

しんあい

季刊

社会福祉法人
多摩同胞会

〒183-0042 東京都府中市武蔵台1-10
TEL042-367-8801

多摩同胞会のホームページでは、
ブログを毎日更新しています。

<http://www.tama-dhk.or.jp/>
をぜひご覧下さい！

2014年(平成26年) 5月25日発行 第90号 ◆編集と発行 しんあい編集部



今年の桜もみごとに咲きました。
花冷えの日でしたが、お花見を楽しみました。(岩本町 ほほえみプラザ)

泉苑

- ・特別養護老人ホーム信愛泉苑
- ・高齢者在宅サービスセンター
泉苑ケアセンター

緑苑

- ・養護老人ホーム信愛寮
- ・特別養護老人ホーム信愛緑苑

あさひ苑

- ・府中市立特別養護老人ホームあさひ苑
- ・府中市立あさひ苑
高齢者在宅サービスセンター

神田事業所

- ・特別養護老人ホームかんだ連雀
- ・かんだ連雀高齢者
在宅サービスセンター
- ・千代田区立岩本町ほほえみプラザ

児童福祉

- ・子ども家庭支援センターしらとり
- ・母子生活支援施設白鳥寮
- ・母子生活支援施設網代ホームきずな
- ・府中市子ども家庭支援センターたち

- ・新・介護保険を考える9
- ・緑苑・安心シニア塾3
- ・施設だより
「新しく始めること」



新・介護保険 を考える 9

—特別養護老人 ホームの役割—

理事長 鈴木 恂子



「われわれは行き場のない人に住まいと食事を提供している。人助けをしている」劣悪な環境で暮らす高齢者の記事や貧困ビジネスで高齢者本人の生活保護費がねらわれたと報じられるたびにきかれる言葉です。

老人福祉法に定める養護老人ホームや特別養護老人ホームはかつてその役割を果たしていたのに、なぜ本当に支援を必要とする人々から離れた状況になってしまったのか、忸怩たる思いです。

たまゆらホームの火災で明らかになった現実。日常的に地域包括支援センターが関わるゴミに埋もれて生活する高齢者や扉を硬く閉ざして孤立する高齢者は少なくありません。かつては近隣者→民生委員→福祉事務所→老人福祉施設という流れがありましたが、契約・自己責任を基調にした社会福祉基礎構造改革から介護保険法の施行により地域の実情は大きく変化しました。特別養護老人ホームは介護サービス提供施設に位置付けられ、介護度の重い方から入所します。養護老人ホームは措置費が地方交付税に含まれ各自治体の一般財源になり、当初予算で入所者数の枠が決まるため、新規入所はなかなか受け付けてもらえず、生活保護法の下で生活保護費を受けて地域でアパートひとり暮らしとなることが多い現実です。

介護保険制度が2000（平成12）年4月に施行されて、13年が経過しました。その間に3年ごとの制度改正が4回行われ、今年度は2015（平成27）年からの制度改正によって、各自治体で第6期の介護保険事業計画や保険料が決まります。

特別養護老人ホームに関する主な改正点は、①入所者を中重度者へ重点化する②一定以上所得者の利用者負担の見直し③補足給付の見直し（資産等を勘案する）といわれています。

又、特別養護老人ホームの施設整備は、2003（平成15）年度からは個室ユニット型が基準となっており、居室料などの利用者負担も有料老人ホームに近づき、地域によっては競合しています。一方、特別養護老人ホームの待機者が全国で52万人と報じられ、特別養護老人ホームを規制緩和して、株式会社等の参入を認めるべしともいわれています。

