

特定非営利活動法人

港南たすけあいルーム

No.69
2020
8.1

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



もくじ

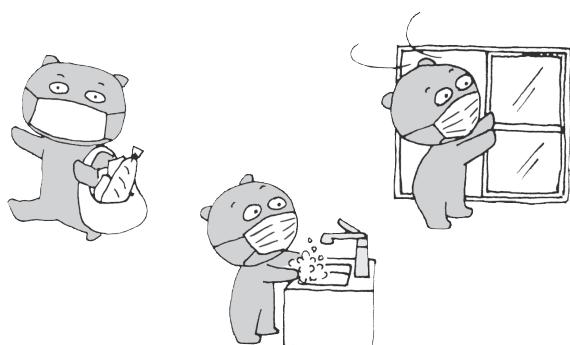
新しい生活様式を工夫して	
新型コロナウイルスの日常	2-3
新理事紹介	4
ここ便り ことコロナ	5
ご利用者さまからの投稿	6
惣菜の店ミズ・キャロットより	7
活動状況 / 編集後記	8

新しい生活様式を工夫して

倉持 友子

緊急事態宣言が発令されても、利用者様の日常を支える訪問介護はストップすることはできません。新型コロナウイルス感染症が報道され始めた当初は事業所の中でも「あまり神経質になり過ぎずに、日頃から学んできた感染症対策を強化していきましょう」と伝えていましたが、日を追うごとに猛スピードで増えていく感染者数、まるで映画を見ているような錯覚すら覚えるテレビの映像。さすがに「神経質になり過ぎずに」の言葉は使えなくなりました。

感染してしまったら重症化リスクの高い利用者様を前に、オムツ交換、食事介助、入浴介助等々濃厚接触は逃れられない現実。神経質以上に神経質になりながら、各々が感染症対策を徹底していきました。恐怖を言葉にすれば持ち堪えられないような状況の中、この数か月間メンバー一同本当に頑張ってきたと思います。これで完結なら安心なのですが、第2波、3波が必ず来ると言われています。新しい生活様式は私たちには馴染まないことが多すぎますが安心・安全に暮らしていくために、新しい生活様式を参考に工夫しながらお互いの身を守っていけるように取り組んでいきたいと思います。



新型コロナウイルスの日常

介護の現場は 今日も続く

マスク・消毒・距離で
買い物支援

◆ 銭野千佳子

ヘルパー仲間には「怖くてスーパーに行けない。必要な物は生協の配達で受け取っている」という声もある中、超混みのローザンへ！しかも水曜日の午前の買物ワークです。

基本の徹底しかないと腹をくくり、「入って消毒・出るにも消毒」、「距離を取って」、「マスクは忘れない」を繰り返した。もちろん利用者様宅に帰ってからも消毒です。マスクが事務所から支給されたことも有難かったです。おかげさまで私は健康を保っています。

大変だったのは、袋を開けるのに「フッ」と吹いていたのがマスクでできないし、飛沫も気になりできない。指で開けるのが大変でした。

いつもより多い荷物を持って、坂道を登り下りをしながら利用者様宅に着くと、「悪いね～」と言って出迎えてくださるので無事に終了できましたことにホッとします。



午前中のスーパーはとても混んでいる。
手指消毒しながらの買い物

新型コロナウイルス感染症のために5月の総会は書面総会となりました。
密閉・密集・密接の3密を避けるために、講師を招いての研修、定例会もできません。
生活を支える介護の現場に休みはなく濃厚接触は避けられません。しばらくは、うつ
らない・うつさない対策をとりながら事業を継続させていくことになります。
そんな日常のなかの一コマを紹介します。

ぶきっちょな私が マスク作りに挑戦

◆ 湯田香都代

コロナ禍…よくニュースでも見かけるも読み方も分からなかったが「コロナか」と読むらしい。新型コロナウイルスによって引き起こされたさまざまな災難を指すとのこと。

今年に入りマスク・手洗い・消毒が徹底される中、寒い時期は何とも感じなかつたが最近は日増しに暑くなり、マスクの存在に苦戦。蒸れ100%の上に熱がこもるので非常に息苦しい。少しでも快適さを求め、あれこれ探している内に自分で作ろうと涼しそうな生地を見つけては、ぶきっちょな私が慣れない糸と針と格闘しながらいくつか作ってはみたが…呼吸は楽なのにやっぱり息苦しいのはなぜ???しかしせっかく作ったので時折風を入れながら使っていくしかないがまたマスク作りに挑戦していくかな。

