

港南たすけあい心

No.66

2019
2.28

発行責任者 倉持友子 横浜市港南区野庭町 610-2-202 TEL 045-844-6858 FAX 045-844-6857



港南たすけあい心の活動状況

	6月				7月				8月			
	介	支	オ	子	介	支	オ	子	介	支	オ	子
利用者数	55+36	23	40	0	53+38	22	35	0	54+37	21	37	0
活動時間 (内時間外)	658 (140.5)	136 (52.5)	126 (16)	0 (0)	692 (128)	133.5 (43.5)	112.5 (6.5)	0 (0)	637 (162)	110 (43)	100 (14)	0 (0)
活動ワーカー数	38				38				36			

	9月				10月				11月			
	介	支	オ	子	介	支	オ	子	介	支	オ	子
利用者数	48+39	20	32	0	52+39	22	42	0	50+40	22	42	0
活動時間 (内時間外)	598 (144)	126.5 (61.5)	110.5 (15.5)	0 (0)	662 (106)	164.5 (69)	161.5 (16.5)	0 (0)	657 (101.5)	139.5 (53)	137 (7.5)	0 (0)
活動ワーカー数	37				35				38			

	12月			
	介	支	オ	子
利用者数	49+40	27	40	0
活動時間 (内時間外)	629 (123)	153 (61)	138.5 (21)	0 (0)
活動ワーカー数	36			

居宅介護支援利用者数 (ケアマネ利用者数) (要介護人数 + 要支援人数)

6月	7月	8月	9月	10月
33+17	31+18	29+18	28+21	26+22
11月	12月			
23+22	26+23			

介 介護保険利用 (要介護 利用者) + (要支援 利用者)
 支 障害者居宅介護 外出介護
 オ オレンジチケットの略 (介護保険利用者でチケット利用者)
 子 心チケット利用 (横浜市産前産後ヘルパー・子育て支援など)

*訪問件数はサービス提供責任者およびコーディネータが利用者宅を訪問した回数です。

登録ワーカー数 46名
 介護保険利用者 89名
 居宅介護支援利用者 49名
 横浜市委託事業利用者 0名
 障害者自立支援制度利用者 27名
 賛助会員 28名

2018年12月31日現在

目次

新規事業	2
港南たすけあい心の活動	3
研修報告・最近の子育て事情	4-5
・身体のかな利用者着替えとおむつ交換	
・口腔ケアと入れ歯の扱い方	
・精神障がい者への支援	
信頼につけこむ詐欺の手口	6
ご利用者様俳句/防災について	7
港南たすけあい心の活動状況/編集後記	8

(内田)

ついでに、可愛いオレンジの種が八個もついているのに気がつきました。初めてでびっくりしています。植物の子孫をつなげようとする力に、エネルギーを感じます。毎日楽しませてもらっています。



蘭刷毛万年青

編集後記

最近、些細な出来事で心が癒されています。十年前に知人から「蘭刷毛万年青 (まゆげおもち)」という鉢植をもらい、ベランダに置きっぱなしにしていた。白い花が咲きます。ほほ紅を塗る刷毛のような形が名前の由来だそうです。三・四年に一度、秋から冬にかけて花が咲きます。



賛助会員 (敬称略)

加藤 禮子
 田中 俊子
 東内 武夫
 匿名希望
 6名



ホームページアドレス: <http://www.tasukeaikokoro.com/>

11/25 バス旅行
紅葉の養老溪谷と
ドイツ村イルミネーション

紅葉は台風の影響で今ひとつでしたが、ドイツ村の田園風景・東京湾クルーズでのビル群の夜景が美しい秋の旅でした。



12/9 利用者交流会

練習を積み重ねた「リリース」によるミュージックベルの演奏と喫茶サザンポート94のデリバリーで楽しいひと時を過ごしました。



7/7 映画と
アフタヌーンティー

ピーターラビットの生みの親ビアトリクス・ポターの半生を描いた映画「ミス・ポター」を鑑賞しました。手作りケーキでおしゃれなティータイム。



9/22 たいへんを
体験しておこう

横浜市民防災センターを見学しました。地震の体験や火災の煙からの避難など体験できました。いつか必ず来る災害から身を守る準備を怠らないようにしたいです。



港南たすけあい心と
コミュニティルームここ
のコラボで新規事業



お祭りにぎわうコミュニティルームここ

昨年のコミュニティルームここ運営委員たちの会話です。

「今年に入ってから経営的にも体力的にもきつくなってきたわね。この先の運営について考えていきたいと思います」

「2020年がちょうど15周年ね。そこでお店を閉じましょうか」

「でも、ここに来ることを楽しみにしてくださっている利用者さんもいらっしやるわよ」

「そうそう、自分たちの最後の居場所としても大切な場所よね」

「でも、家賃が払えなくなったり体力が続かなくなったりしてから考えたのでは遅いわよ」

そんな時に、横浜市日常生活支援総合事業の補助事業（サービスB）が始まるということを知りました。介護保険制度の中で、要支援者への支援が削られています。とはいえ、何もしないで高齢者が要介護状態になる事を見通すわけにはいきません。その予防や自立に向けた支援のため、地域に密着した新しい支援の形を作ろうとしています。

