

# NPO 法人「三郷サンサンハウス」ニュース No.32

2013年をお元気でお迎えのことと思います。

私も孫たちと一緒に賑やかにおせちをいただき、すがすがしい初日の中初詣と久しぶりにのんびりした

正月を迎えました。

ところが、4日の夜から夫が発熱、夫婦そろって風邪をひき 1週間たっても

すっきりせず、歳を感じています。何を食べてもおいしい、少々無理をしても一夜明けると元気に働ける、これがどれだけ有難いことか…。

今年は、元気で明るく健康に暮すことを第一にしたいと思います。

サンサンハウスとしては、「ぶれない」事業運営を追求したいと思います。

昨年暮れの総選挙で「民主党」が大敗。今考えれば当然のこと。政権を担った当時のマニフェストからあれだけぶれることは、許されません。

私たちの事業でも、一つ一つ、守るべき基準を決めておかなければ、責任者や担当者がある時その時の判断で良かれと思って決めたことでも、「ぶれ」がおこります。

NPOでも一企業として利用者や地域の方々や職員の暮らしに責任をもつためには、「ぶれない」事業運営が大事です。

いま、法人あげて経営理念を中心に「経営指針づくり」に取り組んでいますが、同時に、就業規則を始め、研修規程、倫理規程、旅費規程等諸規程の見直しを行い、全ての職員が、これに基づき判断し、矛盾点は修正をしていくなど取り組んでいきます。

今年も、次々に起こる課題を乗り越え前進するため、皆様の変わらぬご支援ご指導をよろしくお願い申し上げます。

理事長 上野 登志子

NPO 法人 三郷サンサンハウス  
理事長 上野 登志子  
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  
2013. 2. 1



## 三郷サンサンハウスの3つの理念

- ① 住み慣れたまちで暮らしてつづけるために必要支援を幅広くして行きます。
- 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。



## 身体重心道

日本で唯一「重心姿勢をデザインしたデイサービス施設」としてスタートして早くも7ヶ月が経ちました。毎回姿勢を測定、分析することで意識が変化し、日常生活の何気ない動作に大きく変化が表れてきています。また、姿勢が改善してきているご利用者には笑顔が戻り心の変化を強く感じられます。正しい姿勢を意識することは心身共に健康にすること。人を美しくすること。人を明るくすること。思いやりあふれること。笑顔いっぱいになること。… いろんなことを「正しい姿勢は」私達に教えてくれます。

「リハビリデイサービスくるみ」にご来場頂いた方には、必ず正しい姿勢のお話をしています。その時に気づいたのは「正しい姿勢」を「気をつけ姿勢」と勘違いされている方が大変多いことです。