本来特別養護老人ホームは地域の中でどのような役割を果たすべきなのでしょう。更なる変化の前に確認しておきたいと思います。

今回は特別養護老人ホームの質的な変化を整理してみました。みなさまはいかがお考えでしょうか。

	老人福祉法に基づく特別養護老人ホーム	介護保険法 施行開始（2000年4月）	介護保険制度改正（2003年～2012年）	介護保険制度改正案（2015年）
生活を構成する要件と保障の変化	<p>措置費（初日を基準に月単位） 事務費（人件費と管理費）と事務費に区分 人件費は職種と人員の基準あり。原則常勤 202,171円（1997年度事務費月額単価）</p> <p>軽 25% 中 50% 重 25%</p> <p>委員会・自治会活動 サークル・グループ活動 行事・苑外活動 各活動のサポート 生活支援</p> <p>自立度に応じた個別介護 （介護）</p> <p>日用品・教養娯楽</p> <p>事業費（生活費） 1997年度月額単価 65,561円</p> <p>衣 食 住</p> <p>本人及び家族の収入に応じた費用徴収があった （応能負担：0円～措置費上限まで）</p>	<p>保険給付 介護度別・日額 単位 事業費・事務費 の区分なし 人件費、職種、 人員の基準あり。 但し常勤換算</p> <p>要介護度給付</p> <p>日用品・教養娯楽 利用者負担</p> <p>衣 利用者調達</p> <p>食 材料費：利用者負担（1日780円）</p> <p>住 従来型：利用者負担なし</p> <p>日用品・教養娯楽・被服費は利用者負担となる</p>	<p>・施設整備の基準が個室ユニットになる ・居住費一部利用者負担 ・個室ユニット-個室料 ・食事代-調理費用も利用者負担 ・保険給付は基準報酬額減額・各種加算</p> <p>要介護度給付</p> <p>日用品・教養娯楽 利用者負担</p> <p>衣 利用者調達</p> <p>食 材料費・調理費：利用者負担（1日1,380円）</p> <p>住 従来型 多床室：1日300円 個室：1,150円 新型★個室ユニット：1日1,970円</p> <p>★個室スペースは補助金の対象外</p> <p>個別の加算が制度改正のたびに多くなる</p>	<p>・特別養護老人ホームの中重度者への重点化 ・一定以上所得者の利用者負担の見直し（一割→二割） ・補足給付の見直し（資産等を勘案）</p> <p>要介護度給付（原則要介護3以上）</p> <p>日用品・教養娯楽 利用者負担</p> <p>衣 利用者調達</p> <p>食 材料費・調理費：利用者負担（1日1,380円）</p> <p>住 従来型 多床室：1日300円 個室：1,150円 新型 個室ユニット：1日1,970円</p> <p>基本報酬 + 個別加算</p>
	入所手続き等の変化	<ol style="list-style-type: none"> 各市区の福祉事務所に申し込む 各市区の入所判定委員会で入所を決定する 各市区から施設に入所依頼する 施設から訪問調査 → 入所 <ul style="list-style-type: none"> 在宅で介護が受けられない高齢者が対象 住居がない（アパート契約更新できない等）、同居家族がいない、いても生活支援や介護が期待できない、経済力がない、等の生活基盤の弱い方ほど早期に施設入所が必要となり軽介護の方も25%～28%おられた 委員会、自治会、懇談会やサークル等のグループ活動も活発で、重介護の方の代弁者になったり、利用者がともに作り上げる生活の場。また、離床、おむつをしなないとくみ、口から食べ続けること、認知症の方のおつきあい、看取り等々の現場の実践が蓄積され介護サービスが向上していた 	<ol style="list-style-type: none"> 施設に直接申し込む。（自治体窓口で受け付ける区市もある） 各施設ごとに入所判定委員会で入所候補者を決定する（自治体が行う区市もある） 訪問調査後入所を決定する（種々の事情で延期や保留があったり、複数施設からの重複訪問があったり、待機者の多さに拘わらず必ずしも円滑な入所ではない） 各施設の入所判定委員会は自治体からの入所指針に基づき、必要度の高い方、即ち要介護度が高く、年齢が高い方のポイントが高くなり、数百人の待機者からは介護度の低い方は候補者名簿にもあがってこなくなった アセスメント-サービス担当者会議（長期・短期目標に沿ったサービス提供計画の作成）-日々の援助・記録・モニタリング計画の更新（利用者・家族との同意契約が必要）が義務的基本業務となる 	<p>介護保険制度施行から3年が経過した。いわば移行期を経て、本格的に介護保険施設として整理された。</p> <p>・食事代、居住費（室料）は利用者負担に（保険料段階3以下の方には補足給付適用）</p> <p>・基本報酬が3年ごとの制度改正のたびに減額し、種々の個別加算が設定された</p> <p>・加算の多くは医療職を中心に要件化され、生活の場から医療的介護提供の場へシフト</p>

（編集：法人事務局 青木 志乃）

緑苑・安心シニア塾 [3]

平成25年度の安心シニア塾は9月18日に開講し、計11回の講座にのべ506人の方々にご参加いただき、修了しました。後半の講座をまとめお伝えします。なお、平成26年度には春に「専門講座」、秋に「入門講座」を予定しております。皆さまのご参加をお待ちしております。

シニア世代の健康 ～からだを動かしてみよう～

(平成26年1月8日・22日開催)

