



初春のお慶びを申し上げます

世界中がひっくり返った 2020 年が終わり、新しい年が始まりました。皆様方におかれましてはいかがお過ごしでしょうか。

日々は、同じことの繰り返しのように思えますが、今日の一日は二度と訪れることのない唯一無二の一日です。一日を大切に積み上げていきたいと願っています。地域から信頼される事業所となるべく、より一層の精進をしてみたいと思いますので、本年もどうぞよろしくお願いいたします。

折角のお正月も、どこのお宅も何時もとは多少違うお正月になったのではないのでしょうか。

楽しみに待っていた子どもや孫たちの顔がそろわず、少し寂しい思いをなさっている方、出かけることも、友人と会う機会も少なくなった若者たち。このような寂しいお正月は今年だけにしたいものです。「災い転じて福となす」の諺どおり、いい年になりますよう頑張りましょう。

三郷サンサンハウスも毎年ボランティアの皆さんとささやかな新年会を開いていますが、今年は開催を断念いたしました。ご理解頂きますようお願いいたします。

私たちはたくさんの方々にご支援頂いて事業を行っています。食事の準備、利用者さんの話し相手、歌や楽器演奏、手芸やおやつ作りなどで利用者さんに楽しんでいただく。地域の行事に参加させていただく。事業内容についていろいろ提言を頂く。サンサンニュース配布の援助。事業所の営繕等々。ここでは言い尽くせませんが、十人十色でご支援いただいています。

とても有難いことに、多額の寄付を頂くことがあります。と言って新年会に招待したり特別のお礼をすることもありません。ただただ職員みんなが感謝し、よい介護をし、よい事業所になることを肝に銘じています。これが、私たちを応援くださる皆様への最大のお返しと取り組んでいます。

今年もよろしくご指導及びご寄付、ご支援いただきますようお願い申し上げます。

理事長 上野 登志子

事務局長 前川 直子

事務局紹介



労務担当をさせていただいております岡副淳子と申します。

主に給与計算や、勤怠・有給管理、入退社等、各種手続き等職員の皆さんに係わる仕事ですが、職員の皆さんが少しでも気持ち良く働けるように日々緊張感を持って頑張りたいと思っています。

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

小規模多機能ホーム萌の里

★☎ 33-3555 ★

例年とは、何もかもが異なる年末年始を皆様はいかがすごされたでしょうか。

萌の里は、今年も“地域で住み慣れた生活を続けたい”という思いを大切に、通い・訪問・泊りを、なじみの顔のスタッフで24時間365日支えています。萌の里のマンパワーが限界になった時も、利用者様・家族様にもご協力をいただき、支援できていることに感謝しております。今年もよろしくお願いいたします。

さて、感染症が猛威を振るっている中、夏祭り・老人会・観月祭・毎月の駄菓子屋などなど萌の里での日常の行事や地域の方々との交流も減ってしまい、楽しみや、喜びが激減してしまったと感じています。そんな中でも、ドライブに出かけ、行先で降りて短時間の散策を楽しみ、四季の移り変わり、自然のありがたさを感じることができました。



紅葉の彩りと空の鮮やかさがなんと落ち着く時間を過ごし、日々の窮屈な生活を発散できたのではないかと思います。今年も、少人数での、ドライブなどを楽しみたいと思います。

感染症対策としては、1日3回の換気・消毒・手洗いマスクの着用を徹底しています。一方、人との接触を避ける・距離を置くことが重要とされていますが、介護現場では密着することが多いので実践することの難しさを感じています。これからもいろいろな工夫をしながら、日々のケアを行えたらと思います。

管理者 山田 志保



ヘルパーステーション

★☎ 32-3535 ★

高齢になっても障害があっても、住み慣れた場所で自分らしく日常生活を過ごせるように、ご自身でできることの維持を目指してサポートをすることがホームヘルパーの役割です。

