

NPO 法人「三郷サンサンハウス」ニュース No.38

年頭に当たり、これまで地域の皆様やボランティアでご支援くださっている皆様に感謝申し上げます。今年もより一層のご援助・ご指導をお願い申し上げます。

この1年間、私事でサンサンハウスの仕事を手抜きし申し訳ありませんでした。幸い、管理職員はじめ職員さんたちがそれを補ってあまりある働きをしてくださいました。これは、サンサンハウスの将来を切り開く力として心強く思っています。



昨年は全国あちこちに大きな災害が起こりましたが、今年は穏やかな年であることを願っています。

2015年度から介護報酬を平均2.27%引き下げる方向が打ち出されました。介護保険事業所の主な収入である介護報酬は職員の給与にほとんど使われます。一般企業と比べて低賃金の中、ご利用者の喜びややり甲斐に支えられ、献身的に働いているのが介護事業に従事する職員の実態です。

サンサンハウスの職員は定着率が高いとの評価をいただいておりますが、それでも人手不足で、職員募集をしてもなかなかというのが実態です。人手不足、採算が合わない現状で障害や介護が大変な利用者を敬遠する事業者が増えているのもうなずけます。

人はどんな状況でも、人間としての尊厳を大切にされ、命を全うできなければなりません。私の夫の様に意思表示できない者でも、快いとき、明るい優しい声や慣れ親しんだ声に嬉しそうな反応を示します。不安や苦痛をもった方々の心を和らげる力を持った介護者が必要です。文化の高い国とは障害、高齢、貧困などハンディをもった人が大切にされる国だと思います。それには、その人たちを看護・介護・支援する人たちが大切にされなければなりません。日本が本当に文化の高い国になることを心から願い、皆様とご一緒にそのような国、地域づくりにお役に立てるよう、微力ながら力を尽くすことを今年の目標にしたいと思っています。

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
三郷町東信貴ケ丘 1-2-27
三郷町東信貴ケ丘 1-5-12
Tel/0745-32-3535
Fax/0745-32-3519
発行日 2015.2.1



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。



居宅介護支援事業所

★☎32-3535★

居宅介護支援事業所のケアマネージャーが3名になりました。

昨年7月から、川島星子ケアマネが加わり頑張っています。今はまだヘルパーの仕事がメインですが、慣れてこられてケアマネの仕事も軌道に乗っています。

「介護保険の手続きはどうするの?」「どんなサービスがあるの?」「何をしてもらえるの?」等々。どんな事でも私達にご相談下さい。

真心こめて皆様の困りごとにお応え致します。

中川 香代子



昨年夏よりヘルパーの仕事に加えてケアマネの仕事もさせていただいています。

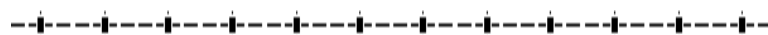
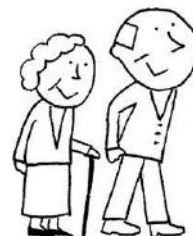
利用者さんお一人お一人のケアプランについて、経験豊富な先輩方に丁寧に指導していただきながら書類作成や事務手続き等を進めていますが、初心者の私にとって、とても心強く恵まれた環境です。



今、私が担当している利用者さんは、皆さん一人暮らしで、月に数回お宅に訪問し、色々なお話を伺っています。時には利用者さんの要望に対して、介護保険の範囲内では応えられない事もあり、お応えできない理由を説明させていただいても、「何ででへんの？」と利用者さんががっかりさせてしまう場面もあります。納得していただけないまま、あまり長居もできず、おいとまします。そして後日、モヤモヤした気持ちのまま再訪問しますが、皆さん笑顔で私を迎えてくださいます。何気ない会話をするうちに、「いつも無理を言うてすまんなあ。」との一言をいただきます。「しゃあないなあ。」と自然に折り合いをつけてくださる時、介護保険外の事だからと、通り一辺倒のこたしか言えなかった自分の未熟さを反省させられます。

