

特定非営利活動法人



港南たすけあい心

会報 No.58

発行年月日 2015.3.13

発行責任者 阿部潤子

横浜市港南区野庭町

610-2-202

TEL 045-844-6858

FAX 045-844-6857

目次

自宅で最後まで穏やかに生活	2
阿部潤子	
利用者交流会	3
研修班の報告	4・5
研修班	
港南たすけあい心の活動	6
料理講習会・VIVA まちづくり・映画会	
会員募集 / ここだより	7
港南たすけあい心の活動状況 / 編集後記	8





自宅で最後まで穏やかに生活

本当にほしいサービスを 提供します

代表 阿部潤子

なっても独居でも、希望すれば自宅で最後まで穏やかに生活できることを教えていただきました。1週間の入院で亡くなられたS様をヘルパーみなでお見送りしました。

港南たすけあい心の活動に、いつもご理解とご支援をいただきありがとうございます。

お陰様で利用者の皆様から厚い信頼をいただき活動を継続していくことができています。

昨年末、港南たすけあい心が十年以上支援に伺っていた独居の男性をお見送りしました。十年前は週1回の家事支援からスタートしました。認知症状が進行するにいたがい不安が増し、その不安から1日のうちに2回救急車を呼ぶこともありました。その後、毎朝ヘルパーが伺い食事の準備、服薬、デイサービスの送り出しなどを行うようになり、すっかり落ち着いていた生活が送れるようになりました。

365日ヘルパーが来てくれる安心感が生活の質を上げることとなりました。

た。通院・食事・買い物・掃除・洗濯・季節物の入れ替え等生活のすべてにヘルパーがかかわりご本人を支えてきました。また、金銭管理が難しくなってきた。また、区福祉協議会が行っている安心センターに貯金通帳を全部預かってもらい、必要な分だけ届けてもらいました。

半年前からは高齢と持病の悪化により体力的にもさらに支援が必要となり、週3回のデイサービスの利用に加え、1日2回ヘルパーが定期的に伺い、必要に応じて安否確認や見守りなど訪問回数を増やしていただきました。最後に入院した時には、医療関係者からよくここまで自宅で生活できていましたねと感心されました。認知症になっても高齢に



平成27年度には介護報酬が改定されます。発表された内容を見ると、「重度の要介護者や認知症高齢者への対応の強化」ということで「身体介護中心の短時間・1日複数回訪問」に制度がかじを切っています。わたしたちが大切に思っている、「住み慣れた自分の家でその人らしい生活全体の支援」は介護保険の制度から切り離されていくとでしょう。

私たちは、自分たちの老後に必要なサービスを作ってきました。介護保険の制度が変化していかうとも、私たちが本当にほしいサービスを作っていく姿勢を貫きたいと思っています。今後とも、ご支援の程よろしく願います。

クリスマスに飾られたコミュニティールーム「ここ」で7回目の利用者交流会を行いました。年末の忙しい中を気軽に駆けつけてくれた立川らく次さんはさすがにプロの噺家。ヒニクを笑いに包んで会場を盛り上げてくれました。らく次さんからは「ぼくの方こそ元気をもらいました」と言っていたき、一年の笑い納めができました。

▶「えー、落語に登場する男はまぬけなやつときまっております…」
 「噺家を喜ばす三つの手は『あく手・はく手・キャッシュ』でございます…」



◀大学で美術を専攻。おしやべりの間にさらさらと似顔絵が完成です。よく似ているでしよ。



▲はじめて落語を見た（聞いた）という人もいました。らく次さんは港南台出身ということで親しみがわきます。



▲落語の間はキッチンが使えなかったもので大忙し。とびきりのお汁粉で体も温まりました。

落語家立川らく次さんを迎えて 利用者交流会

12月13日

第5弾から第8弾 一挙報告

★5年ぶりAED研修

9月27日(土)

野庭消防署並木署長を講師にAED研修を行いました。5年前と比べAED機器は改良され、マウスツーマウスの人工呼吸は感染症予防の観点から禁止!となるなど変更点もありました。これからも取り上げたい研修です。



