

NPO 法人「三郷サンサンハウス」ニュース No.51



発行日 2019.5.1

新緑が美しい季節になりました。いつもご支援いただき有難うございます。今年の定例総会は6月16日(日)午前10時から「くるみ」で開きます。一般会員・賛助会員には議決権はありませんが傍聴は自由です。お気軽にお出で下さい。

8年前、平成23年3月に奈良県から「社員・シャイン職場づくり推進企業」として表彰を受けました。女性が活躍し、女性が働きやすい制度を先んじて実施する事業所と評価いただいたのです。総会でも女性リーダーの活躍がご覧いただけます。

事務局長の成吉が体調不良のため3月末で退任、6月末で退職します。今後の事務局は、残った3人の女性事務職員がしっかり守っていくことになり、女性の活躍を期待しています。皆様の暖かいご協力をお願い申し上げます。(理事長 上野登志子)

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

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

	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

新年度の会費よろしくおねがいします。

皆様のご入会・ご寄付など物心

両面でのご支援を頂いています

今年1月、ご近所の方から「主人が作っている野菜をもらってこないか？ 沢山出来たのを無駄にはしたくないので…」とお電話を頂きました。家の郵便受けに入ったサンサンニュースを見て、そちらでは食事を手作りしていると知り…と収穫したばかりの野菜を事務所まで持ってきて下さいました。新鮮な野菜を使ったおかずが早速にあかねの里と萌の里の食卓に並び、

美味しく頂きました

ありがとうございました

高齢者の家あかねの里

★☎ 31-3536 ★



桜の開花情報を毎日皆さんと眺め、お花見に行く日の相談をして過ごしていました。4月の初めの日曜日に今日だ！と、全員で広陵町の箸尾へお花見に出かけました。



桜は満開～やや散り始めといった感じでしたが、見事に咲き誇っている桜のトンネルを満喫することができ、時折花吹雪が舞うと皆さんの歓声も大きくなりました。

『桜は見に行くとかなないとね！』との声も聴きました。

桜の下で食べる柏餅は絶品で、スタッフも一緒に楽しい時間を過ごすことができました。

来年は、お弁当を持って出かけたいた話にも花が咲きます。

高齢者の家あかねの里ではこれから

も四季・自然を感じる時間を大切に過ごしていきたいと思います。

(山田 志保)



居宅介護支援事業所

★☎ 32-3535 ★



今年は暖冬と言われていましたが、冷えて痛みや痺れが辛い、寒さで体調を崩しているとの声は、例年同様聞かれました。それでも四月に入ると、冬の間とは違う、何かほっとしたような、清々しい明るい笑顔が戻ってきます。色々な所に春の訪れを感じながらの訪問です。

玄関先に置かれたパンジーの鉢植え……黄色は元気が出る色！

いつの間にこんなに摘んできたの？ 束の土筆や蕨……摘んでいると時間が経つのも忘れてしまっ。

息子が花見に連れて行ってくれると言うので今週デイサービスお休みします。……デイサービスのお花見と合わせると今年は2回目よ❀

訪問時に交わす何気ない会話の中で、皆様の日常や、気持ち、体調のちょっとした変化に気付きます。何より、私たちが受け取るだけでなく、私たちへの思いやりや寛容さを受けとり、励まされ、感謝の思いで事務所に戻ってきます。

(管理者 川島 星子)

ケア
マネージャー
募集

ケアマネの資格を持っているけど、まだ何処でも働いたことないわぁ、長らくケアマネ業務から遠ざかっているの自信ないわぁ、こんな方がおられましたら是非当サンサンハウスでケアマネのお仕事を一緒にして頂けませんか？ 経験、年齢は問いません。

