

# NPO法人「三郷サンサンハウス」ニュース No.35

成人式も終わり、新成人の出発です。私たちも負けずに元気に2014年を出発したいと思います。

とは言え、介護の世界は景気回復より消費税アップと年金カット、介護保険の改悪で介護保険から要支援しめだし、利用料の2割負担など…元気になる材料が少ないですが、皆さんの笑顔第一で出発です。

サンサンハウスでは職員のレベルアップをめざして研修を重ねていますが、一人一人の職員の気づき、自主的判断力と行動力がまだまだ育っていません。

新しい職員も、サンサンハウスの10年の歴史の中で培った力を自分のものにし成長することが事業発展に不可欠です。

今年は管理職員はじめ全職員が初心に帰り、自主的職員への成長を課題にします。

サンサンハウスのご利用者やご家族、地域の方々、ボランティアの皆さん方の声をお寄せいただき学んでいきたいと思ひます。

また認定NPO取得に向けて努力してまいりますので、ご協力お願い申し上げます。  
今年もよろしくお願ひ申し上げます。

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  
発行日 2014. 1. 25



## 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。

## ヘルパーステーション

★☎32-3535★

厳しい寒さが続きますが、いかがお過ごしでしょうか？私たちヘルパーは、計画に基づき定期的にご自宅に訪問させていただいています。

サンサンハウスヘルパーステーションでは、お一人のご利用者に数名のヘルパーが交代で訪問をさせていただいているので、チームの情報共有がとても大切です。特記事項にはその日の気づきを記入し、次の訪問へ引き継いでいます。



また、体調の変化がある、いつもと様子が違うなど、ヘルパーから報告があった場合は、サービス提供責任者がすぐに状況を確認し、必要時にはケアマネやご家族、在宅医へ連絡をとれるようにしています。少しの変化もいち早く感じ取ることができる力をつけ、いつまでもお元気に、安心してご自宅で生活をしていただくための支援ができればと思っています。

管理者 重松 知子

## 居宅介護支援事業所

★☎32-3535★

私が、サンサンハウスでケアマネをさせて頂いて2年半になります。最近こんな私のところに、寄せていただいた相談の中から、三例のお話を紹介させていただきます。

- ◎家で転倒した親のことです、幸い骨折はしていなかったんだけど、トイレとお風呂場を間違ってみたり、おかしい事が続くんです。
- ◎年寄り二人暮らしなんだけど、母が異常に歯が痛いと言うので病院に行って受診しても、どこも悪くなくて原因もわからず、今は鬱の状態になっている。
- ◎一人暮らしで頑張ってきたけれど、息子が帰って来て家のことをやってもらっていたら、本人は何もせず、出来なくなり…心配した娘が電話して話しても、朦朧とした受け答えで話が出来ず後日に再び電話したら、いつもの状態に戻っていた

本人さんにとっては切実な問題です。私共の所に相談に来て下さいました。解決策の見つからない事もありますが、色々な方に相談できる所です。ここには多くの情報がありますから、具体的な対応策を考え付くこともあります。自分一人で悩まず相談して下さいれば楽になり、良い方法が見つかるかも知れません。

ご本人や、家族に少しでも元気になって頂きたいのです。

ちなみに、上記の相談は、家族が定期的に話を聞いてあげることで解決したり、9件目の歯医者さんでやっと解決したり。ご本人に合ったディサービスに行かれることで、元気になられたりしました。

どうぞ、皆さん一人で抱え込まないで、相談にお越しください。

ケアマネジャー 才原 廣子

## 小規模多機能ホーム「萌の里」

★☎33-3555★

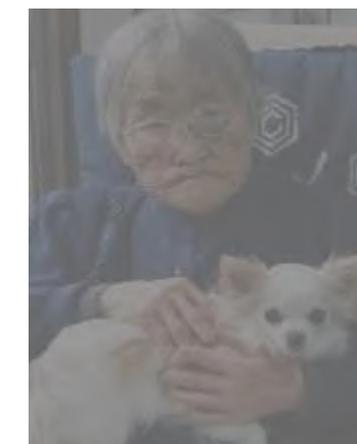
こちらで働かせていただき、1年5ヵ月程たちました。この時間がとても短く、あっという間に過ぎた気がします。資格も取らせていただき、私の今までの生活や時間には経験できなかった色々なことを学び、体験させていただいています。

