

# 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

TEL 042-366-0080

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

2008年(平成20年)10月5日発行 第67号 ◆編集と発行 しんあい編集部



どうぞお元気にお過ごし下さい。(緑苑・敬老のつどいにて)

### 介護に関するご相談は無料ダイヤルで!

- 泉苑在宅介護支援センター  
☎ 0120-6540-24  
老後支援 24時間
- あさひ苑在宅介護支援センター  
☎ 0120-2942-24  
福祉にっこり 24時間

- スキルアップ研修で  
ステップアップ!!
- 介護保険を考える27(総集編No1)
- エコ活動報告
- 施設だより「読書の秋」

# 研修で アップ!!

さまざまな研修を企画実施しています。  
解や制度遵守をテーマにしています。  
て介護や保育技術の向上を目的とする  
ぞれの施設での研修をご紹介します。

編集 浅見達也



※手を添えるだけでわかりあえる



※しっかり身に付けて腰痛予防

## 食事介助研修



※この体勢ではどうですか？

食事研究会が中心となり、食事介助の基本や注意点などについて研修を行いました。

栄養士による食事形態の説明やビデオにより食事介助の基礎知識を学んだ後、実際に職員をモデルにして食事介助や誤嚥(ごえん)時の対処法を実践によりさらに確認しました。

食事介助されるのはどういう気分か、どの姿勢なら食べやすいのかなど、身をもって体験することで、見落としていたことや新たな発見があり、実りの多い研修でした。

(泉苑 介護員 滝 幸恵)

## 褥瘡予防研修

褥瘡予防対策委員会では、褥瘡予防研修を実施しました。褥瘡がしやすい、直りにくいご利用者のために、改めて褥瘡について学びました。まず、褥瘡がなぜできるのかを資料で予習し、DVDで視覚から学び、最後にベッド上で実際に体位変換や安楽な姿勢作りを体験しました。

ベッド上で実際に背中への圧迫感や違和感を覚えることで、「背抜き」の必要性を体感することができました。すぐに業務の中で実践することができた研修でした。

(あさひ苑 介護員 工藤えつ子)

\*褥瘡(じょくそう)とは、一般にいう、床ずれのことです。褥瘡はその人の体格や寝ている体位によって生じる場所はさまざまですが、体重のかかる骨の突出している部位で、脂肪や筋肉の薄いところによく発症します。



※体位変換の大切さ

## 看とりをさせていただくこと

最近、テレビや新聞で『看とり』についての特集をよく目にするようになりました。かんだ連雀でも、看とりをさせていただく場面が多くなってきています。

その方その方によって歩んでこられた人生は様々です。その人生の終焉をお手伝いすることの意義はとても大きく大切なことだと感じています。それだけに、私たちは年1回、看とりを振り返り、皆で意見交換をし、『看とり』について話し合います。

最期のお手伝いとして私たちができる事はほんの些細な事かもしれませんが、様々な職種の連携がより重要となる瞬間です。ご本人ご家族の思いを尊重した看とりについて私たちができることを考え共有する大切な研修です。

(かんだ連雀ホーム  
相談員 峯 俊美)



※ご家族への説明も重要です。

## パソコン教室 ～利用者と職員の学びの場～



※学習中 (ボランティアの松下さん)

お母さんへの就労支援の一貫として、毎月第2・4土曜日にパソコン教室を開いています。時には職員も参加して、お母さん方と一緒に勉強に励んでいます。内容は、個人によって様々です。タイプ練習をしたり、ワードで絵葉書を作ったりと、生徒の希望に合わせて、ボランティアの先生方が教えて下さいます。お母さんも職員も、パソコンに向かう目つきは真剣です。仕事や趣味に、みなさんのパソコンを活用する場は広がっています。

(きずな 保育士 浦上さわ)

## 互いに防ぐ

しらとりは、同じ敷地内にある泉苑と合同で毎月防災訓練を実施しています。火災や地震が起きた場合は、お隣さん同士すぐ応援に駆けつける体制となっています。

6月には、5日間にわたってしらとりと泉苑の新任職員をはじめ全職員を対象とした防災研修が行われました。両施設の防災設備をひとつひとつ確認して周り、どんな状況で作動するものなのか、配置場所にもどのような理由があるのかなどについても詳しく知ることができました。距離の近い施設ではありますが、実は知らないことが多かったことにも気づきました。

