

NPO 法人「三郷サンサンハウス」ニュース No.55



新型コロナウイルスの恐怖がますます身近に迫ってきた上にひどい暑さで熱中症が心配です。しっかり食べて寝て、体調を整えてください。お一人暮らしの方は特に気をつけて下さい。

さて、6月の今年度定例総会で、理事14名が選任されました。サンサンハウス創業当時の上野、明山は理事として残り、平均年齢を引き上げていますが、管理者の新旧交代に伴って理事会も若返り、次を担う体制が出来ています。

発行日 2020/9/1
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>

みなさんに支えられながら2年の任期頑張りたいと思います。よろしくお願い申し上げますとともに、若返るサンサンハウスへのご支援ご指導をより一層お願い申し上げます。 理事長 上野登志子

梅雨明けと共に始まった今年の猛暑も、季節の移ろいと共に、少しずつその気配を秋へと変えてきました。皆さまにおかれましては、お変わりなくお過ごしでしょうか。

さて、介護業界というのは常に人材不足が大きな問題となっています。

介護サービスを受ける人は急速に増えているのに、供給が追いついていないこと、報酬単価制の介護保険制度では、売り上げの上限が決まってしまうことから、なかなか職員の給与を増やしていけないことなどが、理由として上げられます。当法人でも必要な人材の採用は、通年の課題と言えます。

介護に携わる仕事は奥が深く、体力や技術はもちろんのこと、利用者の要望に対して細やかに配慮できるケアの力なども求められます。

但し、最初から誰もがそれらを持ち合わせているわけではありません。

当法人で募集している求人には、短時間や無資格でも働ける仕事もあります。年齢や時間帯なども相談に応じます。少しずつ経験を積んでいくことで、末永く続けられる職種ですので、「もう一度介護の仕事をやりたい」「全くの未経験だけど、介護を始めてみたい」と思われる方は、どうぞ、三郷サンサンハウスで働くことを考えてみてください。

平成23年3月に、三郷サンサンハウスは「奈良県社員シャイン職場づくり推進企業」として県から表彰されました。介護の仕事では女性が活躍しますが、当法人ほど各事業の管理者も事務局長も女性が頑張っている企業は少ないように思います。勿論素晴らしい男性職員も頑張っています。

是非お仲間に。あなたのお越しをお待ちしています。

事務局長 前川直子

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つけるために必要な支援を幅広く行ないます
- 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 □ 1,000
賛助会員	1,000	1 □ 3,000

ご入会・ご寄付など皆様の物心両面でのご支援を感謝しています

デイサービスあかねの里

★☎ 31-3536 ★



あかねの里も今年で 17 年目を迎えました。時の流れと共にいろんな変化があります。

建物も老朽化が進み、去年は屋根とテラス、今年はお風呂の給湯器に不具合がありリフォームして、安全に快適に利用して頂けるようになりました。

また、ご利用者の年代の中心も大正生まれの方々から、昭和一桁、そして最近では昭和 10 年代後半の方々のご利用へと移り変わっています。デイサービスでの話題も 薪でご飯を炊いたり、洗濯物を手で洗ったりしておられた頃の話から洋服やおしゃれ、趣味の話題に…。カラオケや旅行、山登りなど沢山の趣味を持っておられる方も増えてきました。



あかねの里の定番のレクリエーションである『歌』の時間もリクエストされる曲に変化が出ています。“故郷”“早春賦”などの童謡唱歌や、“影を慕いて”“東京ラブソディー”などの古賀メロディーは相変わらずの人気ですが、最近は“美空ひばり”や“都はるみ”“島倉千代子”“石原裕次郎”などのリクエストもあり、歌集も新しく作りました。



それと同時にスタッフの歌のスキルアップも求められます。30代のスタッフにとっては古いけれど新しい歌を次々に覚えていくことも求められます(;・̀д・´)マスクを着用しながらの歌は大変ですが、あかねの里の

『歌』の時間をこれからも大切にしていきたいと思います。

それからおしゃれに気を使われるご利用者様もふえてきています。次々と送迎であかねに到着されると「まあ～素敵なブラウスね♡」「色がいいわ～。」「レースが綺麗ね～」と、誉め言葉が飛び交います。皆さん、照れながらもニコニコと笑顔がひろがります。ご利用者様の娘さんからも、「あかねの里に通うようになってから、母がおしゃれに気を使うようになってくれて嬉しい。」というお話もありました。