でも汗だくで真っ赤な顔に、のども乾き熱中症状態になりそうなこのマスクの災難で夏を乗り切れるか心配。ソーシャルディスタンスを守りつつマスクを外す時間も増やしていくしかなさそう。



◆ たすけあい心の愛車“あいちゃん”に乗り、
移送支援に出かけます

感染対策をしながら行う 通院支援

◆ 宮古 縁

新型コロナウイルス感染拡大で、緊急事態宣言が出ている時期でしたが、通院の依頼がありました。なるべく家族対応でお願いしたいところですが、家族対応が難しいご家庭もあります。付き添いをした病院では、入り口で体温チェックと手の消毒は徹底していました。とはいっても感染から身を守らなければなりません。マスクを2枚重ねにして、とにかく手の消毒に気を遣いました。通院が終わっても事務所に戻らず帰宅し、靴の裏面の消毒だったり、衣類の洗濯をしたりといつも神経質になっていました。待ち時間の間、周りの患者さんが気になってしまふ自分がいました。

ある時、1人の看護師さんが簡易的な防護服にフェイスシールドを付けて待合スペースに出て来られて、その時はやはり不安になってしまいました。

また違う病院では、新患受付で他の病院からの紹介状を受付に出したときに、受付の方が直ぐにビニール手袋をはめ封を開け、別の人気が封筒の中身の確認をしました。

その場を見た時は少しショックでしたが、受付の方も感染を予防するのは当たり前の行為なんだと思いました。自分の体調管理をしっかりやり、皆でこの大変な時期を乗り越えたいと思います。



◆ マスクと日焼け止めを塗って出発!



新理事紹介

監事 嶋 和臣

コロナウイルスについての報道が連日続いているが、症状や感染経路、対応策などに新たな知見が日ごと加わるので、飽きずに見続ける日々です。やはり最大の関心は、地元の感染者数や対応策などになりますが、加えて、コロナ感染者がゼロということで、米メディアでも報道された「岩手の奇跡」です。余り話題にあがることのなかったわが故郷「岩手県」が注目されていることが少々嬉しくもあります。長く感染者ゼロが続けられているのは、岩手県知事が指揮を執る感染予防対策にあるようです。いち早く、首都圏からの来県者に対する、往来自粛を求めるだけではなく、2週間の外出自粛要請を出すなど踏み込んだ対策を取ったことなどがあげられています。コロナ禍が収まるにはまだ時間がかかると思われます。

実は今夏、盛岡で、母親の13回忌が予定されているのです。来県者への自粛要請により、オンラインでの法事ということにならないことを願うばかりです。



理事 佐々木 瞳美

今年度より理事の仲間入りさせていただくことになりました。たすけあい心とは実習がご縁で入会させていただきました。



ヘルパーは1人で入る仕事なので、ちょっと不安なことや分からぬことをすぐに聞くことができアドバイスしてくれるのでとても心強く安心してワークに入ることができます感謝しています。

個人的にはミュージックベルのサークルの代表をしています。年に数回サロンやケアプラザなどを訪問し演奏させていただいている。季節や対象者に合わせた選曲をし、聞くだけではなく一緒にハミングしたり歌ったり手拍子したりと受け身ではなく参加してもらう形式をとっています。また参加していただいた方にミュージックベルを持っていただき一緒に音を出して曲を演奏する体験コーナーはとても好評です。最初は強ばっていた表情も次第に和らぎ、最後には笑顔を見せていただけたときは私たちも笑顔になり元気をいただいています。

そんな経験がワークにも生かせたらいいなど日々思い込んでいます。今年はコロナ渦でせっかく立ち上げたすけあい心でのミュージックベルの練習もできずとても残念に思っています。ベルの演奏は心を1つにしないといけないのですがたすけあい心のメンバーはさすが息がピッタリです。

第2波も懸念されますが、1日も早く普段通りの生活が戻ることを願っています。

理事 寺原 舞

私はたすけあい心に入職してから6年目になります。入会当初はヘルパーとして仕事をしながらまだ幼かった子どもの子育てに奮闘する日々でした。そのこともあり仕事にもあまり入れず、わがままをきいてもらってばかりでした。



その子どもも成長し学年が上がるとだんだん手が離れていくを感じ、私は仕事のほうに徐々にシフトしていくようになりました。そろそろ私も「お互いさま」の精神で、今まで先輩方に助けてもらったことを少しでもたすけあいのメンバーとして何か役割を担うことで返していけたらいいなと考えようになりました。