「健康のために運動することは大切だ。」ということも誰かが判っていますが、いざ実行するのは難しいものです。しかし、からだ動かなくなるとからあわてても遅いので、せめて「寝たきり」になる前に意識して運動したいものです。運動をすると、関節や筋肉が柔らかくなる、筋肉が強くなるなど、健康的な生活を送るための基礎的な体力を作ると共に、精神的にもリフレッシュすることができ、また脳が活性化することでボケ予防の効果もあります。

最近「ロコモティブシンドローム」や「サルコペニア」など、介護予防に関連して高齢者のからだについていろいろ話題になっています。

「ロコモティブシンドローム」は、「筋肉や関節などがうまく機能しなくなり、日常生活に障害をきたして「要介護」や「寝たきり」になる危険性の高い状態のこと」です。

また、「サルコペニア」は、「加齢に伴い筋肉量が低下していくこと」です。若い人の筋肉は、使わないと筋繊維は細くなるのですが、高齢になると細くなるだけでなく数が減ってきます。

従って、高齢になっても健康を維持するためには、からだを動かして筋肉が衰えないようにすることが必要です。

特に、年を取ると弱くなる筋肉が、ももやお尻など足腰の筋肉です。健康な生活を送るためには、少なくとも自分のからだを支えることができるよう足腰がしっかりしていることが大切です。

足腰を鍛える運動は、すももの「四股」が一番だと思って皆さんに勧めています。ポイントは、

- (1) ひざが足先より前に出ないこと。
- (2) ひざから下のすねが床に対して垂直になること。
- (3) ひざが足先の向いている方に開くこと。
- (4) 背すじを伸ばすこと。

シニア世代の病気と入院準備

～シニア世代の健康管理・医療機関との上手なつきあい方～

(平成26年2月5日開催)

シニア世代に多い病気は、主に血管の老化から来るものが多く、高血圧症、脳卒中(脳梗塞・脳出血)、心筋梗塞・狭心症があり、こういった方には、降圧利尿剤や血管拡張剤が処方されていると思います。

日中の活動量が少なくなり、水分摂取が控えめとなる冬場には便秘になりやすく、不眠の症状も出やすくなります。昼寝は20分くらいで十分です。また電気毛布などを使っていると知らないうちに脱水症になることもあります。水分はしっかりと取りましょ。

咳が2週間続いたら、風邪ではなく結核を疑ってみます。今の高齢者は戦前、戦中に罹患した結核が、免疫力の低下により再発するケースが多いのです。誤えんや誤飲で肺炎となる方も多いのですが、予防はおしゃべりをたくさんすることです。また、バリアフリーの家に住んでいると、外で転倒する可能性が高くなるので注意して下さい。

かかりつけ医は、みなさんの生活歴や家族構成などを把握し、過去の健康診断のデータを持っているので頼りになります。また、かかりつけ医が書いてくれる紹介状や診療情報提供書を持っていくとその病院では、とても丁寧に対応してくれます。是非、かかりつけ医を持ちましょ。

また、入院するとプライマリナーズという担当の看護師がいますので、症状や治療のことなどは我慢しないで伝えるようにして下さい。

在宅生活を長く送るためにも困ったことがあったら、地域包括支援センターにご相談下さい。

(看護師・地域包括支援センター緑苑相談員 樋口 和子)



です。

特に、ひざが前に出るとひざに負担がかかって痛めることになりしますので、ひざが前に出ないことがポイントになります。

私が行っている健康講座では、この姿勢を覚えるためにイスを使っています。まず、

- (1) 背すじを伸ばした姿勢でひざを大きく開いてイスに深く座ります。
- (2) ひざから下のすねが床に対して垂直になるように足を置き、足先はひざの向いている方に開きます。
- (3) 足裏全体を使って床を押す感じで上体を少し前に傾け、イスから腰を浮かせます。



よい四股の姿勢

このときの姿勢が基本の姿勢です。

立ち上がったら再びお尻がイスの元の位置に来るように座り、これを繰り返していきます。

生涯にわたって健康のためにからだを動かすことは大切なことです。

泉苑、緑苑、あさひ苑では、健康のために必要なからだの動かし方、使い方を身につけていただく「健康体操講座」を通年で月2～3回開催しています。関心のある方はぜひもよりの施設にお問い合わせください。

(介護予防専任講師 山本 健司)

シニアライフを楽しむ食事

(平成26年2月19日開催)

食生活は、その年代ごとに変化します。高齢期になると筋力や体力も衰え、成人病が心配になります。老化を遅らせるにはどのような食生活を送るとよいかについては、東京都老人研究所から指針が出ています。

■老化を遅らせる食生活指針(東京都老人総合研究所)