法人内で子どもの施設と高齢者の施設が同じ敷地にあるというのは、ここ武蔵台のみです。今後も協力して互いに防災を心がけていきたいと思えます。

(しらとり地域支援ワーカー 原田美由紀)



※常に防災を心がける

## 0・1歳児交流会 -ふれあいの中で励まし-



※季節の歌を歌っています

たちでは、0・1歳のお子さんとお母さんの交流会を行っています。お子さんの月齢ごとに『すやすや・ころりんクラブ』『はいほ』と名づけ、10数組のお母さんとお子さんが集まり、歌ったり・体を動かしたり・お母さん同士でお話をしたり…と、楽しい時間を過ごしています。参加した方からは「楽しかった」「子育ての不安が楽になった」など感想が聞かれます。お母さんや子どもたちの笑顔のパワーに、職員も心が癒されます。

(たち交流ひろば担当 畑山恭子)

# スキルアップ ステツ

人材育成の一環として、法人ではさまざまな法人主催の研修では主に法人理念の理また各施設では、職員のニーズに応え研修に取り組んでいます。今回はそれ

## コミュニケーション

普段ご利用者と接する時、言葉での言語的コミュニケーションよりも、非言語的コミュニケーションの方がはるかに多く使われています。

後者は雰囲気、存在、態度、表情、目線、ジェスチャー、沈黙等を指します。

何気なく接している時にも、色々な角度からコミュニケーションをとっているのです。時と場合によっては、沈黙もコミュニケーションの一つであることを改めて学びました。

ご利用者にとって心地良く生活できるように、今後の仕事に生かしていきたいです。

(緑苑介護員 大沢清佳)



## ボディメカニクス研修

みなさんボディメカニクスはご存知ですか？

ボディメカニクスとは、てこの原理を利用して介護者や介護される側の姿勢や動作をうまく応用する技術のことです。

介護職の8割の方が腰痛で悩まされている現状で、介護側も介護される側も安全でしかも楽に介助を提供できるようになればと思います。研修をはじめました。

今以上の介護が提供できるように正しいボディメカニクスを身につけ、職員一同『腰痛者ゼロ』を目指してスキルアップしていきたいと思えます！

(岩本町ほほえみプラザ 看護師 中野秀紀)



# を考える 27

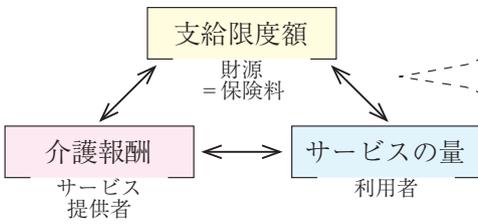
## No.1)

鈴木 恂子 

制度スタートから8年目で介護保険制度は行き詰ってしまいました。介護保険にバラ色の老後を期待する人はいなくなり、「介護保険はどうなるのだろう」「この制度で老後は安心か」「どうすれば少しでもよい制度になるのか」と様々な思いが錯綜し、混乱しています。そして介護を現場で支えている人材の不足は深刻です。利用者にとっても働く人々にとっても不満が多く、不安の残る制度です。制度の限界について多くの議論がマスコミ等でもきかれるようになりました。

今後は広い議論の場で検討が加えられ、利用者にとって老後の安心が実感できるように、働く人にとっては誇りがもてるように改善されることを期待します。20回余りのこのシリーズが今後の議論の一助としてご参考になれば幸いです。