現在はケアマネージャーの仕事をさせていただいて2年目になりました。資格を取得してから先輩ケアマネの傍らで研修としてさまざまなことを目の当たりにして学ぶことができました。今は独り立ちしていますがまだまだ未熟であるため、時折、利用者の方からきびしく述べもあり温かいお言葉をいただくことがあります。身が引き締まる想いでそのことを受け止めて、反省して(落ち込みもし...)その後気持ちを切り替えて、いかに利用者の方に寄り添い、どのようにしたら改善していくかに集中して考えています。

ケアマネ「心会」の事例会議で検討しますし、先輩ケアマネや管理者、サービス提供責任者、事業者の方やケアプラザに相談することもあります。私より、はるかに忙しく業務も大変な方々がいつも的確なアドバイスをしてくださるのでありがたく思います。仕事は1人ではできないものでさまざまな専門職の支えがあって成り立っていることを改めて実感しました。

このような環境や地域とのつながりに感謝し、大切にしながら、日々勉強をして明るく業務に励んでいきたいです。また、仕事に対して責任と誇りを持ち、好きという気持ちが今よりもっと上回るように自分を高めていけたらと思います。





こことコロナ ウイズコロナ (コロナとともに)

世界中が、また日本でも全国が新しいウイルスに怯え続けた日々でした。

正確には「でした」ではなく今も続いている。「正しく恐れる日々」を怯えながらではなく、この3か月に学んだことを守りながら日常生活を取り戻していくしかねばなりません。

ここも3月からお休みしています。この広報が発行されるころ、ようやく再開できているかもしれません。そう願っています。でもはつきりお約束することはできません。

私たちの居場所は、互いが距離をとて楽しいお喋りを控えてくださいとお願いしたら、わざわざ出かけてきていただく意味があるでしょうか?お茶も、食事も、体操も、手芸も楽しく盛り上がってきたら、声も大きくなります、体の触れ合うこともあります。怖いと思います。

それでも、来店する皆様にマスクを着けてもらったり、熱を測ってもらったり、消毒をしたり、換気をしたり…。工夫を重ねながらまた皆様にお会いできる日を待っています。



今回、ここの運営スタッフが一番ラッキーだったと胸をなでおろし感謝しているのは、港南たすけあい心のメンバーの皆様です。昨年、不採算な居場所事業を引き受け、面倒な手続きを踏んで、横浜市の補助事業に改変して下さったおかげで家賃負担の心配なく安全のための休業を継続できています。

開店しなければ、カフェ事業はもとより、リサイクル品の販売もできず全く収入がありました。補助金がなければ閉店は必至でした。

体力の限界を感じつつ、地域の皆様の「ここがあつてよかった」というお声に背中を押され、経営の不安からは解放されて、楽しく運営できています。

もう暫く皆様と共に良い時間を過ごせたらなと思います。

これからもステイホームの日々に学んだ「正しい恐れ方」を忘れず、少し面倒な予防法を我慢してご協力よろしくお願ひします。

2020年5月27日 文責 影山豊子

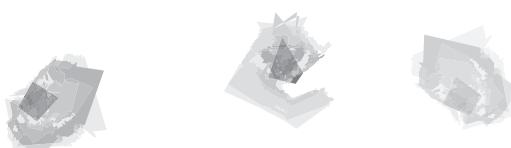


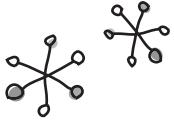
6月29日より再開しました。

衛生管理を徹底しながら10~15時まで営業しています。



港南区役所・野庭地域ケアプラザと再開に向けての対策を話し合いました。





三途の川の河原で碁を打ってきた

篠田 守人

15年前のことです。横行結腸癌摘出の為、5時間にわたる手術を受けましたが、幸いなことに術後の転移の兆候もなく生き延びております。この手術中に不思議な夢をみましたのでご披露いたします。

私が手術を受ける3か月前に、一人の友人を癌で失いました。この友人とは小学校2年生の時から約65年間、機会があれば碁を打ちつづけた言わば「碁かたき」の仲でした。

全身麻酔で手術をしていた私は、あるきれいな河原を散歩している夢を見ていたようです。私を手招きしている碁かたきをみとめ近づいてみると、河原の石の上に碁盤と碁石を用意して「久しぶりに碁を打とうや」と言うではありませんか。碁の勝敗はともかくとして、打ち終わって「さあ帰ろうか」と立ち上がった私の肩を押して「君は向こうだよ」と言うのです。友人はきれいな水が流れている川を一人で歩いて渡っていましたが、私は反対側に向かって帰ってきました。「変な夢だなあ、あのきれいな流れは三途の川で、碁を打ったのはその河原だったのか」と入院中にたびたび思い出しては首をかしげていました。