「もしも〜し、大丈夫ですか？」
 大声で叫び応援を呼ぶ
 「あなたは119番に通報してください」
 「あなたはAED持ってきてください」



耳を口に近づけて呼吸の確認をする
 胸の上下動を見る



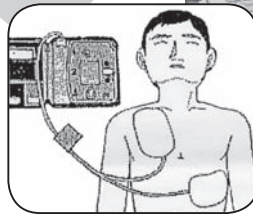
心臓マッサージの開始
 (呼吸が分からなくても)
 胸が5cm下がるくらい
 強くリズムカルに押す
 1分間に100回。肘を
 伸ばし垂直に押す



疲れたら交代する。タイミングは
 イチ・ニ・サン・シ・ゴ交代

AED 到着 (準備中もマッサージは継続)

- ① 電源を入れる
- ② 電極パッドを貼る
- ③ AED の指示に従う
- ④ 電気ショックが終わったら、再びマッサージ
- ⑤ 救急隊が来るまで続ける



月々の研修で学ぼう知識と技術

★最新の福祉用具を使って身体介護研修



<特殊寝台 楽匠>

座り心地がまったく違ってきます。足の部分が下がってくれるのでお腹を圧迫しません。足下に置かれたTVを観ることもできますね。



ベッド→←車椅子の移動を助けてくれるスライドボードの使い方も学びました。「恐くなくて、ふっと移してもらえました」。

11月1日(土)
KKフロンティア執行大輔氏
を講師に、身体介護の実技を行いました。



<腰ベルト>

介護者にとって腰痛対策は欠かせません。



<シャワーチェア>

<四点杖>
実際に使い勝手を確かめました。

★施設見学

特別養護老人ホーム MISONO みその

(横浜市)

巷にインフルエンザが蔓延している時期でしたので、特養棟の見学はできませんでしたが、ショートステイのフロアを見せていただきました。見晴らしが良く、竹林からの木漏れ日が穏やかでした。ひとつのユニットには同じ職員を配置する勤務体制をとっていて、たまのショート利用でも顔なじみの職員が待っていてくれます。医務室・理美容室もあり細かなところまで気を配っている感じがうかがえました。



お風呂はこちら

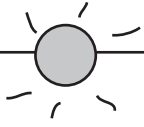
有料老人ホーム クロスハート湘南台二番館

(藤沢市)

湘南台駅から徒歩12分。3月1日の開所に向けて備品の搬入中でしたが、職員の対応や全体の雰囲気は明るく落ち着いていました。ショートステイやデイサービスも行うとのこと。また、150人収容のホールがあり、既にいろいろ地域の方も参加できる講演会が企画され、外部との接点もある開放的な施設だと思いました。職員の子どものための保育園も併設され、働くものへの配慮も感じられました。開所後の様子を再び見に来たいですね。

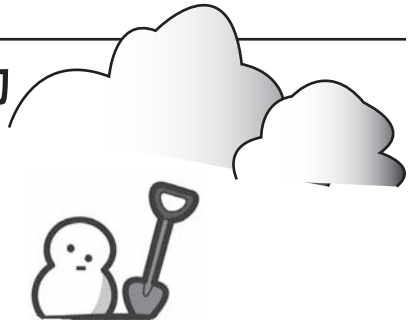


ゲストルーム



港南たすけあい心の活動

(2014年8月～2015年2月)



10分まごころ料理実習

2014年11月29日(土)

簡単で手早くできるメンバー自慢のレシピを募集しました。どこの冷蔵庫にもありそうな食材と調味料でパパッとできるおいしい料理。手際の良さはさすがです。



10分で手際よく!

映画とディナーの会

2014年10月11日(土)

映画「カルテット」を上映。リタイアした音楽家専用老人ホームでの悲しくもおかしい日常を綴った映画を見たあとは、手巻き寿司で新鮮なお刺身を堪能しました。



手巻き寿司ディナー

VIVA まちづくり

2015年1月24日(土)

暮らしやすい町づくりをめざして港南区で活動する仲間たちの会です。お互いに連携をとりながら知恵と時間と体力を出しあって必要とされる支援を届けていきたい。



ペープサートでメンバー紹介

ワーカー募集!!