四国の86歳と78歳の両親は、いつも口癖のように「しんどいけど二人で補い合ってなんとかやっていける。」と言います。私の両親と同じくらいの年齢の皆さんが、お一人で生活面の困りごとや体調面の不安を抱えながら頑張らなければならないことを思うと、その困り事や不安をしっかりと受け止め、それらを一つでも取り除いていけるようなお手伝いをしていかなければと思います。

これからもこのような人生の先輩との出会いを大切にさせていただきながら、ケアマネジャーとしての経験を一つ一つ積んでいけたらなあと思っています。



川島 星子

小規模多機能ホーム「萌の里」

★☎33-3555★

気が付けば傘寿

三室 加藤 恭子

一昨年まで元気印で過ごしてきた自分が信じられませんでした。(四年間の一人暮らしの生活も軌道に乗った矢先の出来事です)

突然、身体に異変が起こり、毎朝時間をかけなければ一人で起き上がることが出来ない連日が約二ヶ月間。我慢し続け

ましたが限界に達し、自分自身で萌の里(小規模多機能ホーム)へ「たすけて」と助けを求めました。よもや介護保険の利用者になろうとは夢にも思わぬことでした。審査専門の方に、我慢することはだめと強くお叱りを受けました。十分反省をすると同時に声を大にして皆様に私の経験をお伝えしたい思いです。みんな保険料も払っているのだから、恥ずかしいとかではなく、必要な制度は使った方がいいです。もっと関心を持って知っておいた方がいいと思います。

今では、お蔭さまで生活に事欠かない日々に戻りつつあります。更新申請の結果、要支援1になりました(以前は介護度1)半年ほどは制度を使わずに生活を送っていましたが、認定を受けていると三郷町のやっ



もちつき大会

ている介護予防の体操に参加出来ないことを知りました。ゆえに、サンサンハウスのくるみでリハビリを受けています。しばらくは続けて行きたいと思えます。

私は、閉じこもっていないで、どんどん外に出かけて行けば人との交流が持て、一方通行ではいけないと心掛けています。だから、木曜喫茶や、すこやかにリハビリ体操を三室の地域の人たちと開催しています。また、グランドゴルフ（週に2～3回）、和らぎの会、他に趣味のお稽古等に参加することを大事にしています。残りの人生、全てのことに感謝をして生きていきます。



ぬか床は任して！



久しぶりの墓参り

.....♪
No.36 号のサンサンニュー

スでご紹介したAさん（加藤恭子さん）に寄稿をお願いしました。

萌の里が加藤さんを支えたのはわずか3か月ほどでしたが、加藤さんにとって絶対に必要な期間でした。徐々に自分の生活を取り戻されるころ、もう大丈夫ですね！と、介護保険サービスを中止いたしました。今は、少しでも元の身体に近づけられるようにと介護予防サービスでリハビリデイくるみに通い出

されています。今の自分に必要なことを自分で選んで生きて行かれています。それには選べる事には何があるのかを知っていなくてはなりません。どんどんサンサンハウスに聞いてもらえたらと思います。

萌の里 藤 美和子

高齢者の家あかねの里

★☎31-3536★



元旦から雪が舞う2015年の幕開けとなりましたが、共同住宅の入居者の方々は、風を引くこともなく元気に新年を迎えられました。昨年11月に入居されたMさんも、あかねでの初めてのお正月を穏やかに過ごされていました。

年頭に当たり M さんのご家族からお便りをいただきました。

「高齢者の家あかねの里」で、昨年11月よりお世話になっておりますMの家族です。

あかねの里に入居させて頂くまでは、長年にわたりデイサービスで「萌の里」等NPO法人「三郷サンサンハウス」の関係者の皆様に大変お世話になっておりました。(今もですが...)あらためて心よりお礼申し上げます。

1974年に大阪市阿倍野区から東信貴ヶ丘に転居させて頂いてから40年の歳月が流れました。私も大学生以降、東信貴ヶ丘で過ごさせて頂きました。しっかりしていた母親もよる年並みには勝てず、徐々に日常生活に支障をきたし始めました。

