフが、温かい

家庭料理を、デイと同じフロアの台所で作っています。

〜10時頃から「だし」の香り〜11時頃から「料理」のいいにおい〜

楽しみで、つら〜い時間です(^)v



これから よろしくお願い致します。 職員一同

## 高齢者の家あかねの里

★☎31-3536★



共同住宅では、昨年11月に、広陵町にある馬見丘陵公園へでかけることができました。



出かけて来てよかったね!!

ダリアなど色とりどりの花を楽しむことができ、秋を感じることができました。これからも季節を楽しみたいと思います。

また東信貴ヶ丘の作品展を覗かせていただきました。車椅子で突然お邪魔しましたが、笑顔で迎えていただき、入り口を入りやすく整えて下さるおもてなしに感激しながら、地域の皆さんの作品を楽しむことができました。

また、御一緒した M さんにご近所の方々から声をかけてくださりほっこりした時間を過ごすことができました。

共同住宅には6名の方がお住まいです。3名の方が、12月にお誕生日なので皆さんがいらっしゃる日曜日にお誕生日会を開催しました。



夜のだんらん? もう、部屋で寝てる人も

ケーキを食べ、カラオケ大会を行いました。スタッフも一緒に歌い、点数に一喜一憂し楽しいひと時を過ごすことができました。

今年も利用者さんと、楽しみを見つけながら有意義な一年を過ごしたいと思います。今年もどうぞよろしくお願いいたします。

山田 志保



NPO法人 三郷サンサンハウス

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・調理員
- 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 . . . 介護職員・ケアマネジャー・看護職員

一度見学に来てくださいね~(\*^▽^\*)

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

※ 詳しい内容は、ハローワークの求職票をご覧ください

※ 事務局（☎ 0745-32-3535）にお問い合わせください

毎月11日 イオンの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!!