介護のプロとして働くにはまだまだ経験も少なく、逆にご利用者の方々から沢山のことを教えていただき、助けていただいたり、思い出させていただいたりしています。

夕暮れ時に、送迎しながら、大きな声で赤とんぼを歌ったり、ウトウトされている横に座ってそっと横顔をのぞいたり、トイレ介助の際あったかい大きなおなかに手をあてていると、好きだった母や祖母を思い出します。母や祖母に出来なかったことを、私はこの場をお借りしてさせてもらっているのかなとも思います。私が元気がない時には、「大丈夫。なんとかなるよ」とあたたかく声をかけて下さる方、「あなた、温かい

手をしてるネー」と、私の手をギューっと握って下さる細い冷たい手がいつもいつも私を支えてあたたかい気持ちにしてくださいませ。

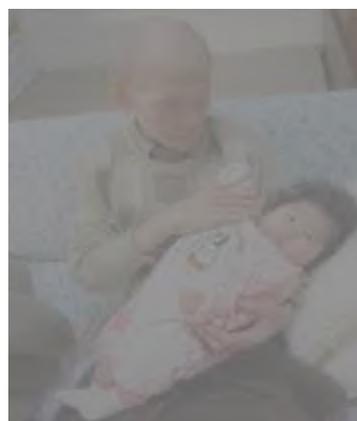
何人かの方とのお別れもあり、明日にはもう会えないという事もあるかもしれないと思うようにもなりました。



百歳になられた冬子さん

一日一日大切に丁寧にお手伝いしていけたらと思います。

萌の里 介護士 谷口 淳子



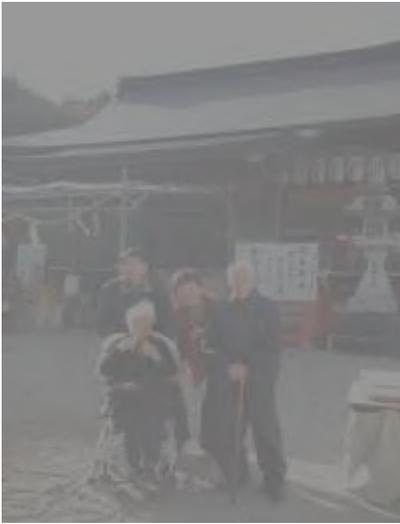
スタッフの赤ちゃん



七五三参りの準備を萌で

## デイサービスあかねの里

★☎31-3536



ちょっと…、いやかなり寂しくなっている「あかねの里」ですが、今年のお正月は、久しぶりに龍田大社に初詣に行くことができました。

皆さん何をお願いされたか教えてもらえませんが、今年も良い年になるといいですね。

スタッフは、もちろん！デイサービスが賑やかになることをお願いしてくれたと、思っています。

秋から年末にかけてのあかねの里の恒例行事になっている、スカイラインのドライブや、毎回誰がサンタになるかもめるクリスマス会（この頃は還暦の職員が担当…赤い服を着るので？）も、今年は

デイサービスの行事というより、家族の催しのように楽しみました。

定員10人のデイサービスが、スタッフも併せて5～6人では成り立たないのは充分理解しながら、今来て頂いている皆さんと素敵な時間を作るのが、デイサービスあかねの里の「今」の仕事！と頑張ろうと思います。

でも、もう少し、賑やかになりたいです！！

岡田 登志



## たすけあいの会

★☎32-3535★

名前のとおり、会員同士お互い様の助け合いで運営をしています。

いつもは自分でできることでも、体調の悪いときや、病後、産後など、ちょっとしんどいな、と思う時があるかと思います。必要時のみの調理や買い物などの家事支援に、どうぞご利用ください。また、空いている時間は、ぜひ活動をお願い致します。困ったときは頼りになる、助けたり、助けられたり、活発な活動ができるような会を目指しています。

重松 知子

## 福祉タクシー

★☎32-3535★

昨年の12月に奈良県の指定許可をとり、障害福祉サービスの通院等乗降介助をスタートしました。障害のある方に、ヘルパーの運転する車への乗り降りの介助と病院

等への送迎が利用していただけます。介護保険のタクシー同様、料金は片道 100 単位と運賃（5分ごとに200円）です。

障害の認定を受けている方でも、利用には市町村の支給決定が必要です。本人の希望とサービスの必要性を判定し決定されます。詳しくはお住まいの市町村へご相談ください。これからも、便利で、安全に、安心してご乗車していただけるようがんばります。