その頃から、NPO法人「三郷サンサンハウス」のお世話になり、萌の里、あかねの里のスタッフの皆様には本当に心温まる介護をして頂いております。本当に有り難うございます。

数年前に私が本拠を大阪に移した際、母も共に過ごせるように準備をしたのですが、母親が環境の変化になじめず、徘徊による迷子の可能性や認知症の急激な悪化を招く可能性がでてきたため、やむなく母親を東信貴ヶ丘に戻しました。

東信貴ヶ丘に戻った母親は、家の周りの状況は忘れておらず、迷子の可能性がほとんど無くなる

同時に、サンサンハウスの介護スタッフの皆様のご助力により、不自由のない生活を送らせて頂くことができました。

万一の場合に備え、GPS 機能付きの携帯を持たせたりしましたが、何事もなく平穏な日々を過ごさせて頂きました。その間、ピクニックやお泊まり会、誕生日会、クリスマス会、新年会と色々な行事にも参加させて頂き、心より感謝いたしております。



母親がスタッフの皆様と本当に仲良くなり、スムーズに「あかねの里」に入居させて頂きました。自宅から近いこともあり、本当に良い介護状況をずっと保って頂いております。感謝申し上げます。

昨今、介護の問題が大きくクローズアップされておりますが、私は、国の巨艦方式から地域密着型への介護の方針転換は、それなりに意義があり、大きな成果を上げていると思っております。おかげで私の母親がその恩恵に浴して、安穏な日々を送らせて頂いたと考えております。

両親が終の棲家として選んだ地で、徐々に記憶は薄れながらもその思いを遂げられることは、本人にとっては最高の喜びではないかと感じております。それは、「あかねの里」で見せる母親の安心しきった笑顔にあらわれております。



かわいい訪問者

母親は以前小学校の教師をしており、終戦後の何もない時代に小学校の一年生から六年生まで持ち上がった生徒さんがおります。(よく考えると多感な時代を家族よりも長い時間過ごしたかもしれません。) そのため、その生徒様からは今も誕生日の花束が届きます。

人間の縁というものの大切さを感じております。サンサンハウスの皆様方ともご縁を頂き母親が安心、安全な老後を送らせて頂いております。有り難うございます。これからもよろしくお願い申し上げます。

最後に、国の政策の狭間に揺れながら重労働の環境にもかかわらず親切に介護をして頂いている皆様方全員の待遇が改善されることを心より願っております。



嬉しいお便りありがとうございました。Mさんはじめ入居されている皆さんに安全で安心して過ごしていただけるよう、また素敵な笑顔が多く見られますように、今年もせいっぱい頑張ります。

春木 ひとみ

福祉タクシー

★☎32-3535★

春の陽気が待ち遠しい今日この頃、いかがお過ごしですか？

サンサン福祉タクシーでは、介護保険でも保険外でも、三郷町・平群町・斑鳩町・王寺町の各種タクシー券をご利用いただけます。有効期間が3月31日までとなっています。お手元にありましたら、通院や買物、おでかけにはまだ少し寒いですがドライブなどにもぜひご利用ください。

介護保険、および障害福祉のタクシーでは、車椅子のまま乗車できる車があります。乗降の介助だけではなく、ベッドからの移乗や車までの移動も行っています。また、通院等で必要な場合は車椅子の貸し出しもしています。安全に階段の介助ができるように、ガイドヘルパーの講習を受けたり、研修を行うなど、職員一同勉強に励んでいます。安全にご乗車いただくことを第一に、快適でほっとしていただけるような空間を共有できるように心掛けています。お気づきのことがあれば、遠慮なくお申し付けください。

重松 知子



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

風が強く吹いたり、雪が降ったり、そうかと思えばこの季節にしては暖かい日があったりと、お天気の差が大きい年末年始でしたが、あかねの里は、皆さんお変わりなく2015年をスタートしました。