*15項目ありますがここでは抜粋して掲載します。

1. 3食のバランスをよくとり欠食は避ける
2. 魚と肉の摂取は1:1程度の割合
3. 肉はさまざまな種類を摂取し、偏らないようにする
4. 油脂類の摂取が不足しないように注意する
5. 野菜は緑黄色野菜、根野菜など豊富な種類を毎日食べ火を通して摂取量を確保する
6. 食欲がないときはとくにおかずを先に食べご飯を残す
7. 食材の調理法、保存法を習熟する
8. 健康情報を積極的に取り入れる

主食、たんぱく質、野菜、果物、乳製品をバランスよく食べているかどうか点検表をつけてみると、自分の食生活の偏りをチェックすることができます。

特に高齢者の方には、カルシウム(1日600mg)を十分に摂っていただきたい。カルシウムは牛乳なら200mg/200ml、ヨーグルトだと240mg/100g、鰯は70mg/100gです。魚は意外にカルシウムが摂れないので、ヨーグルトがお勧めです。ただし甘いものには注意してください。

それぞれの方の必要なエネルギーは異なりますが、あまり運動しない方の1日に必要なエネルギーは1800Kcalです。緑苑で提供している昼食会の食事は、400～500Kcalです。ご自宅の食事と比較してみてください。

最後に、簡単にできるメニュー(春菊ポン酢がけ、牛肉のさつと煮、焼き野菜のマリネ)のご紹介をし、みなさんに試食していただきました。

(緑苑管理栄養士 竹内 友恵)



介護のしくみ

（平成26年3月5日開催）

普段元気に過ごしていても、ある日突然介護をしなければならなくなったり、介護を受けなければならなくなったりするかもしれません。知っていれば安心して向き合える「介護予防から介護保険利用までの流れ」と「介護のしくみ」についてお話しします。

65歳以上で要介護認定を受けていない方に毎年府中市から「心と体の健康チェック」が送られてきます。これに回答するとその結果に応じて要介護状態になることを予防するための介護予防事業や介護予防専門教室を利用出来ます。一方要支援・要介護と認定された方は介護保険のサービスを原則1割負担で利用することができます。介護保険には様々なサービスがあり、ケアマネジャーがご本人の希望や体の状態をふまえてケアプランを立て、経過を確認しながら支援します。



介護する時には①ご本人の意思を尊重し、まずはご自分で出来る方法を考えてみる事、その方の痛みやつらさに共感しながら敬意をもって向きあってみましょう。②体を動かす時にはなるべく腰を使わずお尻や太ももの大きな筋肉を使う事、体を支える時には広い面で支える事、椅子から立ち上がる時にちょっとお尻を前に出し、重心の位置を変えると楽に立ち上がることができます。

③また、認知症の方の認知面の変化は病変によるものであり、ご本人の本質は変わっていないことが多いので、言葉での説明より柔らかい表情で向き合う事が安心していただくのに効果があります。声のトーンを落としてゆっくりひとつずつ簡潔に説明することも大切です。

（介護福祉士・介護支援専門員・府中市立あさひ苑副施設長 野尻 俊介）

暮らしの安全

～ひとり、ひとりが出来る事・地域で出来ること～

（平成26年3月19日開催）

暮らしの安全について、参加された皆さんの意見等も伺いながら考えてみました。皆さんにとって、安全とは何でしょうか、何をもち、安全と思うかは異なりますが、生活をしていく中で安全に安心して暮らすことを誰もが、望んでいると思います。交通事故等だけが危険なことではなく、さまざまな危険が街の中や自宅の中にもあり、安心して暮らすためにはどんなことが大切かを地域包括支援センターの視点でご紹介し一つ一つ確認していきました。

健康や福祉に関する相談窓口は、府中市役所や地域包括支援センター、府中市社会福祉協議会、権利擁護センターふちゅう、多摩府中保健所、女性センターがあり、そのほかにも、災害や防犯については、中央防災センター、府中警察署と違った窓口があることを知っておくことで、安全な暮らしにつながります。安全のための、ひとりひとりが出来る事や地域で出来る事を今後安心してシニア塾の中で、皆さんと共に考えたいと思います。



鈴木理事長から修了証の贈呈

講座終了後、全11回に参加された3名の方へ修了証をお渡ししました。3名の方からお言葉を頂き参加される方の思いを知りました。平成26年度も安心シニア塾を継続します。参加して「良かった」、「安心した」、「健康になった」と思っていただけのような講座にしたいと考えています。