### を考える

	提 案
	<p>要介護認定は本当に必要なことでしょうか。                      利用者は申請したときがSOS。一日も早いサービス提供が求められます。                      例えば、申請→ケアプラン→サービス提供。                      ケアプランについては、</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 介護支援専門員を中心に複数の専門職が協議するなら、過不足のない適切な計画になる。</li> <li>2 財源破綻を防ぐため一律上限のみを設定する。</li> </ol> 
必要。暦は28日もあれ同居者によって左右さ左右される。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 支給上限額は、一日を基本にした方が利用者には望ましいのでは。</li> <li>2 認定に基づくサービスの提供はヘルパーの援助を基準にした支給上限額の認定が必要条件では。</li> <li>3 これから決まる政省令に利用する立場からの声を反映させていきたい。</li> </ol>
る箇所が300近くあり、み合わせて上限内におか、家族の負担で補うる。係におかれている。	<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">  </div> <div style="border: 1px dashed gray; padding: 5px; margin-left: 20px;"> <p>支給限度額、介護報酬、サービスの量の三角関係は、介護報酬を高くすると利用者のサービス量が少なくなる。サービス単価を低く設定すると、利用できるサービス量は多くなるが、サービスの質の確保は難しくなる。介護報酬を高くしてサービスの質を確保し、利用できるサービスも多くするためには、支給限度額(保険料)をあげる。という相互にジレンマの関係である。</p> </div> </div>
合性がない。るべき。設は住民の財産である。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 介護については介護度に基づき在宅サービスと同額の上限給付とする。</li> <li>2 「個人的な生活(教養娯楽等)」「生活(経済的側面、食事等)」「住居」については下記の2案を提案する。                      A案)従来の措置制度(養護老人ホームに準ずる単価)の適用とする。                      B案)自治体の委託料(実績)とし、「住居」は自治体が施設とベッドの委託契約をする。                      -応能負担</li> </ol>
られているが、福祉施	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 基本事業は、いきがいや予防を目的としたものなので、対象者は自立か要支援の方である。介護度を評価するモノサシではなく、保健福祉施策のなかで現在のサービスレベルが低下しないことを要望したい。</li> <li>2 日常動作や生活リハビリに重点をおいた、従来どおりの機能訓練事業の継続。</li> <li>3 自治体の委託事業として基盤的経費が保障され、市民の財産としてセンターを利用できるようにしないと、サービスの質の低下が生じる。</li> </ol>

# 介護保険制度 （総集編）



1994（平成6）年高齢者の介護を支える仕組みとして介護保険が検討されていることが明らかになりました。そして1997（平成9）年12月には介護保険法が成立しました。それまでの福祉施設も吸収されて、税金を財源とする高齢者の福祉が保険制度に転換しました。そして介護保険法は、2000（平成12）年4月から施行されました。その後幾多の政令や省令、Q & A等により制度の中身が変遷し、細分化され、2006（平成18）年に大幅な制度改定がありました。

このシリーズでは、具体的な制度の中身をご紹介しながら、利用者の立場、被保険者の立場で制度を考え、問題提起をし、みなさまにご一緒にお考えいただきたく提案してまいりました。

今回から3回にわけて、今までの内容をまとめてこのシリーズの総集編とします。今回は介護保険法の成立から施行まで（1997年から1999年まで）の5回分をまとめます。