沢山の出会いと別れを繰り返しながら過ごしてきたあかねの里ですが、これからも、皆様とのご縁と笑顔を大切に、成長していきたいと思っています。



看護師 八瀬 弓

たすけあいの会

★☎ 32-3535 ★

たすけあいの会では介護度に関わらず支援を必要とする方はご利用ができます。いろいろなご相談を承っています。

毎月定期受診をしなければならないが、新型コロナウイルスの感染防止で外出を控えたいとの相談がありました。主治医に相談したところ、病状が安定しているので3ヶ月に1度の受診は必要だが、それ以外は代理受診でも構わないと許可を得ました。代わりに受診して体調や普段の様子を主治医に伝え、処方箋を出してもらっています。

基本料金は 15 分 500 円～です。お困りのことがあればお電話ください。

管理者 重松知子

ヘルパーステーション

★☎ 32-3535★

私たちホームヘルパーは身体介護や生活援助などを行い、ご自宅で暮らすための支援をしています。お話を伺いながらいろいろな想いに触れ、その方らしい人生や生活に寄り添っていきたいといつも思います。悩んだときにはヘルパー会議で話し合ったり、事務所に立ち寄ってくれたヘルパーさんたちと相談しあっています。

訪問介護のニーズは多く、一緒に働く仲間は常に募集中です。週に1日から、1日1件からでもOKです。曜日の固定が難しい場合や、子育て中やご家族を介護中の場合などでも、希望にあわせた勤務が可能です。また、訪問介護が初めてのなかにも、一人で訪問できるようになるまで同行研修制度がありますので、安心して働くことができます。日々努力しながら働くヘルパーさんたちは皆いきいきとしています。一緒に働きませんか？

管理者 重松知子

小規模多機能ホーム 萌の里

★☎ 33-3555★



長い梅雨が明け、ようやく夏本番と思ったのも束の間、残暑が厳しい季節となりました。

萌の里では月間目標を立て、日々のケアの指標としています。6月の目標は『口腔ケア月間』でした。今、流行中の新型コロナウイルス対策にも口腔内の清潔を保つことが有効だと訪問歯科医より教えていただきました。毎日の口腔ケア（食後のみそがき）に加えて、週に一度の歯科衛生士による口腔ケアで、みなさんの口腔内は見違えるほどに改善されました。新型コロナウイルス感染者の増加が続く現状から、引き続き口腔ケアに努めてまいりたいと思います。

7月、8月の目標は『熱中症に留意する』でした。

萌の里の利用者様は独居、日中独居の方が多くいらっしゃいます。昨今の夏の暑さでは熱中症、特に屋内での熱中症で救急搬送



される高齢者も少なくありません。

送迎や訪問のたびに室内の温度に気を配り、エアコン温度の調整や水分補給を促すようにしていますが、それでも体調が優れない方には、その日の訪問回数を増やすなど細かく対応しています。当日のご様子により臨機応変に訪問の回数を増やすことができ、ほんの5分10分の訪問が可能なのは小規模多機能型だからこそできる支援です。

これからは夏の疲れで体調を崩されないように、日々利用者様の『いつもと違う？』に気を付けてケアができればと思っています。

介護福祉士 長野 佐希子



高齢者の家あかねの里

★☎ 31-3536★

庭の木にとまった無数のセミの鳴き声で「今日も暑いかな～」が朝の挨拶になっています。今年はセミの数が多いような気がします(^_^) これからは残暑がきびしくなりますが熱中症には気を付け利用者・職員共に体調管理に心掛けたいと思います。



新型コロナウイルス感染対策で例年に比べて行動に制限がありほとんどの行事が中止になり残念な気持ちになりがちですが少しでも楽しく過ごせるよう笑いの絶えない日々を送っています。



共同住宅の皆さんとテレビに向かっていろんな意見を言い「こうしたらいいんじゃない?」「こうせな～」と〇〇教授や〇〇コメンテーターと一緒に考えています（笑）

少しでも共同住宅の意見が世界に届くといいのにね～
なんて笑いながら真剣に願っています。

まだまだ先行きは見えませんが、利用者さんの「今の生活を支えられるよう」職員も精一杯努力していきます。

終息したら美味しい物食べに行こうね!! 紅葉を見に行こうね!! と話しています

管理者 中尾 めぐみ



居宅介護支援事業所

★☎ 32-3535★



介護保険が立ち上がる以前、介護は、同居でも別居でも、家族のうちしっかり者の言うことに周囲の家族が協力してなされる、といったスタイルが主流でした。

介護保険制度ができて20年、この介護保険サービスも世間にずいぶん浸透してきましたが、私が長くお世話させて頂いている中で、今もってケアマネの役割を十分に分かってもらえず、家に来て、話をして帰る人のようなイメージを持たれている方もあります。