「でも、この制度を使うといろいろ制約が出てくるんじゃないの」

「それに、法人じゃないとダメみたいよ」



「今までの常連さんが来にくくなったり、やり方を大きく変えたりするのなら嫌だわね」

「そうだ、港南たすけあい心に相談しましょう。法人格を持っているし、今までの経緯も知っているからね」

「でも、たすけあい心は心でヘルパー依頼はたくさん来ているし人手が割けるかしら」

「まずは相談、相談。たすけあい心も25周年、新たな事業を始めたら会の発展になるわ。私たちも勿論上手に引き継げるように考えるのよ」

そして港南たすけあい心では、理事会や定例会で何回も話し合いを持ってくれました。地域に根差したコミュニティルームを閉鎖するのは勿体ないと、B事業への申請を決めてくれたのです。2018年11月、横浜市に申請書類を提出しました。この原稿を書いている1月20日現在、まだ、結果は届いていません。

もし、申請が通ったら、2019年4月から「新生ここ」が誕生します。

「お互い様のたすけあい」を基本理念に活動している港南たすけあい心。「そこに行けば誰かに会える地域の居場所」づくりを目指して活動してきたコミュニティルームここ。この二つの団体が一緒に地域の諸団体と連携しながら、利用者が住み慣れた地域で自立した豊かな暮らしを続けられるように活動を続けていきたいと思っています。

(コミュニティルームここ 板倉和子)



最近の子育て事情

講師 港南区地域子育て支援拠点 はっち
施設長 青木恵美子様

9/1(±)
22名参加

「はっち」は平成20年に地域の子どもさんとお母さんの居場所、相談の拠点として活動を始めました。3年前から産前産後事業を受託しています。

今と昔の育児の違いについて

- オムツ替えの時 両足を持ち上げない(脱臼を防ぐため)
- 全身は石鹸を泡立て、手で洗う
- 基本的に水分補給は母乳で良い
- (薄めたミルク、麦茶、白湯も可)
- 大人の持つ虫歯菌を移さない
- (赤ちゃんの箸やスプーンを用意して兼用しない)
- 1歳頃まで はちみつを与えない
- 抱き癖は気にせず、泣いたら抱っこする

産後の体調不調のお母さんに接する時の注意点

● マタニティブルーはホルモンバランスの崩れから来る一過性の症状。産後2つは医師の治療を要するもの。
● いずれも大切なことは周囲の傾聴であり、励ましや意見することは慎む。

たまご

「他人の孫」と書いて 他孫 さん。
「自分の孫だけではなく、近所の他孫さんを見守り、より良い地域を作っていきましょう」とのお話に、青木さんの仕事への関わり方がよくわかり、印象に残りました。



精神障がい者への支援

講師 こまつな訪問看護ステーション 所長 前野紀子様

12/1(±)
21名参加

精神分裂病は2002年に「統合失調症」と改称された。妄想、幻覚、幻聴、意欲減退。感情の平板化などの症状が現れる。疲れやすい、臨機応変な対応が難しい、状況に混乱しやすい、同じ失敗を繰り返す、方便としての嘘をつけない、断ることが苦手などの行動が見られる。

障がいはいく部分なので、どの部分にサポートが必要か見きわめ、生活のしづらさを理解して身の回りのことを自分でできるように支援していく事が大切である。また、できていることや良い面を認める声かけも必要であり、他者評価を用いて褒めるのも一つの方法である。

「障がいを持った貴方は私だっただかもしれない」という言葉に、精神障がい者に特化した看護ステーションを設立した前野さんの思いが感じられました。



身体が大きな利用者の着替えとおむつ交換

講師 済生会南部訪問看護ステーション 櫻木優子様

9/29(±)
24名参加

麻痺のある方

- 普段の様子を本人や家族などによく聞いておく
- 声かけしながら介助する。動かしたときに身体に痛みはないか苦しうかに注意しながら行う
- 自分でできることはやっていた