## 介護保険

号数	発行時	タイトル	問題点
36	1997 12/20	介護保険を考えるⅠ 介護が必要になったとき （申請からサービスの利用まで）	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 手続きが煩雑になる。</li> <li>2 お年寄りの状態がランクづけされる。</li> <li>3 介護報酬の利用できるサービスの量に上限がある。</li> <li>4 1割の負担がある。</li> <li>5 介護サービスに貧富の差がはっきりあらわれる。</li> <li>6 全てが調査から始まり、更新が繰り返される。</li> <li>7 申請からサービスの利用まで日数（30日）がかかる。</li> <li>8 中間経費が膨大になる。</li> </ol>
37	1998 3/20	介護保険を考えるⅡ 要介護度と支給上限額	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 上限額は月額で決まっているが、一日単位でサービスはば30日もある。</li> <li>2 サービスの必要量は本人の状態だけでなく住宅や家族やれるが、国が全国一律の基準をつくり認定する。</li> <li>3 上限額により利用できる介護の量と自己負担額が大きくそして単価も大きな問題。</li> </ol>
38	1998 7/10	介護保険を考えるⅢ 介護報酬について	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 介護保険法のなかには、大臣が決める省令や政令で決め法律だけでは具体的なことがわからない。</li> <li>2 介護度ごとに定められる上限額のなかで、サービスを組めると一割の利用料。上限を超えると自己負担で補うか、または近隣やボランティアの力で補うといわれている。</li> <li>3 支給上限額と介護報酬とサービスの量は、三すくみの関</li> </ol>
39	1998 11/20	介護保険を考えるⅣ 老人福祉制度と介護保険制度の 比較と介護保険制度下で 予測されること	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 施設サービスと在宅サービスの介護給付の対象範囲に整</li> <li>2 介護保険は、介護保障に限定されていない。</li> <li>3 憲法25条に基づく基本的な生活保障は公的責任で保障す</li> <li>4 利用者に不利益な制度改革はしない。</li> <li>5 税（補助金・措置費等）を主たる財源にして築かれた福祉施</li> </ol>
40	1999 9/20	介護保険を考えるⅤ 介護保険制度矛盾点のワースト7 デイサービスの現状と介護保険	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 自立の方は介護保険給付の対象にならない。</li> <li>2 要支援の方は対象になるが、サービスの量は制限される。</li> <li>3 一割の利用料が必要となるため通うことを自制する。</li> <li>4 通所リハビリテーションは介護保険サービスに位置づけ設の機能訓練は介護保険のサービスになっていない。</li> </ol>

# エコ活動報告

## 小さな一歩が動き始めました～！

※地球の未来を考える活動は小さな一歩の積み重ねです。  
かんだ連雀、泉苑でエコプロジェクトが発足しました。

(編集 友利幸江)

かんだ連雀では今年度から、坂本施設長提案の元、エコプロジェクトが発足しました。

「エコ意識を施設全体に定着させ、地球環境を守りながら、社会貢献と経費削減を行なう」という目標を立て、施設職員全員がメンバーという意識で、エコ活動に取り組んでいます。

初めに、職員全員から【ひとり1アイデア】エコ提案を募集したところ、エコ意識のある職員が多く、施設で出来るエコ・私生活や家庭で出来るエコ等、さまざまな意見が多数集まりました。

集まったアイデアは「すでにやっているもの」「すぐに出来るもの」「検討が必要なもの」とカテゴリー分けし、できることから活動に取り入れています。

以前から連雀では節電・節水・コピー機に裏紙を使用したりしていました。今回は新たな取り組みとしていくつか紹介いたします。

- ① 多くのCO<sub>2</sub>やホルムアルデヒドを吸収するというサンパチェンスの植樹
- ② 電気の使用量と料金、CO<sub>2</sub>の量を測定できるエコワットで電力のチェック（電力の大きいものから可能な範囲でカットしていきます）
- ③ マイ箸運動
- ④ エコキャップ回収（ボルビックでお馴染み。発展途上国の子供たちにワクチンを届ける）
- ⑤ 温暖化防止新聞「豪快な号外」の配布  
などです。

①については6月にデイサービス・ショートステイのご利用者と一緒に6鉢を植樹し、各フロアーと事務所で育てています。植樹活動は利用者様にも喜んでいただけ、毎日成長を楽しみにしている利用者様もいらっしゃいます。そんなサンパチェンスはすくすく育っています♪  
(活動はご利用者の生活に支障のない範囲で行なうのが前提です。)

地球を大切に想い、行動するということは自分や大切な人を守っていくことに繋がります。

一人一人ができることは微力かもしれませんが、決して無力ではありません。

一人の100歩より、100人の一歩。

法人全体で一緒に考え、活動していきましょう♪

(かんだ連雀 戸越幸恵)



### 泉苑で「エコにご応援団」活動開始

地球温暖化が叫ばれてから久しいですが、泉苑でも遅ればせながら、「エコにご応援団」とエコ活動を開始しました。ご利用者ともお話する中で、「昔はこんなに暑くなかったんだけどねえ」という声がよく聞かれます。確かに今の暑さは異常だと感じます。