（介護福祉士・介護支援専門員・地域包括支援センター緑苑センター長 比留間 貴）

社会福祉法人 多摩同胞会のワークライフバランスの取り組み

次世代育成支援対策法に基づいて、ワークライフバランス（仕事と生活の両立）を支援するための計画を策定しました。

法人では、法令を上回る育児支援や、正職員の短時間勤務制度等、職員が安心して長く務めることができるような環境の整備に取り組んでいます。今回は第3期計画の実施となりますが、期間中の目標の達成を目指して行きます。



次世代育成支援行動計画（第3期）

1. 計画期間

平成25年12月1日から平成27年11月30日まで

2. 目標

- 1) 計画期間内に、男性職員が育児休業を取得すること
- 2) 日曜日、祝祭日等に勤務する職員のための保育を実施すること
- 3) 毎月、事業所持ち回りで職場見学会を開催し、職員の家族に福祉の職場を理解してもらうこと

平成26年度 入職時基礎研修報告

平成26年4月1日付に入職する正職員を対象にした事前研修を実施しました。（日程：平成26年3月26日～28日、会場：緑苑地域交流スペース）参加した職員は24名（高齢施設配属22名、母子施設配属2名）。

理事長の「法人のあゆみ、理念」の講義に始まり、小笠原理事の「社会福祉の変遷と職員の役割」、そして管理職による人事制度、就業規則、個人情報管理、リスクマネジメント、府中市、神田の福祉等、介護基礎研修の実技も含めて3日間24時間の充実したプログラムで学びました。

新人職員からは「チームの一員として頑張る」「ケアプランに則したサービスを提供する」「利用者のできることを尊重する」等の感想がありました。研修内容を時には振り返り業務に活かしてもらいたいと思います。



施設 だより



～新年度を迎えて～

新しく始めること

春になり桜が咲くと気持ちもあらたに
新しいことに挑戦したくなりませんか？

岩本町

新たな10年に向けて

平成16年1月13日。岩本町ほほえみプラザの「ケアハウスいわもと」にご利用者が入居されました。それから10年が経ち、今ではケアハウスグループホーム・ショートステイ・デイサービスの4つの事業で186名の方が、そして介護予防教室を利用されている方も含めると300名近い方が、延べにするとさらに多くの方が岩本町ほほえみプラザをご利用されるようになりました。

近隣の小学校や幼稚園の子供たちが定期的に訪れたり、「岩本町ほほえみプラザサポート隊」として元気なシニアの方から小学生まで、また社会貢献活動として企業の方々が活動のお手伝いくださったりするなど、異世代との交流も盛んになっています。



平成26年度はそれぞれの活動に10年間の感謝の気持ちを込めて行っています。納涼会や秋のほほえみ展、ボランティア懇親会等々。新たな10年に向けてますます開かれた施設として地域の方々や多くの皆様とともに活動を取り組んでいきたいと思っています。

(写真は平成16年1月15日に発行された岩本町ほほえみプラザのオープンをご案内した広報千代田の臨時号です。)

(高齢者在宅サービスセンター次長 高橋 誠)

きずな

新しい学校生活

今年、きずなからは2人の中学1年生と5人の小学1年生が入学式を迎えました。

「もう中学生になるっていう実感が湧かないなあ。」と言っていた新中学生の女の子Aさん。Aさんは、学童の中心となつて学童をまとめてくれて、みんなの頼れるお姉さんでした。6年生の頃から中学校の部活体験に参加し、夕方暗くなるまで部活をして帰ってくることもしばしばありました。運動が得意なAさんは「テニス部に入るんだー」と期待いっぱい胸をふくらませています。

中学生になり勉強も難しくなっていますが、私たちわからないことがあれば教えてあげられるよう協力して行きたいと思っています。勉強に部活にと両立した中学校生活になるよう願っています。

そして、ピカピカの小学1年生たち。からだより少し大きいランドセルを背負いながら、学童のお兄さんお姉さんと一緒に、きずなからの通学路を山越え川越え頑張つて通学しています。

期待と不安が入り混じる中、少しずつ慣れていきながら、楽しく充実した日々を送ってもらいたいと思います。

(母子支援員 庄司 幸代)



たち

たち最後の日!?