気軽にサンサンハウスまでお問い合わせください。

電話 0745-32-3535 担当 川島



リハビリデイくるみ～身体重心道～

今年は 4 月に入ってすぐに雪が降るほどの寒さとなり、その後パーっと桜が咲きだしました。

毎年お世話になる馬見公園も、高田川沿いの桜も、信貴山も、柏原方面も、今年も咲いたよと笑っているような、最高のもてなしをしてくれました。



サンサンニュース用でーす！ハイチーズ📷



職員も楽しんでおります♡

くるみでは花見の日でも姿勢の測定をし、それぞれの目標も確認して、やりたいことに活かしていくという目的を持って出発です。

室内の運動から離れて屋外の気持ちいい風に吹かれると気持ちも上がります。



男同士の乾杯🍶



馬見公園でも満開🌸

車いすから降りて少し歩くと、それを見ている方もとても幸せそうな表情をしてくださいました。

満開の桜と団子で話は盛り上がり、以前に行った花見の場所を思い出します。昨年も聞いた「今年で最後かな」の言葉にも、「5年後も同じことを言うよ」と笑いあったり、桜の木の下で誕生日の方のお祝いをすることができました。

昨年と同じ様な場所に出かけ…でも同じではない時間を過ごし…

来年も一緒に見られることを願い…桜の季節が過ぎていきます。

(管理者 岡本 真弓)

デイサービスあかねの里

★☎ 31-3536★

行きました！…

行きました～！！

今年はあかねの里も「花見」に出かける事が出来ました。

お弁当や花見団子はありませんでした（すみません☹）1時間余りの花見ドライブをたっぷり楽しむことが出来ました。この日いけなかった方、来年必ず行きましょね(^_^♪



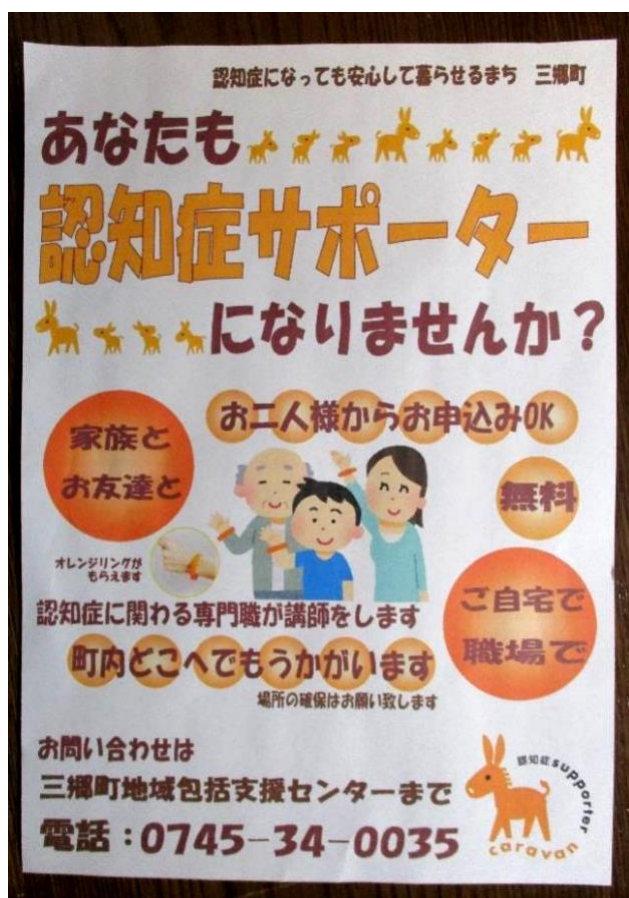
あかねの里では、昨年度、東信貴ヶ丘の自治会にも回覧をして頂いて、「サポーター養成講座」を3回開くことが出来ました。

3回目は職員研修も兼ねていたのですが、毎回地域の方を含め10人程の方に来て頂き、「認知症サポーター」の印であるオレンジリングをお渡ししました。道を歩いていて鞆にオレンジリングを付けておられる方を見かけるとうれしくなります。

この「認知症サポーター養成講座」で認知症についてお話をさせて頂くのがキャラバンメイトで、三郷町でも「キャラバンメイト連絡会」として様々な活動をしており、サンサンハウスの職員も参加しています。

認知症は、周囲の正しい理解と気遣いで、その方の生活や尊厳が大きく変わってきます。

ぜひ、あなたも「サポーター」になって認知症の方へのあたたかいまなざしのひとつになっていただけませんか。いつでも、お声をかけて下さい(^_^)v (管理者 岡田 登志)



