

## NPO 法人「三郷サンサンハウス」ニュースNo.23



新年を寿ぎ皆様のご多幸を祈念し、今年もよろしくお祝い申し上げます。

1年前のニュースで、新年にあたりこれからのサンサンハウスの課題と目標を定めたいと書きました。法人の理念の一つとして「利用者

や地域に役立つ事業所となる」ためには、「何ができるのか、何をやりたいのか」を問いかけ、夢を語り合う中でまとめた目標が、①地域の方(特に

高齢者)が気軽に寄りあえる場所づくり ②認知症になっても支え合い、認め合って暮らせるまちづくり でした。この企画を福祉医療機構の助成事業に申請したところ、幸いにも助成を頂くことになりました。それ以後の活動は皆様にも参加いただいでご存じのことと思います。「夢を語る」「夢を追いかける」のが大好きな私のせいで、沢山の方にご苦労をおかけし、これからもおかけすることと思います。本当にありがとうございます。「私の夢はあなたの夢・みなさんの幸せ」となれば、皆様のご苦労に報いることが出来るのと思う今日この頃です。

理事長 上野登志子



## トピックス

### 「あたたか介護賞」を受賞しました

昨年11月11日の介護の日に奈良県は介護に携わる個人や団体10組を顕彰しました。脳卒中で失語症になった方々の合唱によるリハビリ活動はじめ認知症や障害者の方や家族を支える活動、夜間の訪問看護・訪問介護従事者などの素晴らしい献身的な活動と一緒に私たち三郷サンサンハウスも表彰されました。



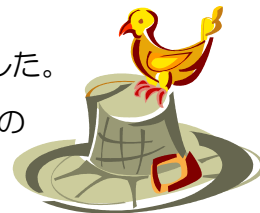
あたたか介護賞の表彰状



秋田新平三郷町長に受賞報告

NPO三郷サンサンハウスは「高齢になっても、障害があっても住み慣れた町でくらしつづけたい」の願いを支援していくことを使命とし、一人でくらしなくなった時に入居できる「高齢者の家あかねの里」をはじめ多面的な活動にとり組んできました。また、今年度の「認知症の方をみんなで支えるまちづくり」の講演会の取り組み等が認めていただけたのでしょうか。

年末に町長はじめ行政関係者へも報告とご支援のお礼に参りました。この紙面をお借りし、共に支えてくださった会員・職員そして地域の皆様に感謝し、授賞を共に喜びあいたいと思います。



## ヘルパーステーション

TEL 32-3535

ヘルパーの役割について、介護保険法では「生活に必要な最低限の支援をおこなう」とされています。

ヘルパーステーションでは、利用者さんに訪問予定表をお渡ししていますが、それをととても大切にされて「今度はどなたがいらっしゃるの？」と予定表がクシャクシャになるほど活用頂いている方もいらっしゃいます。

一人住まい(独居)、また、ご家族がいらっしゃっても昼間はお一人(昼間独居)の方々ですので、私どもの訪問をととても楽しみに待って下さって、先ずはお話をされたいようです。



ヘルパーは決められた時間にする掃除・洗濯・調理・買物等の家事援助、入浴・整容・移乗・移動等の身体介助等が大切なお仕事ですが、やはり利用者さんとのコミュニケーションはととても大切で笑顔を頂けるのもそういった会話があつてのことです。

お話の時間を十分に取り、寄りそう介護が理想的なのですが、介護保険法のきまりではとても難しいことです。決められた仕事をしながら傾聴を大切にされた会話をしますと、あつと言う間に時間が過ぎ、次の利用者さんの予定訪問時間が迫る中、退出しなければならず「もう帰るの？」の言葉に後ろ髪を引かれながらも、利用者さんに少しでもゆったりとした豊かな時をお過ごし頂けたらとの思いで日夜奮闘しています。

利用者の皆さんにお会いできること、そして何よりも皆さんの役に立っていることの満足感が、明日も頑張ろうという力になっています。

藤本和子

## 居宅介護支援事業所

TEL 32-3535

介護保険のサービスは、高齢になっても住み慣れた自宅で自立した暮らしを安心して生活することが目的だということをご存じと思います。今回は、通所介護施設の利用が日帰りで受けられるサービスを紹介します。一般に言う「デイ」には2種類あります。通所介護（デイサービス）と通所リハビリテーション（デイケア）です。どちらも食事、入浴が提供されレクリエーション等の交流や季節の行事をお楽しみいただけます。じゃあ違いは？ 理学療法士や作業療法士による機能訓練（リハビリ）を受けることができるのがデイケアです。またデイケアは医療費控除の対象になります。最近、食事や入浴はなくて鍼灸師や柔道整復師の指導のもと、リハビリできる半日のデイサービスも人気があります。その半日デイ利用のNさん(84歳)が感想を寄せて下さいましたのでご紹介致します。