昨年12月には、年末恒例になったクリスマス会をしました。

皆さんとキラキラの三角帽子を被り、鈴を鳴らして歌をうたったり、ボランティアさんが、クリスマス会用に手作りして下さったお菓子をいただいたりしました。おわりにはささやかなプレゼントも受け取って頂き、皆さんが笑顔で参加して下さいました様子を見ながら、楽しんで頂けたかなと感じています。



ボランティアさんと一緒にクリスマス

今年も、あかねの里は、色々な事で皆さんに楽しんで頂くのはもちろん、おいしいお茶を飲みながら笑顔でゆっくり過ごす穏やかな時間を大切にしていきたいと思えます。

2015年も、昨年以上に皆さんの笑顔が咲き、笑い声が響き渡るようなデイサービスあかねの里になるよう、スタッフ一同頑張ります。

田代 恵



リハビリデイサービスくるみ

★☎32-3535★

くるみではリハビリ特化型デイとして機能訓練を行っています。

様々な困難を抱えておられる方も、姿勢分析のなかでご自身の課題を理解し、グループで行う運動を通して正しい「重心姿勢」を意識して頂いています。

重心姿勢が変わったことがわかると気持ちが変わり、気持ちが変わると体を動かしたくなり、身体を動かすと体が温まり、体が温まると血行が良くなり、血行が良くなると体が軽くなり、むくみの改善や手足の冷えが和らぎ、身体が軽くなると姿勢もさらに良くなります。

これから介護保険改定がありますが、デイサービスにおける機能訓練は一定の評価を頂いています。これからも全力で姿勢を意識できるプログラムを提供して参ります。

デイサービスはもう一つ自宅から出て社会とつながるという役割を担っています。

テーブルには様々な分野の書籍を並べてゆっくり読んで頂けるような空間を作っています。本を見ながら人生経験豊富なご利用者から聞かせていただく話にはいつも勉強させて頂いています。

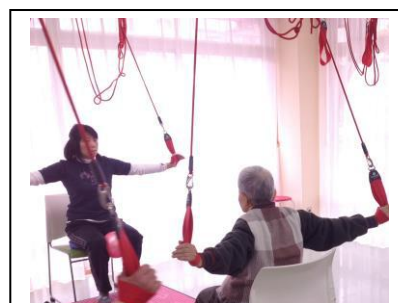
ご利用者同士の関係も良く、「次は何曜日ね」と会えることを楽しみにして下さいます。

岡本 真弓



デイサービスにまだ気が向かない方でも楽しんで参加くださっています。

ご近所やお知り合いの方に自宅で過ごすことが多くなった方がいらっしゃいましたら是非一度見学に来ていただきたいと思えます。



レッドコードを使って機能訓練

サンサンサロン

★☎32-3535★

新年を迎えて、利用者さん達も元気に参加して下さいました。

開設当初から参加されている利用者さんも多く、年齢的にもいろいろと低下するのは仕方がないことですが、昼食前に簡単な嚥下予防を始めました。早口言葉や「うさぎとかめ」の替え歌でパタカラ



嚥下予防 パタカラ

をうたいます。他にも小物作りの合間にしりとりなどを取り入れて、みんなで問題を解き、にぎやかな時間をすごしています。昨年楽しんだすごろくゲームは、「動物のマネをして」「元気に笑って」のカードがあり、それを引いた方は、上手に物まねをして笑わせてくれました。又、「ハ、ハ、ハ〜！」とユーモアたっぷりに笑ってくださり、にぎやかでした。サンサン体操もみなさんよく笑って下さいます。間違っても笑って、上手にできてもうれしくて笑ってという具合です。色々な事情で当初より参加者は減少していますが、新しい方々がみんなの輪の中に入って下さるとうれしいです。昨年

より美松ヶ丘自治会館で毎月第3火曜日午後よりサンサン体操をはじめました。参加して下さいる方はまだまだ少ないですが、リピーターとして毎月1回来てくださるとうれしいです。

