

# NPO 法人「三郷サンサンハウス」ニュース №.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。お気軽に出て下さい。

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きました。総会でも女性リーダーの活躍をご覧いただけます。

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と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願い申し上げます。(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

	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

皆様のご入会・ご寄付など物心

新年度の会費よろしくおねがいします。

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くれないか?

沢山出来たのを無駄にはしたくないので…」との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。

『桜は見に行つとかないとね！』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と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、冷えで痛みや痺れが辛い、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て。

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✿

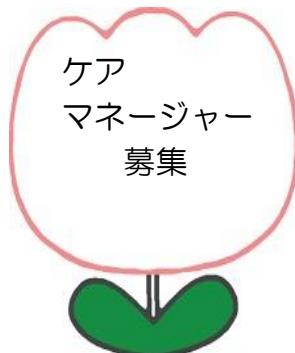
訪問時に交わす何気ない会話の中で、皆様の日常や、気持ち、体調のちょっとした変化に気付きます。何より、私たちが受け取るだけでなく、私たちへの思いやりや寛容さを受けたり、励まされ、感謝の思いで事務所に戻ってきます。

(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あ、長らくケアマネ業務から遠ざかっているので自信ないわあ、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



# リハビリディサービスくるみ

★☎ 32-3535★



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-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。



職員も楽しんでおります♡

リハビリディくるみ～身体重心道～



サンサンニュース用でーす！ハイチーズ📸

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」と笑いあつたり、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)

## ディサービスあかねの里

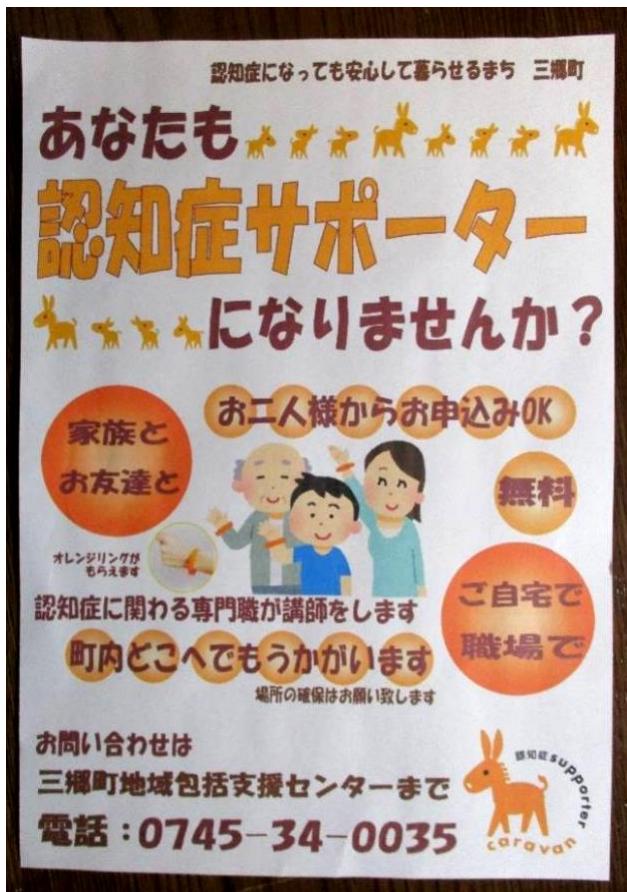
★☎ 31-3536★

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が（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。この日いけなかの方、来年必ず行きましょうね(^\_^♪



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)

★☎ 32-3535★

## 福祉タクシー



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くださいます。皆さんの賑やかな笑い声がいいのです。



★麻雀 調子はいかがでしょう。

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！」とショソ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、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とりました。「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

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)

## 小規模多機能ホーム萌の里

★☎33-3555★

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しを聴いたり、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ひします。

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 たくさんの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してくれます。 ありがとうございます♪

### “萌の里なら”一

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”的を、「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。



ただ、環境や人手不足のせいにして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。お天気がいいからみんなでお弁当持ってお花見に行きたいね～と話し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参ります。

(小規模多機能ホーム萌の里代表者 那住 すみ)

### 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♪

## たすけあいの会

★☎ 32-3535★



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でしたが、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に感じました。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です」と、娘さんからおっしゃっていました。

たすけあいの会では、必要に応じた支援を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。先ずは、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 では地域の皆さんに

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