管理者 重松 知子

## 高齢者の家あかねの里

★☎31-3536★

穏やかな元旦の朝、みなさん揃っておせち料理とお雑煮、お屠蘇でささやかなお祝いをしました。年頭にあたりみなさんから一言ずつお言葉を頂きました。

Hさん…本当なら戦争で23歳で死んでいる命をこの年（95歳）まで生きてこれて、ありがたいです。ここにおけるのは兄弟のようなものだから、これからもみんな仲良くいきましょう。

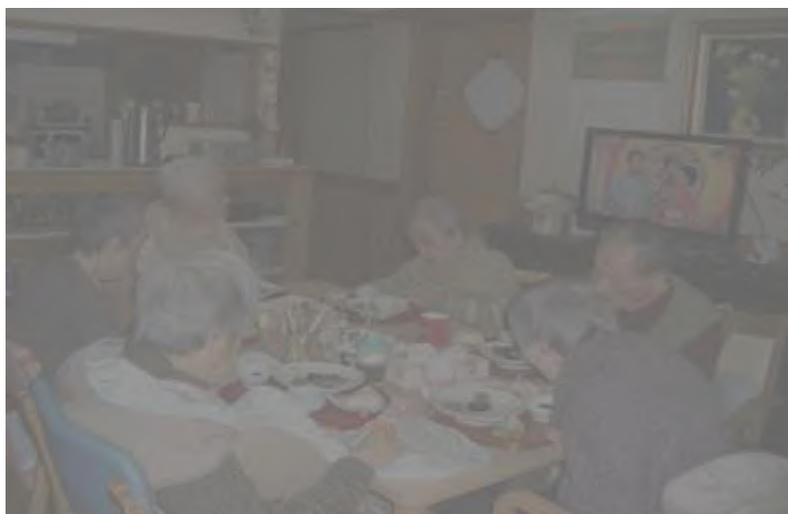
Mさん…ここにいたら極楽です。あんじょうしてもろて嬉しいです。

Tさん…自分のすることに自信がもてるようになりました。

Kさん…何も無い。（去年のお正月は骨折のため、病院に入院されていたので、今年は元気にあかねでお正月を迎えてくださいました）

Nさん…わからん（あかねの人気者。今年のご自分の足でしっかり立つことを目標にしています）

Yさん…みんな仲ように、長生きしような。（自分に）できることはさせてもらいます。でもできることあらへん…笑



泣いたり笑ったり、けんかしたり慰めあったりしながら六人六様の生活を大事にし、平凡ながら笑いの絶えない居場所でありたいと思っています。

みなさん、よろしく  
願います。

春木 ひとみ

## ～身体重心道～

平成25年6月から運動トレーナーとしてくるみに勤務している中田智子(旧姓岡田)です。

介護の経験はなかったのですが、このような仕事をしてみたいと以前から考えていました。採用されてから初めて体験する介護の奥深さと、温かいご利用者とのふれあいに感動し、あっという間にこの仕事が好きになっていました。

くるみでは姿勢を毎回撮影して分析し、姿勢において専門職からのアドバイスをもらって、意識して運動をしていきます。運動トレーナーとして運動のリードを取るだけでなく、ご利用者と一緒に楽しく話し冗談を言って笑いあう場面が多く、こんな時間がとても大切だと思っています。人生の先輩であるご利用者からはお料理の仕方や昔のことなどを教えていただき、本当にさまざまなことを学ばせていただいています。

皆さんがいつも笑顔でいられるよう、安定した日常生活が送れるよう、くるみでは幾度となく話し合いを重ねています。仲が良いただけではなくスタッフがー丸となって作り上げていくところにやりがいを感じています。自分自身も運動トレーナーとしてしっかり成長し、少しでもお役に立てたらと思っています。これからもよろしくお願いします。

運動トレーナー 中田 智子

新しい人との出会いはくるみを一段と生き活きさせてくれます。

人と出会えることで今までの関係にも、新たな気づきや幸せを運んでくれます。皆様との出会いに、そして皆様と出会えたくるみという空間があることに感謝します。 管理者 岡本 真弓

長生きや  
くるみの人と  
初詣で  
永淵 昭吾様



スタッフは自主的に研修や勉強会を行っています。

## サンサンサロン

★☎32-3535★

サロンは、12月に三郷北小学校の放課後児童クラブ（学童保育）を訪問しました。この日の為に利用者さん達はティッシュ入れと長靴のキーホルダーを手作りしてプレゼントしました。「喜んでくれるかな～」と不安でしたが、とても喜んでくれて「ありがとう」といってくると、みんなの顔がほころびニコニコでした。生徒さん達から、手作りの祝箸を頂き、お正月に使わせて頂きました。