そしてサロンの体操にも参加して下さいるともっとうれしいです。

今年から介護保険の改正が行われますが、介護保険を利用できない方に、サロンのような存在が大事になると思います。

サロンでは何しているの？ と興味をもってもらい、ちょっとのぞいてみようかな？ と思っている方、ぜひお越しください。大歓迎です。 柳 美保



羊年

1日体験実施中！

参加者募集！



サンサン体操・小物作り・買い物・外食・花見・・・

色々楽しんでいます。「行ってみたいけど・・・はずかしいな〜」
と思いませんか。

ぜひお越しください。おしゃべりしましょう。大歓迎です。



すごろくゲーム

ヘルパーステーション

★☎32-3535★

ヘルパーステーションは現在12名でケアに取り組んでいます。最近では30代のヘルパーも加わり、平均年齢をぐっと下げられています(笑)。

住み慣れた家で、自分らしく暮らしたいという希望に寄り添いたいと思っています。

日頃訪問させて頂き、気になることや、変化に気付いたら、情報を共有し、次のケアに繋がります。月に一度のヘルパー会議は、ヘルパーが一堂に会し、意見や情報を交換する大事な情報源になっています。

訪問では昼食のメニューを考え一緒に調理したり、日頃の掃除で気になっている拭き掃除をしたり、入浴は安全第一で介助します。できない事を、少しでも手伝えることで、日々の生活が変わります。安心して過ごして頂けるよう、頑張っていきます。 山城 章江



たすけあいの会

★☎32-3535★

有償ボランティア活動をしているたすけあいの会ですが、運営の見直しをし、1月に料金改定をさせていただきます。ご負担をおかけしますが、どうぞご理解いただきますようお願いいたします。

<利用料金>

	家事援助・外出付添 草抜き	身体介護	修繕
30分ごとの 利用料金	800円	950円	1250円

<その他の費用>

- ・諸費用（障害保険を含む）
ご利用月ごとに1000円
- ・交通費 1回100円

重松 知子

求む

有償ボランティアさん
大募集中です！！
あいている時間に活動
しませんか？
登録をおまちしています



地域交流支援事業

★☎32-3535★



サンサン祭りご協力ありがとうございました



昨年の11月9日、あいにくの雨天でしたが、だんまるの紙芝居、「ペコロスの母に会いに行く」の映画の催し等もあり、多くの方に参加いただきました。

バザーの品物を提供して下さった方、お手伝いいただいたボランティアの皆様、そして祭りにきていただいた方本当にありがとうございました。



おばあちゃんの駄菓子屋風景

☆ 毎月第2水曜日に、デイサービスくるみで一般の方を対象にレッドコードを使って重心を意識する体操を行っています。月に1回の1時間のプログラムですが、皆様楽しそうに参加して下さい、「足が軽くまえにできるようになった」「姿勢が良くなった」と喜んでくださっています。

☆ 小規模多機能ホーム萌の里あづまやでのおばあちゃん駄菓子屋は地域の子どもの楽しみとなり、交流の場となっています。



☆ 東信貴ヶ丘1丁目の入り口にあるサンサンハウス事務所の玄関ホールでサロンの手作り品、地域のお菓子、お茶等販売しています。

また、第1日曜日の午後1時30分よりサンサンカフェを開催しています。地域の皆様の憩いと交流の場となることを願っています。

お気軽にお立ち寄りください。

山岸 千江美



~~~~~  
お願い

NPO三郷サンサンハウスの事業にご賛同いただき、ご入会くださいますようお願い申し上げます。

年会費 3,000円

入会金 1,000円  
~~~~~

← NPO三郷サンサンハウス
では認定NPO取得を
準備中です



介護職員募集

♪♪一緒に働いて下さる仲間を募集しています♪♪

☆ホームヘルパー（ヘルパー2級以上）

☆介護タクシー（ヘルパー2級以上）

☆ケアマネージャー（ケアマネ資格）

☆デイサービスあかねの里

☆デイサービスくるみ

☆高齢者の家あかねの里

☆小規模多機能ホーム萌の里

時間は相談に応じます。資格等に関係なく一度ご連絡ください

お待ちしております。

☎ 0745-32-3535 （担当 山岸）