春はたちでも出会いと別れがたくさんあり、4月から新たな生活が始まった子どもたちがいっぱいいます。週に何回も遊びに来てくれた子どもたちが保育園や幼稚園に入園すると聞いた時は、成長の喜びも感じますが、やっぱり寂しい気持ちの方が大きいです。

そんな中で、3月31日をもって「たち最後の日!？」となってしまうのは小学校に入學する6歳のお兄ちゃんお姉ちゃんです。たち最後の日にひるばを利用してくれた子どもたちに小学生になったらチャレンジしたいことや楽しみなことを教えてもらいました。



たくさんでた答えの中で一番多かったのは自転車と鉄棒です。自転車は補助輪を外して乗れるようになりたいとか、もっと運動が上手になりたい。でした。鉄棒では逆上がりができるようになりたい、大きな高い鉄棒でも逆上がりしたい、などニコニコ笑顔で話してくれました。

小学校に行っても色々なことに、どんどんチャレンジして楽しい学校生活を送ってください。近くに来た時には受付にいるスタッフに元気な声で顔をみせてくれると嬉しいですよ。

(ひるば担当 市村 英貴)

苑

新しく始めたこと

春のお彼岸の時のこと。信愛寮の利用者Iさんは入所されて4ヶ月。初めて法人墓地のある八王子の上川霊園の墓参りに参加しました。

お誘いした際には、躊躇されていたIさんでしたが、「ドライブも兼ねてー」と参加。到着するなり入一倍はりきつてゴミ袋を広げ、落ち葉をたくさん集めてお掃除してくださいました。

法人墓地は、ご家族と無縁だった方々が眠つていらっしゃる。そして、戦争孤児という生活歴の中で、孤独や寂しさと共に生きて来られたIさん。手を合わす後ろ姿に何か安堵のよくなものを感じました。

信愛寮に入所されたことよってできたIさんの仲間と共に、「これも何かのご縁で」と参加することになった墓参を、とても喜んでいらっしゃいました。

Iさんのこれからの生活の中で「新しく始めたこと」として毎年の上川霊園の墓参りに参加して頂けることになりました。また、Iさんは他にも、節分の時の鬼役や、農園作業のお手伝いも行つてくださいます。

現在73歳でいらっしゃいますが、信愛寮に入所されたことにより「新しく始めたこと」にたくさん出あえているようです。

Iさんは、お人柄からいつも信愛寮を明るくしてくださっています。私たち支援員もますます明るく楽しい信愛寮の暮らし作りをまた新たに始めてまいります。

(支援員 斉藤 充子)



しらとり

春の『始める』に寄り添って

春は入園、入学、進級の季節を経て、新しい事に挑戦する季節です。お母さんたちも新しい職場、子どものリズムに合わせて変わった新しい生活に四苦八苦しながらも、日々を一所懸命暮らしています。

しらとりの保育室では、小学校に上がる前までの年齢の子どもたちが同じ空間で過ごしています。この春から保育室を利用し始めた子どもたちもいます。初めて保育室に預けられて不安そうなお母さん、初めて保育室で食事をする子、初めてお母さん以外の人とお昼寝をする子、日々の遊びひとつひとつも初めての経験、初めての体験にあふれています。そんな時は保育士の手助けに加え、ちょっと先輩の子どもたちが率先して遊び、食べ、それを見ながら成長していきました。そしてお母さんたちはその子どもの姿を見て笑顔になり、時には母子支援員や保育士と相談し、一緒に子育てをしていきます。新しいことを始める時に、その不安にそって、その喜びを分かち合うことのできる素敵な仕事をさせていただいていると改めて感じました。



(母子支援員 高橋 明子)

しかし成長は早いもので、この間歩き始めたと思ったらすでに靴を履いて外を走っている一歳児に追い付くのが大変な毎日です。体力づくりを始めるにも良い季節ですね。

連雀

新しく始めた事

寒い冬が過ぎ、暖かな春がやってきました。この時期、ご利用者のお宅に訪問すると、「新しく始めた事」についてのお話をよく耳にします。例えば…

「前から興味を持っていた囲碁のサロン会に参加し始めた。」(78歳男性)
「セカンドハウス(賃貸)を借り、そこで新しい趣味(骨董収集)を始めた。」(80歳女性)
「夫の介護の合間に何か社会貢献したいと感じ、サロンのお手伝いを始めた。」(82歳女性)
「などなど、皆様それぞれ「新しく始めた事」を楽しまれている様子です。」



中でも、85歳のYさんからは、「今まで送迎付きのデイサービスに通っていた。外も暖かくなってきたし、もっと長い距離を歩きたいので、かざぐるま(循環バス)に乗って体操教室に行き始めた。」とのお話を伺いました。昨年、他県から引っ越してきたばかりで、当初は外出機会をつくる事ができなかったYさん。今では、筋力向上、交流の場を求め、週に2回以上外出され、まさに「介護予防」を実践されている姿にこちらもパワーをいただいている程です。

(あんしんセンター相談員 綿貫 順)