福祉タクシー

★☎ 32-3535★



福祉タクシーでは介助が必要な方のための実費のタクシー事業をしています。

（介護保険で要介護認定を受けておられる方および障害福祉サービス利用の方の通院送迎は、別途ヘルパーステーションが行っています）

料金は時間制で10分760円（障害者割引10分680円）です。利用は平日のみで、予約制となっております。三郷町、平群町、王寺町のタクシー券も利用できます。車椅子のままでも乗車が可能ですので、どうぞご利用ください。 (管理者 重松 知子)



ある日のサロン。いつものようにおしゃべりに華がさ
いています。



★サンサン体操
チョットおしゃべり

Aさん「家の事は
全部してくれるか
ら何もする事がな
い。」

Bさん「うらやま
しい。1人暮らし
は掃除・洗濯・食
事全部しないと
いけないよ。」



桜餅おいしいね！★天平庵にて

Cさん「たまには好きな物食べたい時あるけど言えない。出された物食べるよ。」

話がはずみます。皆さんそれぞれに思う事はたくさんあっても、サロンに来て自分の好
きな事をしながらみんなと気楽におしゃべりをして一日をすごしていただきます。皆さんの
賑やかな笑い声がいいのです。



★麻雀 調子はいかがですか。

サンサン体操の時、新規加入のOさんは、何もか
も初めての脳トレ体操に戸惑い、「ついていけない！」
とションボリしてしまいました。

すると。他の利用者さん達が「間違ってくれた方
が楽しいわ～！家ではこんなに笑う事ないから、い
っぱい笑わせて。」と言われ、Oさんは笑顔になりま
した。体操がおしゃべりで中断する事もあります
が、これも脳トレ？の一部と勝手に思いながら、賑やか
にがんばっています。

麻雀サロンでもにぎやかです。「おしゃべりしながらの麻雀が楽しい」と言う利用者さん。
麻雀は、実力でもありますが、その時の運でも得点を得られる事もあります。

先日、ベテランチームの中で卓をかこんでいたYさんが断トツで高得点を取りました。
「うれしい！ずっと悩んでいたから本当にうれしい！」満面の笑みで喜んでおられました。

サロンは、月・火・木の3日間ですが、どの曜日にもにぎやかで、「今日も楽しかった」と
言って頂けるように頑張っていきたいと思います。

(サロン 柳 美保)



ヘルパーステーション

★☎ 32-3535★

ご自宅に訪問させて頂く中で、日々様々なことがおこり、時には思うような支援ができな
いこともあります。そんな時に、他のヘルパーはどうしている？など、毎月の会議では、い
ろいろな意見があがります。介護技術や、医療の知識なども同様に、疑問に思うことは話し
合い、積極的に学んでいます。ご自宅での生活を支える一番身近な介護のプロとして、頼れ
るヘルパーになれるよう日々奮闘しています。

(管理者 重松 知子)

私は看護師やケアマネジャーの仕事を長くやってきて、やっと引退したところに、また、この度お誘いをいただき私でお役に立てるならとこちらでお世話になることになりました。

ご利用者の皆様のお話を聴いたり、昔懐かしい童謡や唱歌と一緒に歌ったりと楽しく働かせていただいております。

スタッフの皆さんも優しく気さくな方達ばかりで、働きやすい職場に感謝しております。ご利用者の皆様が今日も一日楽しかったなと感じていただけるように、頑張りたいと思います。どうぞよろしくお願いします。

看護師 中村 百合子

毎月最終水曜日【おばあちゃんの駄菓子屋】

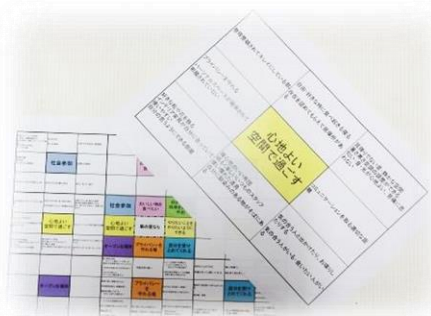


毎回 たくさん子ども達が遊びに来て、売り娘のおばあちゃんと楽しく話をしてくれます。ありがとう ♪

“萌の里なら”

先日から職員全員で研修テーマに取り込んでいるマンダラート。(3×3の9ますの中央に考えたいことを書きその周囲に関連することで埋めていく。大谷翔平選手が高校生の時にドラフト1位を中央の夢に掲げ達成したことは有名)