泉苑ではエコ活動として出来る事から取り組んでいこうということになり、法人の理念でもある資源を大切にするという観点から節電・節水から始めていくことになりました。

まずは節電を呼びかけるステッカーを作り、各部署に張り出し始めたところです。今回活動を始めたことにより、職員も少しずつ意識し始めたようでいままで点けっぱなしになっていた電気も消されてきたように感じます。また、電気・水道等光熱費の使用料をデータ化し、職員全員で意識して節電に努められるようにと考えています。今後第二弾として、各部署ごとにできるエコ活動を開始していく予定です。

塵も積もれば山となるということで法人全体のみならず、地球全体で取り組まなければいけないことで  
すね・・・。

(泉苑 及川秀夫)

# 施設 だより



# 読書の秋



みなさんは、秋の夜長にどんな本を  
読んでみたいですか？  
書物に込められた様々なエピソード  
を各施設よりご紹介します。

## きずな

### スイミー

「ただいまー」と元気に学校から帰ってくると、子どもたちはランドセルから「今日は算数ドリル、漢字ドリル」と言いながら宿題を取り出します。そして、私は子どもたちの宿題をみてあげます。国語の教科書に目をやると、「スイミー」が載っています。

スイミーは、きょうだいみんな赤いのに、一匹だけ黒い小さな魚。しかし、自分以外のきょうだいみんな大きな魚に食べられてしまいます。

1人になったスイミーは色々な生き物に出会い、自分そっくりの小さな赤い魚達に出会います。小さな赤い魚達は、大きな魚がこわくて岩から出てこられません。するとスイミーは、皆と一緒に泳ぎ大きな魚のふりをすることを思いつきます。そして、スイミーはその大きな魚の目になります。スイミー達は、力を合わせて大きな魚を追いやる事が出来るというお話です。私が小学生の頃も「スイミー」が載っていて、好きだったことを思い出して、その頃が懐かしく思い出されます。

きずなの近くに川があるおかげで、子どもたちは自然と付き合っことが上手です。川にいる生き物を獲ってくることもあり。種類がわからないと、学童にある図鑑を手にして、「これは〇〇だよ」「でも、ここがこうなっているよ」などと言いながら熱心に調べます。もし、きずなの近くの川にスイミーがいたら、きずなの子どもたちにはタジタジかもしれないですね。



(少年指導員 紫野久子)

## 連雀

### 絵本に魅せられて

皆さんは、絵本というと、どの様なイメージをお持ちですか？ある書店で偶然見つけた「おふるやさん」というテーマの絵本。対象年齢が4歳から大人までというフレーズに惹かれページを開いてみると、文字の一つもないかわりに描写のとても細かい絵が、眼の中に飛び込んできました。

その一つ一つの描写は当時の昭和を写し出しおふるやさんに行きかう人々の風景が鮮明に描き出されています。

神田っ子は、おふるやさんが大好き。普段、言葉少ない92歳のIさんに、この絵本を見ていただくと「内風呂があっても外風呂（おふるやさん）によくはいりに行ったわ」と話されて懐かしそうにページをめくり始めました。

麹町の92歳のFさんは、「おふるやさんは知っていたけど一度も入った事はないわ。なんだか入りたくなかったわ」と細かい絵に目をほそめご覧になっていました。

昔は銭湯と言わずにおふるやさんと呼び、「おふるやさんに行くぞー！」と隣近所声掛けあつて行かれていた事やおふるやさんに入る時には衣類を包んでおき、湯から上がった時に足を拭くのに用いた布が、風呂敷であるという事など、一冊の絵本をとおして、色々な思い出や貴重な豆知識を教えて頂く機会となりました。

文字の無い代わりに、その方々の見る視点によって幾つもの物語が生まれてくる、そんな奥の深い絵本に魅せられた神田っ子でした。



(介護員 大久保由美子)

## 泉苑

### 食事係の 愛読書

泉苑の食事係では食に関する本を休憩室に置いて、皆でよく読みます。その中で一番読まれている本は「ソフト食」に関する本です。泉苑では今年度から本格的に取り組みはじめました。行事や月に一度の食の集いでふだんはペースト食を召し上がっている方にお出ししています。