そして後日、お礼の手紙が届き1通1通読みながら、「こんなに喜んでくれるなんてね～」と感激しました。頂いたお手紙を紹介させていただきます。

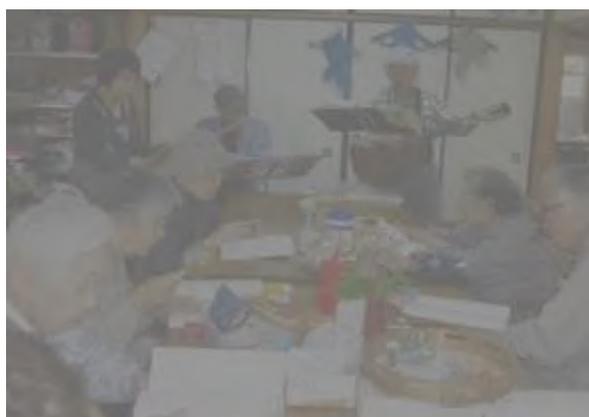
★昨日は学童に来てくださってありがとうございました。私は昨日くださったティッシュ入れやキーホルダーをさっそく使っています。キーホルダーはランドセルにつけています。ティッシュ入れは学校用のティッシュにしています。

★おばあちゃんへ プレゼントありがとうございました。うれしかったです。

★おばあちゃんへ またいっしょにあそぼう。 またきてね。

その他にも心温まるお手紙ありがとうございました。

毎週火曜日のサンサン体操は思わず笑いが溢れるゲームです。間違ったら可笑しくて出来たら嬉しい。皆で自然に大笑いし、脳活性化や笑いの効用で認知症予防につながります。イキイキと楽しい生活ができるように頭を働かせて2時間を過ごしています。1日体験実施中です。ぜひお試しください。 柳 美保



### 参加者募集！

### 1日体験実施中

◆手芸・・・月・木 10時～3時

◆サンサン体操・・・火 10時～12時

### ◆ボランティアさん募集中

利用者さんの話し相手や小物づくりのお手伝いをして下さる方大歓迎です。

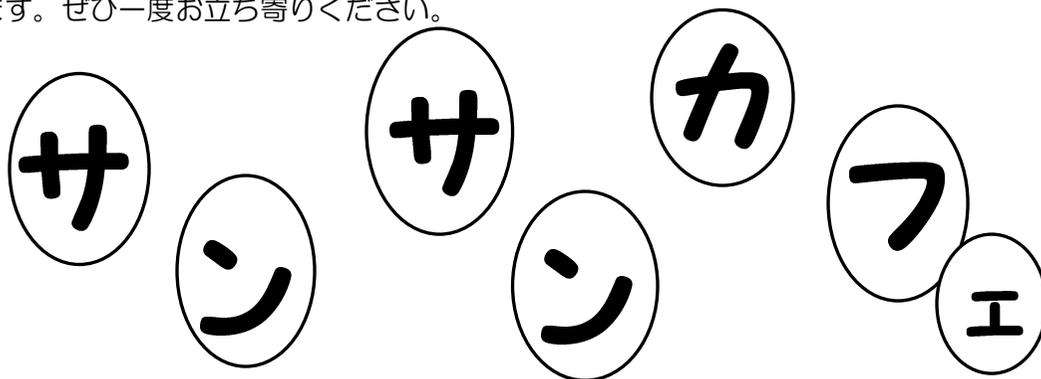
## 地域交流支援

★☎32-3535★

11月3日から地域の方が気軽に集える場所としてカフェをスタートしました。カフェに来られた方の中には、偶然お会いしたかたもおられ、月一回のカフェを楽しみに来てくださることに、大変嬉しく思っています。

毎月第1日曜日デイサービスセンターくるみでおこなっています。

また、くるみの「玄関フロアー」で、東北のお菓子、地域産のお茶等を販売しています。ぜひ一度お立ち寄りください。



お気軽に

お立ち寄りください (200円)



開催日 2014年2月2日 (日)

時間 午後1時半～4時

場所 三郷サンサンハウス

リハビリデイ「くるみ」

東信貴ヶ丘1丁目2-27

TEL 32-3535