“萌の里なら”のテーマを、「どんな萌の里なら、利用者さんなら、職員の立場なら」と考え、目標を立て、その目標を達成するためには何をすべきかを考え、意見を出し合いすり合わせて、日頃のより良きケアに活かせる様、取り組みます。



萌の里防災ワークショップ「応急手当講習会」



防災士さんが来られ、三角巾を使った応急手当の仕方を教えていただきました。利用者様や職員も真剣に頑張りました ♪

ただ、環境や人手不足のせいにはいけないのですが、理想と現実のギャップは大きくジレンマの毎日です。

お天気がいいから皆さんでお弁当持ってお花見に行きたいね～と話していても車中お花見ドライブが精一杯。それでも「きれいやな～きれいやなあ～」と歓声をあげて喜こんでくださっている利用者さん。申し訳なくって心が痛みます。

「いつも忙しそうやな～」と職員に気を遣ってくださる利用者さん。この様な現状でも何か日々出来る事をしたい、目の前の利用者さんに思いを寄せ向き合っていきたいと奮闘の毎日です。が同時に、一度立ち止り、あせらず、怠たらず、職員一同“萌の里なら”を一步ずつ達成していける様頑張ってます。

(小規模多機能ホーム萌の里代表者 那住 すみ)



Nさんの娘さんから電話がありました。「数年前、父の入院中に、遠方で見舞いに行けず、心配とのことで利用をしたが、今回も同様に入院中の支援の依頼をする」とのことでした。

前回、退院後も引き続き自宅でのヘルパー支援を利用されていましたが、その後元気になられ、生活支援は終了していました。久しぶりにお会いするNさんは、会話はほとんどできず、痛みが強く唸り声がとても苦しそうでした。体をさすると少し気が紛れる様子で、一緒に写真を見たり、こちらからの話しかけを聞いてくださるときは少し表情もやわらぐように見えました。病室から娘さんに電話をし、声を聞くとうんうんと返事をしてとても嬉しそうに見えました。その後食事がとれなくなり、点滴での痛みの緩和も始まりました。短い時間のときも、病室に行くと目で追ってくださり、話しかけると表情で返事をしてくださるよう感じました。そんなご様子を日々娘さんにお知らせしていました。週末に娘さんが遠方から来られ、見守られるなか旅立たれました。「遠方で気ばかり焦っていたが、様子を知らせてくれることで本当にこころづよかった」と、娘さんからおっしゃっていただきました。

たすけあいの会では、必要に応じた支援と一緒に考えていきたいと思っています。

どうしよう?と思ったときにはどうぞご連絡ください。(管理者 重松 知子)

障害相談支援事業所

★☎ 32-3535★



今年に入って程なくして、高等養護学校に通う息子さんのお母様から「卒業後、4月から就労A型作業所に通う事が決まっているので、相談支援計画書を作成して欲しい」との依頼がありました。2月、ご本人とお母様に面談し、スムーズに作業所に通えるようにするにはどうしたらよいかを話し合いました。ご本人は、仕事で得た収入を自分の趣味に使いたい…一方でお母様は、お金の自己管理も身につけて欲しい…との希望でした。まずは、ご本人の生活リズムを整えて毎朝規則正しく起床し準備をして出掛けることを目標にしました。

先日、中川相談員がご本人の様子を伺いに作業所を訪れました。元気に通ってこられているとの事。頑張って継続するご本人を見守り、支援していきます。(管理者 川島 星子)



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!!

・介護職員・調理員・訪問介護職員・機能訓練指導員・ケアマネージャー

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



5月スタート体験無料

サンサンハウス

くるみ STYLE

サンサンハウスくるみ style では地域の皆さまに
新しい運動プログラムを受けられる教室を提供していきます。

まずは、レッドコードとヨガからスタート！

姿勢・肩こり・腰痛・冷え性・便秘などを改善。

健康的な美スタイルを目指します！



くるみ style

レッドコード

水曜日 隔週

14:00~14:45

14:45~15:30

木曜日

18:00~18:45

くるみ style

ヨガ

木曜日

14:00~15:00

料金

年会費 3800 円

1 回 1000 円

チケット制

NPO 法人三郷サンサンハウス

くるみ STYLE

0745-32-3535

担当 岡本