あさひ苑

認知症サポーター養成講座

昨年度から中学校、今年度から小学校も加え、授業の時間に認知症サポーター養成講座を行っています。

小学校では学校公開授業だったので多くの保護者の方々にも聞いて頂くことができました。小学校では、子供たちの心に届くようにと願いを込め、あさひ苑劇団を結成し、町で困っているお年寄りを演じきり「相手に寄り添うこと」を一緒に考えました。



これから超高齢社会を迎えるにあたり、次世代の中心を担う小学生、中学生の多感な時期に、認知症の学習を通じて、これまで日本を支えてこられたお年寄りを敬つことの大切さに触れてもらうことはとても重要です。継続的に取り組みたいと考えています。

授業後の4年生(10歳)の感想文から。「困っている人を見かけたら、他の人が知らんぷりをして、僕が助ける！ 助けられなかったらあさひ苑 369-0080 (モーロック、オオイエー) に連絡する！」子供にはパワーがあり、熱いハートがありますね。我々も負けてはいられません。子供から大人まで、多世代の方々の暖かい見守りの目が増え、地域に暮らすお年寄りや支援を必要とする方々が安心して暮らせる街に、府中市がなりますように。

(地域包括支援センター相談員 福井 寛之)

泉苑

認知症対応型通所介護の再開

泉苑ケアセンターでは平成26年2月より、一年間ほど休止しておりました「認知症対応型通所介護」を再開しました。再開により、泉苑では定員30名の通所介護と、認知症対応型通所介護としての定員10名の二つのプログラムを持ちます。再開した認知症対応型通所介護の特徴は、30名の通所介護が複数のプログラムから利用者

に選択していただき自立支援を目指しているのに対して、時間割のプログラムはあえて作らず、利用者の生活するペースで時間を過ごしていただくことを特徴としています。泉苑で利用者に合わせて職員が向き合い、安心した気持ちで一日を過ごしていただく。多人数が苦手な人でも利用できるゆったりとした日の当たるスペース。泉苑ケアセンターでは、ご利用者をお待ちしています。

(相談員 内田 亮輔)



ボランティア紹介

ひろば事業

ひろば事業

しらとりではあいあいやオープンルーム、ひろばなどで、毎月十数名のボランティアのかたにお手伝いいただいています。ボランティアの方々は先輩ママならぬ先輩ママ、世代が中心。オープンルームには毎回6・7名の方に来ていただいております、「スタッフが沢山いて安心」「ベテランのかたとお話しするとなんだかホッとする」と訪れる親子にとっても、スタッフにとっても頼りになる皆さんです。

(支援ワーカー 安齊真弓)



御寄贈・御寄付ありがとうございます(敬称を省略させていただきます)

横田基地内在日米軍司令部広報部 国際ソロプチミストあきる野 セカンドハーベストジャパン KCC JGROUP 株式会社キッザニア東京 公益財団法人井上バレエ団 伊藤忠テクノソリューションズ 川田直子 高橋由紀子 宮崎水子

(2014年1月~2014年3月)

ボランティアの御協力ありがとうございます(敬称を省略させていただきます)