一緒に働いてくださるメンバーを募集しています。

週一回のケアでもかまいません。
一緒に働いてみませんか。
お待ちしております。

★時給 1140 円（交通費実費支給）
入会金・年会費が必要です。

・ヘルパー資格のある方
・支援者として賛助会員になる方
・口コミで会の活動を宣伝する方
どんな関わり方も
大歓迎です。
お待ちしております。



☆連絡先 045 - 844 - 6858



ココめかしー



◆ ごはんや「ゆうき」

「ここ」にはカレーを食べられる日もあります。今回は“ごはんやゆうき”を紹介しましょう。毎月第二と第四火曜日夕方の「ここ」は、カレー屋さんに変身します。いつもはおばさんが店番ですが、この日は若者たちが頑張っておカレー作りから販売、後片付けまで全部担当しています。

「ここ」の店内で食べるときは5時半から、テイクアウトや配達も4時ごろから受け付けてくれます。カレーにデザートのチーズケーキとコーヒーがついて600円！カレー屋を始めてからもう4年目、料理の腕もあがってきました。カレーは甘口・辛口と選べるし、デザートのレアチーズケーキは評判です。予約をしておけば（ホールで1000円）注文にも対応しています。“ごはんやゆうき”で自分探しをしている若者の活動を支援できます。どうぞご利用ください。

☆問い合わせ こうなんYOU輝（ゆうき） 佐藤潤

☆TEL：090-1117-2959

- 上大岡、上永谷、港南台各ターミナルから市営バスで10～20分「深田橋」下車 バス停のまん前

電話 842 - 1755

港南たすけあい心の活動状況

	8月				9月				10月			
	介	支	オ	心	介	支	オ	心	介	支	オ	心
訪問件数	60	4	9	0	74	4	12	0	43	2	5	2
利用者数	52+33	25	36	0	51+35	19	38	0	53+36	18	33	1
活動時間 (内時間外)	598 (139.5)	263 (81)	211 (69.5)	0 (0)	648 (123.5)	209 (76)	212 (44.5)	0 (0)	684 (113.5)	188 (53.5)	183.5 (22)	6 (0)
活動ワーカー数	43				42				40			
	11月				12月				1月			
	介	支	オ	心	介	支	オ	心	介	支	オ	心
訪問件数	52	3	4	0	38	1	9	0	49	2	5	0
利用者数	52+38	19	37	0	53+38	18	43	0	46+39	16	39	0
活動時間 (内時間外)	634 (145)	185 (52)	152.5 (19)	0 (0)	677 (136)	178.5 (51.5)	216 (27.5)	0 (0)	580 (100)	111 (35.5)	172 (13.5)	0 (0)
活動ワーカー数	39				41				38			

◆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）

8月	9月	10月	11月	12月	1月
36 + 13	37 + 13	36 + 12	36 + 12	21 + 7	23 + 7

* 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 49名
 - 介護保険利用者 85名
 - 居宅介護支援利用者 30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 16名
 - 賛助会員 35名
- (2015年1月31日現在)

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）
 心……心チケット利用（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。

しみにしていただきます。(内田)

この活気のない商店街を再生しようというプロジェクトがスタートしています。横浜市経済局商業振興課の再生支援事業です。野庭ショッピングセンターがモデルとして指定されました。住民の代表や事業所が振興課と一緒に話して話し合いを続けています。東北の震災で被災した宮古市末広町の商店街再生のリーダーから活動の話聞くことができました。たすけあい心も地域のためにお役に立ちたいという気持ちで毎回参加しています。三年計画です。活気のある商店街になることを楽しみにしていただきます。(内田)

▼たすけあい心の事務所は野庭団地のショッピングセンターの中にあります。商店街には銀行、郵便局、病院もあります。しかし団地住民の高齢化に伴い、お客の減少などで空き店舗がめだち人通りも少なくなっています。

- 賛助会員（敬称略）
- （新規） 網頭昌子
- （継続） 稲葉幾代、
- 山本太三・恵子、東内武夫、
- 山下幸子、高橋恵子、山崎重子、
- 藤田弘江、榎義典・アイ子、
- 田中俊子、平岡秀子、中山清