本を見て「美味しそう」「食べてみたい」というものをピックアップし季節や行事に合っているか意見を出しながら献立を立てます。ソフト食は食べやすさが重要なので初めて作るものは必ず試作をします。本を見ながら、盛り付けや材料の分量を参考にしますが、何度も作り直ししながら泉苑のご利用者に食べやすい料理に仕上げていきます。手間のかかる工程ですが、皆様が食事をされているお顔を見ると嬉しく、この次も良いものを作ろうと力が入ります。

(管理栄養士 牧野美輝子)

〈6月のメニュー〉

- ・ 握りずし風
- ・ しゃぶしゃぶ
- ・ すんだ茶巾
- ・ マンゴーゼリー

\*ソフト食とはペースト食の前の段階の食形態で、やわらかいけれど、しっかり食べ物の形がある、見た目もきちゃんとおいしそうな食事のことです。



## 岩本町

### それぞれの秋

グループホームいわもとのフロアの片隅に本棚があります。そこに並んでいるのは、古い文庫から最新の本、週刊誌や料理の本まで、さまざまな種類の本が揃っています。

そして、ご利用者たちにはそれぞれ好きな本や好きな読み方があります。女性週刊誌が大好きな方、新聞を大きく広げて読むのが好きな方、猫の写真集をニコニコ笑顔で眺めている方、本を開きながらコックリコックリやっている方、尋常小学校の教科書を「サイタ サイタ サクラガサイタ」と音読している方・・・本当に十人十色です。でも、共通して言えるのは、全員本を読むのが好きということですよ！

さっ!!私も皆さんを見習って、この秋は苦手の読書でも始めてみようかな。

(介護員 稲葉悦子)



## たっち

### 絵本と 子どもたち

毎日、保育室に訪れる子どもたちは絵本が大好きです。男の子、女の子、様々な年齢のお子さんがいらっしやいます。絵本を通じて色、絵、言葉などに関心が向けられたり、友達との関わりにつながったりすることもあります。

ある日のリフレッシュ保育室の、5才の女の子たちと1才の男の子とみんなでおやつを食べる前の「コマです。大人気の絵本『いない いない ばあ』を読み始めると、お姉さんたちは「いない いない ばあ」と笑顔で一緒にすすめます。男の子は最初はきょとんと目を丸くしていました。3回、4回とくり返すうち、みんな「せーの」「いない いない ばあ」と声をそろえてとっても上手にまねっこしてくれました。笑顔いっぱい楽しいひとときでした。

これから子どもたちが、感動したり楽しんだりほっとできる時間を過ごすことのサポートが出来たらと思いますし、絵本や言葉の大切さをも感じていきたくて考えています。

(リフレッシュ保育  
担当 金子智暁)

\*リフレッシュ保育:  
お子さんの一時預  
り保育事業



# あさひ苑

## 月刊誌の おたのしみは？

手工芸を楽しんでいらっしやるご利用者の方々に昔読んでいた雑誌についてお話しを聞かせていただきました。

その雑誌は「主婦の友」や「婦人倶楽部」という婦人総合誌です。山田五十鈴さんや田中絹代さんといった人気女優陣が華やかに表紙を飾っていたのも楽しみのひとつですが、特に思い出深いのが『付録』だそうです。洋服の型紙や人形の作り方などが入っていて、それを参考に色々なものを作ったそうです。

現在、物があふれ、作るより買う方が安い時代となりましたが、手作りのものは愛着がわき、ものを大切に作る心が生まれます。皆様のお話しを聞き、手作りの良さを改めて感じました。この冬は手編みのセーターにでも挑戦してみましようか。

(介護員 豊田真希)



# しらとり

## 手作りの秋

白鳥寮の学童では、ときどき手作り本屋さんが出店します。

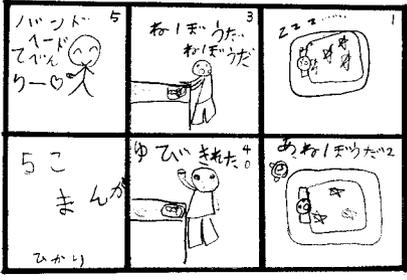
本屋さんには気まぐれです。「あと5分で開店しますよー」と聞いて並んでみたものの、「やっぱりまだです」と言うので他の場所へ。しばらくすると「ちよっと！お客さん！早く来てくださいよー！」いつの間にか開店しています。