日常生活にかかせない食事や、入浴、排泄、着替えなどの「身体介護」と料理や掃除、洗濯、買物などの「生活援助」が主な活動内容となります。体調の変化に気を配りながら、環境を整え、ささやかな短い訪問時間ですが日々の暮らしと一緒に過ごすことができるのはホームヘルパーならではの醍醐味で、とてもやりがいのある仕事です。

勤務形態は様々で、常勤職員以外にもパートや登録ヘルパーなど、生活時間帯に合わせた働き方ができます。私も入社当初は子どもを幼稚園に送り出してから帰るまでの午前中の時間のみ、週に1、2件の訪問からのスタートでした。子どもの急な体調不良などでも、他のヘルパーさんが交代するなどフォローしてもらい、無理なく働くことができました。子どもの成長にともない自分の時間が増えてからは、常勤勤務になり働き続けることができています。同行訪問や研修等もあるので、勤務経験のないかたでも安心です。一緒に働ける方を募集中です。ご連絡をお待ちしています。

管理者 重松 知子

たすけあいの会

★☎ 32-3535★

日常生活の困りごとを、お互いさまで助け合う、たすけあいの会です。
15分500円から利用ができます。



例えばこんなご利用があります

- ・ごみだし
- ・電球の交換
- ・入院中の病院と自宅との洗濯物などの受け渡し

さまざまなニーズに対応します。
お困りごとはどうぞご相談ください。

管理者 重松 知子

高齢者の家あかねの里

★☎ 31-3536★



あかねの里で令和元年11月より管理者をしています。
この一年皆さんに支えていただきながら何とかやってきました(; ʘ ;)

立ち止まって考えること、悩むこと、楽しむ事そして
みんなと一緒に大笑いすること!! たくさんありました。

利用者さんとの信頼関係が少しずつ深まってきたので
は…と思う毎日です。

日々 支援させていただく中で「毎日感謝してるよ」
の言葉を大変嬉しく思っています。

共同住宅は第二のお住まいになるので心休まる場であ
ったらと願って働いています。利用者さん全員が80代後半、90代と高齢になって少しずつ足の運
びが悪くなり、見守りの必要性が増しています。日々の体調の変化にいち早く気づくことが出来るよ
う職員全員が心掛けています。



今年も6名の利用者さんと新しい年を迎えることが出来ました。
どんな一年になるのか楽しみです。たくさんの方に共同住宅「あ
かねの里」に足を運んで頂き、利用者さんと一緒に楽しい時間を過ごすことが
できたらと思っています。去年は地域の
皆さんと関わる事が少なかったので今
年はもう一歩前に進んでいけるように
頑張りたいと思います。

今年も宜しくお願い致します。

管理者 中尾 めぐみ



障害相談支援事業所

★☎ 32-3535★



私たちが担当させていただいている利用者様にも就労施設に通う方がおられます。

就労施設とは、就労継続支援を行っている事業所のことで、障害者総合支援法に基づいて福祉サー
ビスが運営されています。企業などで働くことが困難な場合に、障害や体調に合わせて、自分のペー
スで働くことができるように、準備と就労訓練や実際に仕事をするなど、障害のある人に就労の機会
を提供しています。就労継続支援A型とB型があります。この内容は次号でお知らせします。

管理者 川島 星子


デイサービスあかねの里

★☎ 31-3536 ★



寒の入りと共に寒さが厳しくなって参りました。デイサービスあかねの里では、コロナ対策の中いつものようにアットホームな毎日をご過ごしてまいりました。

活動的な80代のご利用者が増えたあかねの里では、例年なら、コスモスや紅葉をみに出かけたり、時には外でお弁当を食べたりと、いつもとは違うお楽しみもあった秋の季節も、ドライブでコスモスをみに出かけたくらいで、殆どを室内で過ごしました。

そんな中、ご利用者に少しでも室内で楽しんで頂けるように、デイサービス内の飾り付けを毎月工夫してきました。9月の喜楽会の時には、手作りの提灯を、10月はコスモスの花  を、11月は落ち葉とフクロウの飾り付けを、12月はクリスマス飾り