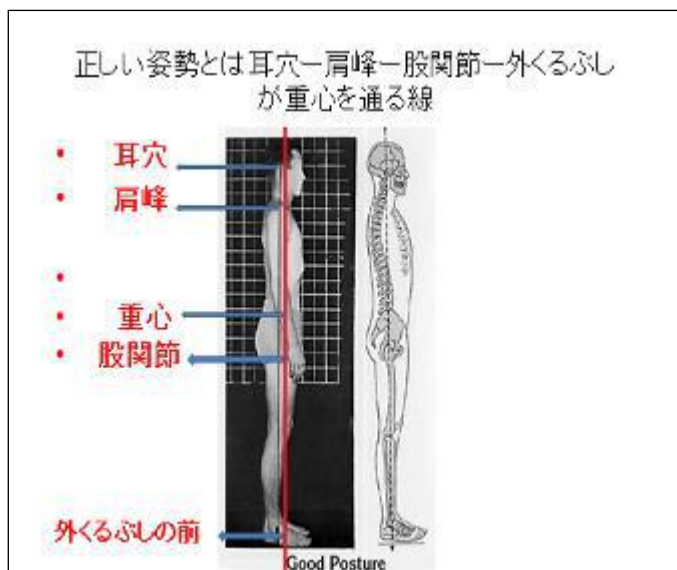
### 正しい姿勢とは何なのか。

「リハビリデイサービスくるみ」～身体重心道～が目指す姿勢は「気をつけ」の力入った姿勢ではなく、重心線が耳穴―肩峰―股関節―外くる

ぶしを一直線に通ります。また膝にゆとりをもちピンと伸ばしきらない特徴があります。

この姿勢に近づいてくると身体に負担がなく、疲れにくくなり、日常動作も動きやすくなります。また、歩行でのつまずきも軽減されます。

10月からは一般の方向けのプログラムも始まり、ご高齢の方だけではなく、地域の一般の方にも姿勢を通じた新しいコミュニケーションの場としてご利用



用いただけるようになりました。

自分の姿勢が気になる方は、気軽に「リハビリデイサービスくるみ」にお越しください。スタッフ一同みなさまにお会いできるのを楽しみにお待ちしております。

機能訓練士 石黒 克樹



## 萌の里の実践から学んだこと

内藤 智子



私は3年前、萌の里の職員として働いていました。

萌の里での実践を通して、たくさんの利用者の方々とご家族、地域の方々と出会い、様々な気づきや学びを得ることができました。

現在は、大学院で社会福祉学を専攻し地域福祉の視点から小規模多機能ホームの実践について研究しています。

萌の里で働いていた当時は、地域への積極的な働きかけがなぜ必要なのか、なんとなく理解はしていたものの、実際に自分が行う日々の実践において、明確な意味を見出すことはできていませんでした。しかし、大学院での学びを通して、それらの実践が、利用者の方々のご家族のみならず、地域住民の方々にとっても、たいへん意味のあるものであることが明らかになり、それらの実践の意義を見出すことができました。萌の里が展開している、地域住民の方々とのよりよい関係性を築いていくための働きかけが、利用者の方々やご家族の地域での生活を支えることにつながっていることはもちろん、同時に、地域住民の方々に対しても様々な影響を与える取り組みであることが明らかになったのです。

萌の里のクリスマス風景



人と人とのつながり、地域とのつながりの希薄化が進む現代社会において、萌の里の積極的な地域への働きかけが、生活に困難を抱えるお年寄りやその介護を担う家族を新たに発見していくことにつながりうる実践であり、今後の地域福祉においても大きな役割を果たしていくと考えられます。現行の介護保険制度では小規模多機能ホームの実践を通して、地域への具体的な働きかけが実現しているような地域福祉実践こそ、より社会的に評価されるべきではないでしょうか。人々の「地域生活」の継続に大きな役割を担う小規模多機能ホームの実践は、今後も理論的な検討が必要であり、私はこれらを自身の残された課題として、引き続き研究を進めていきたいと考えています。

現場を離れたからこそ、気づいたこと、改めて学ぶことができたことがたくさんあります。ご協力いただいた職員の方々、ご家族、地域のみなさん、いつも快く笑顔で迎えてくださる利用者のみなさんに心から感謝申し上げます。

本当にありがとうございました。



## デイサービス「あかねの里」



☎31-3536☆



明けましておめでとうございます。

寒さも厳しくなって、外に出る事もいやなような・・・季節になりました。

あかねの里も、秋に紅葉を見に信貴山へドライブに出掛けたときには、「こんな景色もいいね。」と喜んでくださり、私達職員も嬉しく気分転換にもなりました。皆さんのとてもいい笑顔と笑い声が車中にひろがっていました。



クリスマスには、あかねの里恒例のくつ下のプレゼントをサンタに扮した職員が皆さん一人一人に手渡し、クリスマス気分が盛り上がりました。

お正月の福笑いでは、老眼鏡に紙で目隠しをし、その紙にマジックで目のイラストを描き、それを着けた姿が笑いを誘いました。

これからが冬本番、ますます寒くなってきますので体調に気を付け、皆さんのたくさんの笑顔に出会えるようがんばります。

松下裕代



ボランティアさん募集

## 高齢者の家「あかねの里」

☆☎31-3536☆

昨年末にK様が自室で転倒されて緊急入院をされたため、全員揃ってとはいきませんでした。2階のリビングの大窓から信貴山を眺めながら、穏やかな元旦を迎えました。

年頭に当たりご家族よりお便りをいただきましたので、紹介させていただきます。

今年3月で88歳になる母が、あかねの里に入居させて頂いたのは去年のゴールデンウィークの頃です。体調が優れない時にもかかわらず快く迎えて下さった時の事、感謝しております。

週1回の萌の里のデイサービス、週2回のリハビリ歩行訓練、月2回の訪問診療など、皆様の温かい支援、励ましの言葉など嬉しく思っております。楽しい会話の中、母も少しずつ元気を取り戻している様に感じます。

あかねの里のリビングの額の『尊厳・自立・共生』の理念の通り、介護士の方々、入居者の人達とも仲良く、体調の良い時はいつもリビングに出て、話を聞いてもらっている様子です。

気候のいい時には、いろんな場所にレクリエーションに連れて頂き「楽しかった」と云ってくれる母の顔を見るのが、私にとって一番嬉しい時です。

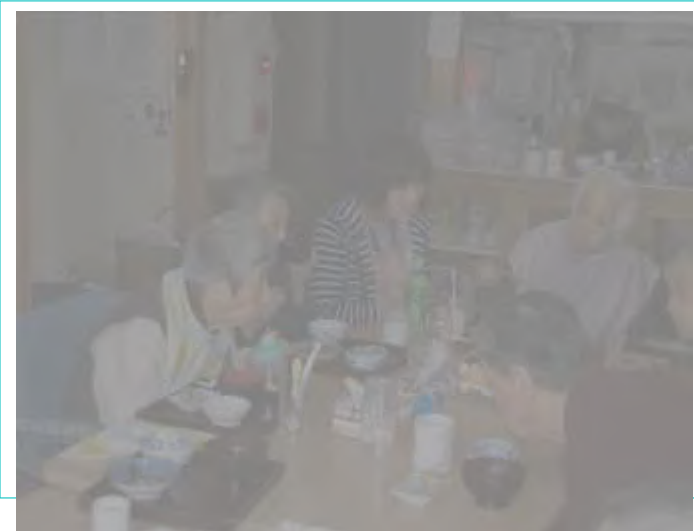
これからも、少しでも多く元気な顔が見られる事を祈りながら、日々、時間を見つけて笑顔を見にあかねの里へ出かけようと思っております。