無理もありません。確かに、ヘルパーさんの様に、看護師の様に、療法士の様に実際何をするわけでもありません…もの。

本人や家族さんの相談対応をし、各事業所に連絡調整をして、それらを擦り合わせ、最終的なケアプラン作成するのが、私達ケアマネの役目です。

私が担当する、いろんなご家族の中には、二人暮らしのご家族がかなり多いです。中でも介護者が現役の息子さんなら、仕事を抱えての介護になります。さらにその息子さんが家事に不慣れだと、何事にも時間がかかります。そこで、ヘルパー支援を基本に、デイサービスに通われる曜日もあるケアプランで、一日一日を無事に過ごすことができれば幸いです。息子さんが仕事から帰ってからも、家では介護の様々な問題が起こってきます。夜は疲れて寝てしまわれると、ケアマネとの連絡がなかなかつかず、調整は息子さんが仕事上の昼休みや休日になったりします。介護者が奥さんや娘さんになれば、比較的家事がこなせるので、介護にも余裕があるようです。

今年は新型コロナで、通所やショートステイも、本人の自粛や施設側の対策で今までよりも利用が

慎重になって来ています。一人暮らしの方でしたら、町の支援も受けやすく、介護サービスの窓口が広がります。二人暮らしのご家族ならなおさら、お互いのストレスが蓄積しているでしょう。

自宅で過ごししながら、楽しいことも見つけ、少しでもコロナ疲れの生活の助けになるよう「その人らしく生きることが出来るように…」ケアマネだけでなく、専門職の人の意見を聞くだけで、心の負担や、困り事・心配事が少しは楽になることを願います。自分一人だけで抱え込まないで、地域包括支援センターやサンサンハウスにご相談ください。

地域で、転倒された方を見かけ助けた時や、一般タクシー利用で病院に来られ家族さんが手を引いておられる姿をみかけた時など、「ケアマネさんいるのかなあ～」と思いめぐらせます。話を聞いてもらうだけでは・・・と躊躇なさらず、どうぞ遠慮なく…相談にいらしてください。

ケアマネージャー 才原廣子

サンサンハウスでは私たちと一緒に働いてくださるケアマネージャーを募集中です。話を聞くだけの方も歓迎です。お電話お待ちしております。0745-32-3535 居宅支援事業所管理者 川島まで



サンサンサロン

★☎ 32-3535★

いまだにコロナウイルスが猛威を振るっています。サロンもその影響を受け、約3か月お休みしました。利用者さん達からは、「サロンしか行く所ないのにどうしたらいいのか。」など色々な意見を頂きましたが、状況を見て、仕方がないと納得して頂き、お休みに入りました。再開できたのは、6月後半。但し、1時間だけ、マスク必須、他にも規制がいっぱい。果たして利用者さん達に喜んでいただけるのかとても不安でした。

3密を避ける為にシートを貼り、間隔を空けながらの再開ですが、皆さんニコニコ笑顔で、たとえ1時間でも嬉しい、と言って下さいます。……うれしいです!!

「ほとんど家から出る事もなく、行くのは病院だけで、庭の草取りも飽きたし、どうなるのだろうと思っていた。」と一人の利用者さんが話をされていました。

手芸とサンサン体操は1時間再開できました。しかし、時間の制約があるので麻雀サロンは、再

開できていません。

8人の利用者さん達には、再開まで待ってくださいね。とお願いしていますが、不安なお気持ちだと思います。

そんな中、ボランティアの麻雀の先生が心配して、8人の利用者さん達に連絡を取って、励まして下さいました。「僕もみんなに元気をもらった。」と言って下さり、先生のお心遣いにとても感謝しています。ありがとうございます。

先行き不透明ですが、早くコロナウイルスが収束して普通の生活に戻る日を願いながら、短時間でも

「ホッと一息、憩いの場」になるように努力していきたいと思います。

責任者 柳 美保



ソーシャルディスタンスを守って



早く穏やかな時間にもどりますよう

福祉タクシー

★☎ 32-3535★



サンサン福祉タクシーは、介護保険や障害福祉サービスの通院等乗降介助での適用がない場合に利用ができます。利用は乗車 10 分ごとに 760 円で予約制です。三郷町、平群町、王寺町のタクシー券が利用できます。