身体を動かさない方がよいと言われている方

- 仰臥位で更衣し、首から上をなるべく動かさないように工夫する

おむつの交換

- 排尿の状況を正しく把握するために手袋は初めから使用しない
- 軟便シート、コーティングなしの尿取りパットの活用も有効である
- 今後に生かせるいろいろな知恵を教えてくださいました。



口腔ケアと入れ歯の扱い方

講師 済生会南部訪問看護ステーション 櫻木優子様

10/27(±)
23名参加

歯磨きの促し方や口を開けていただくためのポイントを詳しく教えてくださいました。また、ヘルパー自身を守るためには、できるだけ使い捨ての手袋を使用する。マスクをつける。入れた指を噛まないようにするなどの注意点を教えてくださいました。

大晦日味見味見に手がのびる

鉄扉ひやりと離す冬の朝

からっぽの小瓶の中に秋の声

運動会赤の籠にも白一つ

入梅や糠床しかとかきませる

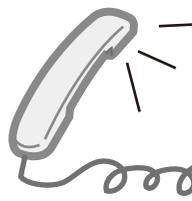
会釈され想ひ出せずに夏が来る

卒寿来てくり言多し春の宵

俳句

ご利用者さまの作品

岸山知子様



信頼につけこむ詐欺の手口

困った時は消費生活センターに相談

ある日何気なく出た電話からそれまでの世
界感がいとも簡単にくずれてしまうことがあ
る。何年も愛用していたマツサージの機械が
あり、今も大切に使っていた。ある日一本の電
話。「もしもし〇〇社のものですが弊社のマツ
サージ機を購入されていますね」はい。今で
も毎日使っていますよ。「いやー26年前のご購
入で今でも使用されているのはお客様だけだ
ですよ」「お礼かたがたメンテナンスに伺わせて
いただきます」

後日とても感じのいい、ひとあたりよい女
性の訪問をうける。機械の整備をして掃除を
してカバーも取り替えて…とここまでではとて
もいい時間が流れた。

「弊社ではもっと機能を充実させたこちら
の製品をご紹介します。26年も使ってい
ただいて良さは十分ご理解いただいています
ね。ではこちらにサインして後日宅急便で届
きます。代金引き換えです」もう古いものはお
捨てなさい。新商品はもっと機能が充実して
います。あらゆる病気に有効です」便秘気味で
あることを相談すると飲み薬の紹介。

「これだけですべての体調を改善します。あ
わせて利用してくれたらおまけしますよ」

感じのよい、やさしい口調に購入を決意し
てしまう。後日、機械の使い方がわからないの

で指導の依頼をするも怪我を理由に時間が流
れる。過ぎ去った時間はとうにクーリングオフ
をこえている。はたとわれに返り、消費生活セ
ンターに相談し事態を分析してもらおう。職員
の冷静で丁寧な説明でこの出来事を振り返る。こ
のセールスで、なぜ信頼したのかを尋ねられ
る。前の機械が長持ちしたこと、セールスレ
ディの感じの良さ。出身地が台湾。台湾の方に
悪い人はいない。10年もこの仕事をしている。

本当に人は信頼によって生きがいや幸福を
紡いでいる。近年のオレオレ詐欺。「息子はサ
ギ」のポスターを街で見かけると心が痛む。

消費生活センターの相談員の的確な指示と
指導に勇気ももらいクーリングオフの書面を
作成し送付する。決意には勇気がいる。見えな
い敵に立ち向かう。そして購入時にクーリング
オフの正式書面が交わされていない盲点
に反撃の矢を射ってこの戦いは勝利した。ほぼ
全額で返金された。

今も枚挙のいとまなく高齢者をねらってあ
の手この手で【一本の電話】があなたにせまる。
くれぐれもご用心。「あいつらはとんでもな
いものを盗んでいきました」それはあなたの
心です「ルパンの銭形警部は今日も叫んでい
ます。ご用心。ご用心。」
(名取恵子)

忘災から防災へ

神奈川県で向こう30年間に起きる大規模地震の確率は82%だ
そうです。

82%という高い確率よりも30年という数字が、明日かもしれ
ないその日の危機感を遠のけているように感じます。

災害は忘れた頃にやってくると言いますが、忘れてしまっ
後悔するか、しっかり行動して備えるか。個人としても、事業所
としても備えておきたいと、今年度は防災について学ぶ機会を
幾度か設けてきました。防災減災の基本は「できる事から、一歩
から」の当たり前のことでした。

まずは、ご自宅の備蓄食品の賞味期限は大丈夫ですか？
懐中電灯点きますか？

寝ているお布団の近くに倒れてくるタンスはありませんか？

私達が学んできた事を利用者の皆さんへお伝えしながら、防
災のお役に立てればと思っております。

その日が来ないことを祈りながら。

倉持 友子