中川香代子

### Place

迎いの車で「ロハスの森」へ、先生とスタッフの皆さんの笑顔と「こんにちは」の言葉で迎えられる。皆が揃ってお茶を頂き、雑談の中で健康チェックを受けたあと輪になって準備体操、休みを取りつつリハビリ運動、先生やスタッフの方にアドバイスして頂きながら色々な運動器具を各自でこなす。自転車に乗れない私も自転車こぎ。5分こいだら何処まで行けるかな？ウオーターベッドでは波に乗り小さな岩に当たりお昼寝したい心地です。

数々の運動をして楽しかった半日は瞬く間に過ぎ、16時前テーブルに着いてお茶とお菓子を頂き終わりの健康チェックを受けます。それぞれのグループで送って頂いて家路に。

年末には感謝祭を開いてくださいました。サンタさんから抹茶と和菓子を頂き、大正琴、コーラス、ビンゴゲームでは景品をプレゼントされました。「ロハスの森」に連れて行って下さった中川さんに感謝しています。

(N,T)



## 小規模多機能ホーム 萌の里

TEL 33-3555



昨年より流行している新型インフルエンザの影響で、町民文化祭はじめ様々なイベントが中止になり、萌の里の利用者様と外出できる機会が少し減ってしまい残念です。文化祭に出展する予定だった作品は、12月24日のクリスマス会で入口に展示させていただき、参加して下さった地域の方々やご家族の皆様に見ていただくことができました。今年になってからは、風邪をひかれお休みされる利用者様も多く、一時期に比べゆったりとした日常となっております。職員と一緒に食事やおやつを作ることも多く、来所されてからティータイムをしながら、「今日は昼食何にしましょう？味付けは？」などと話をしつつ、11時頃からあわて

て作り始めることもあります。リビングの片隅にこたつも置いてあるので、昼食後はこたつで足を伸ばし、みかんを食べながらウトウトされている方もおられます。手仕事が好きの方、外出が好きの方、読書が好きの方、卓球が好きの方、それぞれのしたい事をして過ごしていただいています。職員と卓球場へ行かれ真剣に卓球をし、「あ～楽しかったあ～。疲れたあ～♪」と、帰って来られると嬉しくなります。何故か同行した職員も「楽しかったあ～」と、一緒に楽しんできてくれます。一人でも多く、一回でも多く、この「楽しかった」が聞けるように、お手伝いさせていただけたらと思います。

巽 比紹実（介護支援専門員研修中）



子供会と餅つき大会



萌の里玄関の絵馬



### “あづまや” 情報

昨年末より産直野菜販売が、事業所さんの都合で交代することが続いております。

地域で当てにされておられる方もあり、いろんな伝を頼ってなんとかつないでいる状況です。規模は小さくなくても「今日のあづまやには何があるかなあ…」って、足を運んで下さる方が増えることを願って頑張っています。サンサンニュースを読んでくださっている方の中に、趣味で作っている物を他の方に提供してもいいと思われる方がありましたらぜひご連絡ください。手伝って下さる方も大募集中です。ご協力宜しくお願い致します。

藤 みわこ（萌の里管理者）



## たすけあいの会

「助けたり助けられたり、お互いさま」と平成17年夏に始めたこの会も4年半。当初は「赤い羽根共同募金会」からの寄付金を活用しながら、春木ひとみさんの努力でここまで続いてきました。昨年からは事務を担当させていただき、利用者と活動者を結びつけ要望に対応することがとても大変なことを知りました。今日まで大きな事故もなくやってきましたが、皆さんに安心して利用いただき、活動いただけるよう一層努力したいと思います。事務費を活動1時間当たり300円いただいておりますが、少し事務費も出るようになりました。今後は、皆様の利用が増えて300円の事務費が減額出来ればと思います。



たすけあいの会では、得意とするお仕事(ホームヘルパー・家事仕事全般・大工仕事・植木剪定・草むしり・網戸の張り替え・等々)で会に参加して頂ける方を募集しています。団塊の世代や子育て中のお母さんの余力を活かして頂くようお願い致します。

## サンサンサロン

TEL 50-7970

### クリスマス会でのビンゴ大会

お風呂気持ち良かったよー。はずむ声でお食事処に入って来られました。

### 忘年会(平群の簡保の宿)

利用者の方、スタッフ総勢 20名

皆さんとご一緒にお茶、ウーロン茶割り、ビールで乾杯。美味しい食事をいただいてとってもにぎやかな食事風景でした。

午後より、カラオケで楽しみゆったりした1日を過ごし思い出に残る忘年会でした。



### クリスマス

みんなで作ったクリスマスツリー、飾り物など前にしてボランティアさんの手造り果物いっぱいのケーキをいただきました。

今年は、利用者の方1名Tさんが入ってこられ、又一段と話題も広がり楽しくなりました。Tさんお得意のアートフラワーのピンクの花も今ではサロンで優しく皆を見守っているかの様です。

萌の里（あづまや）に出向いてコーヒーお茶菓子等よばれ、買い物（バック等）をしてほっとした時間を過ごしました。

平群（道の駅）にも買い物又ドライブで竜田川の紅葉や秋の景色を楽しみました。スタッフTさんの油絵の鑑賞、素晴らしい絵にうっとり、しばしの時を忘れる思いでした。利用者、スタッフの方々の大きなご協力も有り昨年は満足のバザーだと思っています。サロンでお仕事するようになって早や7ヶ月過ぎ、色々な出来事にトライし、楽しいサロン、思い新たに築いて行こうと思います。