私達も、より多く笑顔でいて頂けるよう、また「楽しかった」と言ってもらえるよう、

日々の生活の中で共有できる時間を、ご家族共々大切にしていきたいと思っております。

春木 ひとみ



## 居宅介護支援事業所

☆☎32-3535☆

わたしが居宅介護支援の仕事をして頂いてから、1年6ヶ月たちます。支援の連絡がはいいり、お話を聞かせて頂いて、「その方の求めているらっしゃる事が

何か」「介護保険でのプランは何を選択すれば一番良い結果につながるか」思案し、必要あれば三郷町や奈良県に相談し、ケアプランを作っています。その後、利用者サービスを利用頂くというのが私の仕事です。周りから見ると、何をしているかわからない私も、書類作成に追われることが多く1ヶ月があっという間に過ぎていきます。

介護支援専門員の研修修了者は全国で延54万人。そのうち、11万人が現役で仕事に就いているそうです。私もこの中に入れて頂いているのを、自覚しなければなりません…

やる気のみで飛び込んだこの仕事を続けてこられたのも、心優しい利用者様のおかげです。「あなたのお陰で楽しく過ごさせて貰ってるわ」と一人でも多くの利用者様に言って頂けるよう頑張りますのでよろしくお願いいたします。

ケアマネジャー 才原 廣子

## サンサンサロン

☆☎32-3535☆

新年を迎え、サロンの利用者さんがいつも通り元気な姿を見せて下さいました。ひとしきり、休みの間の出来事や近況報告に花が咲き、笑いにつつまれます。そして始まる小物作り。いつもの光景です。新しい方2名も加わり、利用者さんの年齢も80代90代になり、今まで簡単に出来ていた事も出来にくくなる・・・そんな利用者さんに喜んでもらえるように、ボランティアさんの協力を得て、催事などを考えていきたいと思ひます。



サンサン体操は、現在6名で、脳の活性化をはかり、色々なゲームで介護予防に努めています。最初は出来なかった動作も、今ではバッチリ！です。間違っても笑いに変えて、和気あいあいと2時間を過ごしています。

今年もたくさんのボランティアさんの協力を得て「サロンは、楽しい」と言ってもらえるように頑張っています。  
柳 美保

### 参加者募集



一日体験実施中！

お気軽にお越しください。

手 芸・・月・木

ヘルパーズ・サンサン  
サンサン体操・・火



**32-3535**☆2月から障害者自立支援法による居宅介護支援、

**重度訪問介護事業をはじめます。**

かねてから実施したいと思っていた障害福祉事業を始めようと決心したのは、昨年6月より訪問させていただいているH様との出会いがあったからです。

H様は筋委縮性側索硬化症（ALS）という難病の疾病があり、両手足と言語に障害があります。朝昼夕の食事はもちろん、排泄、移動、入浴、就寝など生活のすべてに介助が必要で、たくさんの事業所のヘルパーが交替で訪問をしています。介護保険での訪問は限度額が決まっているため、障害福祉の訪問と組み合わせ過ぎておられます。

ご本人をはじめご家族、介護保険・障害福祉の介護スタッフ、医療スタッフが連携し、自宅で生活を続けたいという思いを支えています。H様も毎日を前向きにご自分の生活を楽しんでおられます。H様のように、疾病や障害があり介護保険のサービスだけでは生活ができず、困っておられる方がたくさんおられると思います。サービスの利用方法など、詳しくは、こちらまでご相談ください。

24時間365日を、誰もが自宅で安心して暮らしていくために、これからも私たちにできることを考えていきたいと思ひます。

重松 知子

**サンサン福祉タクシー**

☆☎**32-3535**☆

寒い季節になりましたが、皆様お元気にお過ごしですか？

三郷サンサンハウス福祉タクシーは、介護保険の通院だけでなく、買物やお出かけに使っていただける介護保険外のタクシーも運行しています。

ご利用には事前の予約が必要ですが、タクシー券も利用できますので、ぜひご活用ください。

お電話お待ちしております。

重松 知子



**たすけあいの会**

☆☎**32-3535**☆

買物や通院等の際、歩行が不安、重たい荷物が持てない等一人での外出が不安な方の外出付添や、介護保険外での掃除、庭の草むしりや剪定などを主体に活動しています。毎日の生活でお困りのことがあれば、ご相談ください。



介護保険サービスと同様に、自立し安心、安全に充実した生活を継続していくためのたすけあいの会として、活動していきたいと思います。

活動者も大募集中です！空いている時間に活動しませんか？

ご協力よろしくをお願いします。

重松 知子