を、毎月、毎月、皆さんに飾り付けを手伝ってもらいながら、楽しんでいただきました。

飾る度に、皆さんから、いいわねー！素敵ねー！と声をかけていただき、スタッフも喜んでいます。

また、唯一出かけることのできたコスモスのドライブでは、中宮寺跡の見事なコスモスを見ることが出来ました。

ご利用者の中には、デイサービス以外には、なかなか出か

けられないから、ここで、こんなに綺麗なコスモス畑が見られて、嬉しい！また、連れて行ってね。と、素敵な笑顔を見せてくださった方もいらっしゃいました。

今年も、皆さまと楽しい一年にしていきたいと思います。

本年もよろしくお願い致します。

看護師 八瀬 弓



居宅介護支援事業

★☎ 32-3535 ★

息子さんがお勤めで日中はお独りになるので、⑨～⑫びっしりデイサービスに通っておられるAさん。女手一つで二人のお子さんを育て上げられた、とても明るい方です。看護専門学校卒業後、医療福祉畑でずっと仕事をしてこられ、自然、人とのコミュニケーションも思いやりに溢れています。

また、大阪生まれの大阪育ち、「脳みそ減っても口減らん。」自称バリバリの大阪のおばちゃんでもあります。一年程前に転倒により骨折、数か月のリハビリ入院生活を経て自宅に戻られましたが、以前より歩行が不安定になっています。

先日デイサービスがお休みの④、ケアマネが立ち合い、訪問リハビリの理学療法士さんが来る時間に合わせて、レンタルのシルバーカーの選定をしました。

息子さんとの外食や、デイの外出レクのときに使いたいとのこと。福祉用具コーディネーターの方が持ってこられた違うタイプの2台のシルバーカーで、



家のすぐ外のアスファルトの道を実際に歩いて試してみました。どちらも同じような歩き心地なので、安定性等の機能で選ぶなら、車輪も持ち手も大きくてがっしりした、茶色のシンプルなほうがいいね、と息子さんも理学療法士さんも福祉用具コーディネーターさんもすすめたのですが・・・

Aさんは「こっちの小花が散ってる柄がええなあ」ともう一方のシルバーカーを指して、「私は昔から紫色が好きやねん、ベージュや茶色はパッとせえへんやろ？」と、華奢な紫色のシルバーカーにご自身で決められました。ふと、Aさんの周囲を見回すと、着ているフリース、履いている特注のリハビリシューズ、先が三又の杖、下駄箱の上に置かれたお出かけ用の帽子、デイサービス用のバック、すべて紫色！好きな紫を身につけての日常を楽しんでおられるのですね。「女の一生いくつになっても適齢期」「イケメンのじいさん探しにデイサービス」今日も、自作のド迫力川柳が弾け飛びます。



年を重ねてお身体に不具合が生じ日常生活が不自由な中であっても、お一人お一人、「好き！」や「こだわり」を持っておられます。それは、いつまでも自分らしくありたい、自立していたいという心の中の表現ですから、それらを大切に受けとめ、寄り添わせていただきたいと願っています。

管理者 川島 星子



サンサンサロン

★☎ 32-3535★



テレビをつければ、新型コロナウイルスの話題ばかりです。暗い話ばかりで、明るい話ないのかな～と言いながら、おしゃべりが始まる利用者さん達。



★マスク美人集合！((笑))

ソーシャルディスタンスを守りながらの1時間だけのサロンですが、皆さんそれぞれに編物やマスコット作りなど好きな事をして、楽しんでいます。

サンサン体操では、療養中だったNさんが1年半ぶりに参加され、皆さん大喜びで、しばらくの間おしゃべりがはずみ、とても賑やかでした。

Nさんがサロンの事を忘れないでいて下さってとても嬉しくて・・・感激しました。

残念なのは、現在も麻雀サロンが再開出来ていないことです。三密をさけるためには、仕方がないのですが、ある方から「みんなも歳だから楽しみを取り上げるのはかわいそう。」という意見もいただきました。皆さんが、卓を囲み、真剣に取り組む、時には、「アア～！」と頭をかかえてショックを受けて、最後には笑いあう光景が目にかかります。あの時のように、一刻も早く男性・女性一緒に楽しめる時間が戻ってくれる事を願います。