小学生4人で作っている本は、トランプ半分ほどの小さな紙にマンガさながらの絵と文字がびっしり。それに加えて、中には袋とじがついていたり、スクラッチくじがついていたりと大人顔負けのクオリティーです。

今回紹介するものは、2年生の女の子が作った「5コママンガ」です。4コマではなく5コマできています。内容も絵も全てオリジナル、そして話のオチがなんだかとても可愛いので思わず笑ってしまいます。大人には真似できない想像力や発想が子ども達にはあるんですね。

本を読みふける秋もいいですが、今年の秋はオリジナルの本を作ってはいかかでしょうか？

(地域支援ワーカー 原田美由紀)



# 緑苑

## 人を元気にさせる人

これはご利用者のYさんの愛読書の斎藤茂太著「あなたに会うと元気になる」の工ピソードをお話して頂いたものです。

Yさんはおっしゃいました。「私はあまり友達が多いほうではないのよ。でもね、落ち込んだ時や嫌なことがあった時には、必ず顔が浮かぶ友がいるの。」

彼女は女学校時代の友達なんだけど、話したり会っているだけで勇気や活力をくれるの。この本に書いてある「人を元気にさせる人」そのものよね」

『あなたね「元気な人」と「人を元気にさせる人」とは同じよつで違うのよ。あなたも「人を元気にさせる人」になってね。』とごYさん。

「人を元気にさせる人」とは自分が落ち込んでいる時でも会いたくなる人  
・ いてくれるだけで楽しい人  
・ 自信をつけさせてくれる人  
私もそんな人になりたい。

(支援員 山本敦子)



### ホームページ二周年の リニューアル

昨年リニューアルした法人のホームページですが、よりわかりやすい見やすいホームページを目指して内容とデザインを一部直しました。また、英文による法人紹介も追加しました。

毎日更新のブログ(日記)、月1〜4回更新の各施設からの季節のおたより、そして毎月更新の理事のメッセージと法人の全役職員が携わって、ホームページを育てています。特にブログは全職員が順番で書いてるので、「気になって休みの日も自宅のパソコンで読んでいる」「もっとたくさん書きたい」など職員の関心も高いようです。

ホームページへの訪問者数もこの1年間で延べ42,205人になりました。求人情報や子育て支援に関する情報を求めてみえる方が多いようです。これからも、各施設からのお知らせをはじめとして、地域福祉の発信源として、この季刊誌とともに皆さまへ有意義な情報をお届けしていきたいと思っております。ご意見や感想をお待ちしております。

(上野廣美)



### 御寄贈ありがとうございます

(敬称を省略させていただきます)

渡辺秀雄 株式会社JBS担当企画管理部 国際ソロプチミスト 株式会社ジャパンエナジー 誠明学園 財団法人東京都福利厚生事業団 新日本石油(株) (株)サンリオビュローランド 米屋株式会社 東穀協会 財団法人報知社会福祉事業団 大成建設(株)丸の内地区建築作業所および職長会 杉本口男 日浦富子 田代豊治 小熊美和子 北原青果店 東京都食肉生活衛生同業組合多摩南支部 丹野昭 丹野由紀子

(平成20年6月〜8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)