- 会田久枝 青山幸子 赤林好子 浅野貞子 浅見スジ子 網代恵美 網代弘子 網千君子 荒波智子 有本陽子 安藤尚子 飯塚喜多子 井口イマ 囲碁を楽しむ会 石井悦子 石井久子 石井宏 石坂勝世 石坂規容子 石坂トメヨ 石坂友子 石澤圭子 市川アイ子 市川知子 遠藤伊代 伊藤徳三郎 伊東富美子 井上真左子 岩崎敏信 植松八千代 魚川桂子 鶴澤シズ 内堀美喜 梅林治代 梅原薫 梅原光洋 ト部和子 上床晃代 遠藤圭太 遠藤みつよ 遠藤陽子 大川久美子 大久保峯子 大倉弘子 大島庸子 大野文子 大森久美子 大森華 大山夏樹 緒方シゲ子 岡田智子 岡田基子 岡裕子 小川君子 小川健治 荻野和子 荻野真理子 奥山亜子 奥山チヤ子 小倉富子 小倉道子 オコサの会 尾崎節子 尾崎絃之 尾崎靖宣 尾崎ヨシ子 尾崎佳子 小澤アイ子 小貫良子 おはなし夢くらぶ 尾山由実子 折田浩一 御野礼子 海江田紀久子 笠間豊子 鹿島千重子 鹿島キチ 梶山アサミ 梶原栄造 船野美千代 片桐キミ子 カットサロンアベ 加藤愛子 加藤静 加藤規子 加藤美美子 加藤洋子 金澤静江 金子武仁 上沢美和子 亀岡紀知信 岸波えり 北島美恵子 北村三枝 北村よしこ 木森哲 草野美鈴 具嶋郁子 国定毅 久野晃 久保田摩耶子 藏内睦子 藏内睦子 栗原宏子 桑原佑子 桑原佑子 弦間まさこ 小石曉子 小出晨一 小出由美子 小岩井雅人 河野トシヨ 小島ユミ子 小島百合子 小菅よし江 後藤祐輝 小林貞子 小林真弓 小林美代子 小林わか子 駒ヶ嶺泰秀 是永美代子 紺野和子 今野幸子 ザ・ポテシヨップ 齋藤孝子 佐伯ヨシ子 酒井和子 坂本越子 坂本敬子 佐久間桂子 櫻井正治 佐々木英子 佐々木真由紀 佐藤秋子 佐藤英子 佐藤公子 佐藤妙子 佐藤なか子 佐藤初江 佐野田鶴子 澤良子 椎名君代 塩澤佳津子 志賀兼一 重田文子 品田啓子 渋谷好子 島田たず 清水文枝 下江美鈴 下宏子 進藤サエ子 進藤理子 新村信子 菅野英美子 杉本 節子 杉山恵子 鈴木和子 鈴木好枝 鈴木嘉子 瀬戸貞子 浅間の森ハンドベルの集い 高井汪子 高木愛子 高梨珠子 高鍋恵子 鷹野榮子 高橋恭子 高橋ちよ子 竹内由美子 竹松ふく 田島みよ 辰本ケイコ 田中久美子 田中ヒサ子 田中翠 田部美智子 多摩スマイル吹奏楽団 丹野由紀子 千葉芳子 土屋とき枝 寺町律子 東郷實枝子 常世田ひかり 戸島正子 栃谷さき 富田和代 富田秀子 永井文子 中垣春代 中下秀子 長島広美 永田良子 中村紀久子 中村清美 中村美佐江 中村恭俊 中山康 成島久恵 西川順子 西久保長子 西村珠美 二宮澄子 野坂昭弘 野坂いく世 埜崎聖子 萩原奈美 萩原八枝 橋場昭 橋本巖 橋本恵子 波多野慶子 羽島みのる 濱田真理奈 早矢仕房男 羽山直子 原田園彦 原田康子 原後江 樋口政子 樋口よし子 樋口留美 肥後住江 尾藤智子 平泉順子 平尾佳奈子 平岡美津子 平澤みどり 平田敦子 平野恵子 広木きく江 福田佐代子 藤沢キエ 船岡栄子 舟久保良子 舟見三佐子 ふれあいクラブ浅間 星川美津子 星野みなみ 星野ユキエ 星野若佐 堀田武三郎 堀切重明 本田ひろみ 孫田一昭 政所優季 増田博美 町田知行 松浦詩音里 松尾和枝 松下朗 松田恵子 松野アイ 松原友子 丸田のお子 三坂和子 三輪孝子 宮崎清子 宮下美智子 明神淑恵 明神冷子 村井福子 村野豊子 望月友子 本野幸子 百瀬洋子 森澤典子 森脇敦子 八重の会 谷貝祥子 山口駿 山田一九 山田佳津江 山田ケイ子 山田順子 山本千津子 山本峯子 鐘溝千寿子 ゆうかファミリー 尹鮮希 横尾千絵 横尾美知子 吉田育子 吉田恒雄 吉田ヒサ子 吉田睦子 米山秀子 るりまつりの会 朗読赤十字奉仕団 脇山令子 和田誠子 渡辺勇 渡辺一恵 渡辺勝征 渡辺キク 渡辺久代 渡邊弘子 渡辺浩美 渡邊房子 渡辺守

(2014年1月~2014年3月)

編集後記

新年度、私も新しいことにチャレンジしていきたいと思っています。(きずな 紫野久子)

暖かくなり、お散歩も気持ち良い季節となりました。今年度もたくさん子ども達と遊びたいと思います。(しらとり 萬友希子)

最後の編集担当号でした。ありがとうございました。(たっち 山本菜穂子)

季刊しんあいに携わること2年間、ありがとうございます。信愛寮のご利用者を表紙に飾ったことが良い思い出です。(緑苑 西林昌子)

暖かくなり外出するのに丁度よい時期となりました。どこに行こうか考えるだけで楽しくなります。(あさひ苑 伊東裕子)

季刊しんあい編集担当3年目になりました。今年度も色々



介護に関するご相談は 無料ダイヤルで!

- 泉苑 0120-6540-24 老後支援 24時間
- あさひ苑 0120-2942-24 福祉にっこり 24時間



多摩同胞会のホームページを携帯でもどうぞ!