コロナ禍の中で、「サロンがあって良かった！」と言って下さる利用者さん達。

短時間ですが、気の合う方々と沢山おしゃべりして、好きな事をする「大切な時間」になっているように感じます。

皆さんにとってサロンが、ホッと一息「憩いの場」であればとてもうれしいです。

責任者 柳 美保



★サンサン体操始めますよ



リハビリデイくるみ～身体重心道～

今年もよろしくお祈いします。

昨年はくるみ内での活動が多くなりました。出掛けたい思いを話して下さったり、短歌に綴ってくださったり（笑）。

人の少ない場所を選んで、短時間

のお出かけでも晴天を仰いでみると、すがすがしい気分になれました。

寒いこの時期ですが換気も兼ねて晴れた日には窓を思いっきり開けてみるのもいいかもしれませんね(*^*)

さて、リハビリデイサービスくるみでは、自宅で一生涯暮らし続けられるという夢を実現させるため、それぞれの目標に合わせて、「機能訓練計画書」を作成し、スタッフはその計画に沿って長期にわたって支援していきます。

この計画を実践していく上で、過剰介護にならないように気をつけたり、例えば静止時にできるようになったことを運動時に取り入れるなど段階的に目標を達成できるよう提案しています。



おしゃれっ娘 機能訓練士(^-)-☆
くるみのダジャレ王です👑

気持ちが乗らない時や意図する動作がうまくできない時に声掛けの仕方を工夫するなど、日々状況に合わせてサポートするように心掛けています。

機能訓練士がいいと思った計画も本人の思いとのずれがあるとうまくいかないで、機能訓練中にリズムよく伝えたり、テーブルについてゆっくり理論的に説明をくわえるなど、方向性を合わせていきます。

機能訓練計画書はその方の進む羅針盤のようなもので、

支援しているスタッフとご利用者が同じ方向を向いていたときに大きく前進していきます。

時々岩礁にぶつかることもあります。今出来ている事、意識していることにしっかり目を向けて、些細なことも見落とさずひとつずつ進めていくことが目標達成の為に必要な第一歩だと考えます。

目標を達成するためのもう一つのスパイスは

くるみ得意の“お笑い”です(^_^)。

機能訓練はスタッフも真剣！ その後の真剣勝負のゲームでは、お一人お一人に向けての応援♥

くるみに来たらちょっと不安な事もこの寒さも、一回忘れてとにかく楽しんで帰っていただきたい。

そんな気持ちが詰まっています(^-^)/

管理者 岡本真弓



元気はつらつ

・躍動の年に！

ほうき🧹の向きが逆とか…

気にしません！

今年の干支で

も～最高～🐮



介護保険対象外の 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。
ぜひ一度、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



リハビリプログラムの提供もしています。ご相談ください！

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

福祉タクシー

★☎ 32-3535★

新型コロナウイルスの流行で、昨年は日常生活に様々な変化がありました。自粛で地域の集まりや習い事の中止など、外出機会が減った方も多いと思います。生活が不活発になり、日常生活動作の低下や発語が困難になった、気分が落ち込むなどの影響も耳にしています。感染対策をしながら、生活の質を保っていくことが重要です。

外出支援を行う三郷サンサンハウス福祉タクシーでは感染症対策の様々な取り組みをしています。マスクの着用や手指消毒、車内外の清掃、消毒、換気は随時行い、空気清浄機やパーテーション、手すり、防水カバーの設置等、車内環境も整えています。

保険外の福祉タクシーは、車両1台、ドライバーも1名で細々と行っています。ご利用の際にはお早めにご予約、お電話ください。安心して外出できるようこれからも努めていきます。

管理者 重松知子



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！！

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 … 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、仲間との協力、等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～(*^▽^*)