前田ヒロミ

今年は、共同募金から助成を頂いています。

## デイサービス あかねの里

TEL31-3536

いつも、笑い声とおしゃべりでにぎやかなデイサービスも、新しい年をむかえました。

玄関には、新年のごあいさつといっしょに、ボランティアの方に教えて頂いた『一陽春来』という言葉を書いてもらいました。

「いろんなことはあるけれど、いつか必ず春が来る」という意味だそうで、私達の、小さかったり大きかったりする悩みや困難も、とりあえず笑ったり、時には泣いたりしながら、必ず来る春を待ちたいと思います。

今年のお正月はびっくりするほど寒く、あかねの里恒例の初詣でに行けませんでした。その代り、双六や書き初め、変な顔の福笑いをしてお正月気分を味わいました。



福笑い



作品

寒くて外に行けない日は、話だけのカニツアー、計画だけの温泉旅行、想像するだけの海外旅行・・・と、デイサービスあかねの里の『夢』だけは大きくふくらんでいきます。「ここで笑ろてるのがいちばんええわ」と、言って下さる言葉を励みに、今年も、職員、頑張ります！！

## 新しい職員紹介

昨年秋から新しい職員が4人増えました!! 紹介します。

松下裕代…………若いけどたくましい三児の母

武末真澄…………グループホームの経験長く小柄だけど頼れる存在

井之上由紀子…見かけによらず(?) 意外な経験があり、話題豊富!

西野恭子…………すらりと華奢だけど~強いかも……

かわりに……

重村政代が事務所に異動になり、

廣岡亜紗美が一月から産休にはいりました。



## サンサン福祉タクシー

TEL 32-3535

最近、通院乗降介助の利用者さんも徐々に増え、忙しい毎日を送っていますが、そんな中でも安全は勿論のこと、余裕をもった介助が出来るようスキルアップに取り組んでいます。

一例は、宮堂ヘルパーが昨年11月に、3種類のガイドヘルパー資格を取得したことです。サンサンハウスでは今年度からヘルパーの養成研修事業を始めていますが、法人内のヘルパーには優待割引受講料を設定して資格取得がし易いようにしました。ご本人の弁では、2級ヘルパーの研修だけでは自信のなかった車椅子介助に自信が持てるようになったとのこと。

2月6日には、今年度3回目のガイドヘルパー研修が開講しますので、法人内の他のヘルパーさんも受講されることと思います。

最近も、大腿骨頸部骨折された方の病院への緊急搬送がありましたが、寝所から衣服着脱して車椅子へ移乗、玄関から道路まで10段の階段を車椅子で移動させて頂き



ました。衣服の着脱時には少し痛いと言われましたが、座位が取れてからは痛みを訴えられることなく安楽な移動が出来たものと思いました。ご家族の安堵の表情を糧にサンサン福祉タクシーは今日も走ります。 濱 正之(管理者・運行管理責任者)

## 高齢者の家「あかねの里」

TEL 31-3536

穏やかでゆるやかな時が流れる「あかねの里」に新年早々嬉しいニュースです。

1月7日朝日新聞に掲載された朝日大和歌壇の09年の年間賞をあかねの井上京子さんが受賞されました。以前にも受賞された経験があるそうですが、年間何千という歌の中でただ1つの歌に選ばれることは本当にすごい一言です。

あかねの里設立当初から入居され、一番年若い井上さんは、ご自身大きな障害がありながらも他の同居者のことを知りつくし、いろいろな心遣いをして下さっています。こんな共同生活の中で、姿勢を崩さず歌の道を究められた努力と苦労は筆舌しがたいことでしょう。この度の受賞は多くの人に勇気と感動を与えています。ほんとうにおめでとうございます。

【評】「ひらさか」は古事記の神話に出てくる黄泉つ平坂

のこと、死者の国の出入り口である。ひとりの死出の旅路はまるで極楽へ旅立つように豪華にしたという願い。古典の知識を下地に、誰でも考える願望を直接的に素直に詠んでいる。(撰者 鈴木正雄氏)

受賞作

「ひらさか」は

蓮台に乗り豪華なる船を仕立てむ

ひとりの旅路

井上京子



### 《訃報》

1月12日夜あかねの里のS様が逝去なさいました。

病院でなく家庭（あかねの里）で最後まで看とってほしいとのご家族の強いご希望で平成18年春からご入居なさいました。

ヘルパーや夕陽ヶ丘診療所の協力でお元気になって下さいました。突然、昨年11月初めから食事も水も受け付けず点滴だけになりました。

穏やかに最後の時間をご親族とも過され12日夜ご家族やヘルパーの見守る中、静かに息を引き取られました。きっと、井上様の歌の蓮台に乗って豪華な船で黄泉の国に旅立たれたたのでしょう。

ご冥福をお祈り申し上げます。