車の乗り降りや移動に支援や介助が必要な方はどなたでも利用ができます。買物や、お稽古ごと、おでかけなどにぜひご利用ください。

管理者 重松 知子

障害相談支援事業所

★☎ 32-3535★

前号に載せた「サービス等利用計画書」を作成した後、利用者がサービス利用を開始します。

介護保険サービスとは少し違いますが、障害のサービスも同じように、ヘルパーさんに来てもらったり、通所したり、就労施設に通ったり、移動のためにタクシーを利用したり、多種あります。サービス利用開始後定期的に行っているのが、私たち相談支援専門員の「モニタリング」です。本人さん、ご家族、サービス事業者と会議を持ったり、打ち合わせしたり、本人さんやご家族の、その時その時変化したニーズをキャッチして、その後のサービスや生活を、より良いものにしていくにはどうしたらよいかをみんなとともに考えていく過程がとても大切です。

管理者 川島 星子

リハビリデイサービスくるみ

★☎ 32-3535★



リハビリデイくるみ～身体重心道～

いつもリハビリデイサービスくるみにご支援ご協力いただき心から感謝しています。

今年は長梅雨で 7 月いっぱい日照不足となり、野菜だけでなく人にも影響を与え、なんとなく怠いという人もおられた

のではないのでしょうか。梅雨明けにはいきなり猛暑☀がやってきて、クーラーの効いた部屋でゆっくり過ごしたくなりますね。一日中自宅で過ごしてしまうより時々運動することで身体も心も整えることができます。さあ後ひと踏ん張り、暑い季節を乗り切っていきましょう(^ ^)/

リハビリデイサービスくるみは機能訓練特化型のデイサービスで、3ヶ月に1回測定を行います。握力、開眼片足立ち、タイムアップ&ゴー（往復歩行）です。



開眼片足立ち 職員も真剣です。

握力は寝たきりにならないために体を起こすときに重要な役割を担います。

開眼片足立ちはたとえ1秒でも足を上げられることで歩行への一步を踏み出せます。タイムアップ&ゴーは座っ



タイムアップ&ゴー
実は隣のスタッフは歩数も数えています(^ ^)

た状態から立ち上がり、3m先の目標を回って再度座るところまでを行います。実際のタイムだけを

記録するのではなく、動画でも状態を確認します。機能訓練士は動画を見ながら、現在の状態を正しく見たうえで、重心姿勢に近づくポイントをお伝えし、今後の目標につなげる大切な時間です。

皆さんの前で測定を行うのでとても緊張し、思うようにいなくて焦ってしまわれることもあります。でも、その方の目標が少しでも達成できたり、測定をやりきったときにはお互いに喜びや励ましの言葉が出て、共に何かに挑んでいる仲間のような雰囲気になります。一人ではできないことも一緒に行うとなぜかできる事もあります。リハビリデイサービスくるみではお一人お一人の目標や思いも大切にしながらも、一緒にやっているという時間を大事にできる空間でありたいと思います。

朝来てみたら、珍しい玉虫のプレゼント！ 美しい虫に興味津々です(*^^*) 翌日自然に返しました。見られた人はラッキー♡
こんなさりげない心遣いが嬉しいです。 管理者 岡本 真弓



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での教室を提供しています。
ぜひ、レッドコードとヨガを体験してみませんか！



レッドコード

水曜日 14:00～14:45

14:45～15:30

木曜日 18:00～18:45

ヨガ

木曜日 13:45～14:30

【料 金】

年会費 3,800 円

1 回 1,000 円

NPO 法人三郷サンサンハウス

くるみ style

〒636-0803

奈良県生駒郡三郷町

東信貴ヶ丘 1-2-27

0745-32-3535

担当 岡本



一緒に働いて下さる方を募集しています！！

居宅介護支援事業 … ケアマネージャー

高齢者の家あかねの里 … 介護職員

ヘルパーステーション … 訪問ヘルパー



小規模多機能ホーム萌の里 … 介護職員・ケアマネージャー

デイサービスセンターあかねの里 … 調理・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

常勤職員・非常勤職員 朝・夕方だけの勤務など

勤務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

お近くの方からの応募をいただき喜んでいきます。

サンサンハウスが地域の皆様に支えられ、またキャリア形成にお役に立つことは、地域の福祉水準引き上げになることと思っています。

明るい笑顔と声掛け、優しい気づかい、仲間と協力、の力を培い

職業人として成長できる職場です。お気軽にお越しください。

※ 事務局（☎ 0745-32-3535）にお問い合わせください

一度見学に来てくださいね～(*^▽^*)