会田真理 会田久枝 青木成江 青山幸子 青山珠 巴 明瀬多江子 赤田美恵子 赤林好子 赤林好子 阿久津紀子 浅見スジ子 網代恵美 網代弘子 網代弘子 新居洋子 有本陽子 飯塚喜彦 飯田アヤ子 井口イマ 石井忠男 石井宏 石井美保子 石坂勝世 石原みつる 板場昭 市川アイ子 市川尚子 市川アイ子 市川知子 市村正美 伊藤うめ子 伊東富美子 井上宏子 井上陽子 井踏世津子 岩佐和栄 遠藤伊代 上田悦子 上野玲子 上原智美 植松八千代 鶴澤シズ 歌うたんぼの会 堀美喜 江口亜津子 江田廣子 海老原志づ子 遠藤博 遠藤みつよ 遠藤陽子 大久保峯子 大倉弘子 大橋正子 小笠原千尋 緒方シゲ子 緒方智恵子 美 岡田基子 岡野玲子 岡裕子 小川喜代子 小川健治 荻野和子 奥山亜子 奥山チャ子 小倉富和子 小倉道子 尾崎ヨシ子 小野寺みつ子 折谷美和子 海江田紀久子 垣間豊子 梶田慶子 角田重子 柏山和子 片桐キミ子 学校図書館を考える会 カットサロンアベ 加藤さよみ 加藤静 加藤博子 加藤美枝子 加藤洋子 金坂佳子 川谷まひ子 上沢美和子 上村峰隆 亀岡紀知信 川窪三枝子 川崎綾子 城所栄子 木村幸子 琴陽会 草野美鈴 久保田茂男 久保田摩耶子 熊倉洋子 倉橋淳子 警察学校 弦間まさ 小泉純子 小出由美子 小出農一 小岩井雅人 河野トシヨ 小笹裕子 小島ユミ子 小島百合子 小菅よし江 小谷文子 後藤隆子 小林真弓 紺野和子 今野幸子 斎藤王子 斎藤孝子 酒井かつ子 酒井紘子 酒井和子 佐久間桂子 佐藤初江 佐藤みどり 佐藤公子 佐藤妙子 佐藤なかつ 佐藤理恵子 佐野田鶴子 澤野加奈恵 塩入圭子 塩川義雄 塩澤佳津子 重田文子 島田たず 清水文枝 下江美鈴 下条エイ子 白坂千恵子 進藤サエ子 進藤理子 杉内和子 杉本節子 杉山政司 鈴木昌子 鈴木嘉子 鈴木好枝 鈴木木好子 スターバックスコヒー 村田恭子 角田ミサホ ゼイナブ 瀬戸貞子 園田英子 園田すみ子 高島米子 高鍋恵子 高野晴美 鷹野榮子 高

(平成20年6月〜8月)



### 編集後記

■自分の原稿が、実際にたくさんの方の目に触れる編集の仕事。とてもやりがいがあります。

紅葉悦子(岩本)

■秋の訪れとともに忙しさの中でも、ふと手にとって読みたくなるそんな記事や写真を見つけたら、ぜひ読んでください!!

友利幸江(連雀)

■読書の秋ということで、新しくなった府中の図書館へ行ってきました。

一階のカフェで食べたパンが美味しかったです。

佐藤真紀(泉苑)

■私なりのECOは大雨の日に洗車すること。洗車といっても雨任せですけれど。

黒部雅之(泉苑)

■わかりやすく、読みやすい記事を書くのは難しいと実感しました。大沢清佳(緑苑)

福井亜希子(あさひ苑)

■「読書の秋」よりやはり「食欲の秋」を満喫したい私です!

福井亜希子(あさひ苑)

■今後も皆さんに親しみを持ってもらえるような、記事を掲載して行きたいと思っております。

浅見達也(あさひ苑)

■やっと暑さもやわらぎ、ほっとしています。秋はいい季節ですね。秋ならではの場所に行つて秋を満喫したいです。

太田純乃(たつち)

■編集期限に追われ大汗かきまじりましたが、楽しく書くことができました。

原田美由紀(しらとり)

■秋は保育園の運動会のシーズン。「やっぱり、うちの子どもが一番よね〜!」と毎年、わが子のように応援に行っています。

浦上さわ(ぎずな)

■これから、紅葉が楽しみになってくる季節になりました。色々な虫達の音色が聞こえてきそうですね。

紫野久子(ぎずな)

■原稿の催促をお願いするときは、本当の編集者気分になります。ホームページの理事のリレーメッセージは、毎月緊張しながら執筆を依頼しています。

青木志乃(事務局)

■今年はマンネリ打破が目標ですが67号はいかがでしたでしょうか。

上野廣美(編集長)



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  
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  
母子生活支援施設東京都網代ホームぎずな

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  
養護老人ホーム信愛寮  
特別養護老人ホーム信愛緑苑  
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  
府中市子ども家庭支援センターたつち