50日余りの入院生活を終え自宅に戻って一週間ほど経過した頃のことです。ある夜、石原慎太郎（前東京都知事）原作の“弟”がテレビで放映されました。弟とはかの有名な映画俳優故石原裕次郎のことです。彼は昭和56年の春に、解離性大動脈瘤という難病を患い、6時間半の大手術をして奇跡的に生き延びました。この手術の最中に、裕次郎はやはり三途の河原でロケを撮っている夢をみたようです。碁の対局とロケの撮影の違いはあっても、三途の河原を舞台に繰り広げられた不思議な夢を見た経験を私は再確認しました。



惣菜の店 ミズ・キャロット

「惣菜の店 ミズ・キャロット」は野庭団地で営業している惣菜の店と「仕出し弁当にんじん」として港南区を中心に学校や作業所などに弁当を届けている2つの顔を持っています。1984年に開業、1993年に現在の野庭団地ショッピングセンターに引っ越しをして開店しました。今年で36年です。最初は4名の女性たちで創業し、多い時には15名、そして現在は8名の女性で運営しています。店頭に出ているのは1名か2名ですので、そんなに多いの？と驚かれたり、毎回人が変わると不思議がられたり。1日約4~6人の人数で働いています。

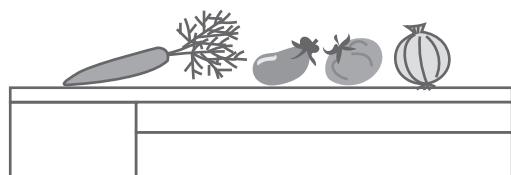


おいしいお弁当



パーティ料理

ミズ・キャロットさんは女性たちが立ち上げ運営しているお店です。
たすけあい心はお昼のお弁当で
お世話になっています。
安心安全な食材を使って
お惣菜やお弁当を作り配達もしています。
暮れにはおせち料理の限定販売もあり
楽しみにしていました。



でも厨房は忙しいのです。毎日、配達や店頭販売の準備で頭も体も手もフル回転させて緊張して調理を行っています。その分昼休みはほっとして今日の弁当を食べながら、世間話に花を咲かせます(外まで笑い声が聞こえたらごめんなさい)。

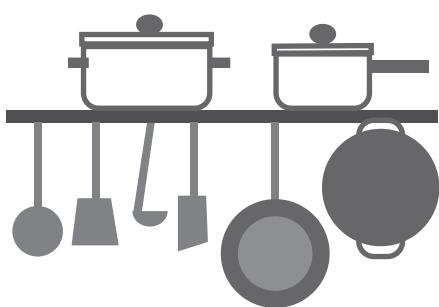
私たちのこだわりは手作りです。業務用食品、冷凍食品は使いません。コロッケ、ハンバーグ、メンチカツ、ポテトサラダ、煮物など材料の買い出しから、レシピ作り、調味料など納得のいく材料で一つずつ丁寧に作ることを目指しています。サンマや鮭を捌くこともありますが、魚や肉の下ごしらえは結構楽しいものです。メンバーは食べることや作ることが好きな人が集まっていますので、外食やテレビの料理番組で面白いものがあるとすぐ作りたくなり、メニューに加えます。

もちろんメニューやチラシも手作りです。

最近は野庭団地を中心に高齢者への弁当配達や、高齢者のコミュニティサロンにも弁当をお届けしています。たすけあい心さんの御紹介の方もいらっしゃいます。

諸般の事情により残念ながらミズ・キャロットは9月末をもちまして閉店することになりました。最後の日まで精一杯お弁当を作らせていただきます。長年のご愛顧ありがとうございました。

企業組合 ワーカーズコレクティブ ミズ・キャロット
仕出し弁当にんじん 惣菜の店 ミズ・キャロット
港南区野庭町610-2-310
TEL 045-841-3451



港南たすけあい心の活動状況

	1月				2月				3月			
	介	支	オ	子	介	支	オ	子	介	支	オ	子
利用者数	46+41	30	33	1	43+43	32	33	1	43+48	32	35	2
活動時間 (内時間外)	709 (133.5)	205 (85)	119 (11.5)	18 (0)	605 (179)	172.5 (58)	88 (15)	12 (0)	616 (146)	207 (83)	105.5 (11.5)	12 (0)
活動ワーカー数	39				40				36			
	4月				5月				6月			
	介	支	オ	子	介	支	オ	子	介	支	オ	子
利用者数	46+48	30	42	2	50+43	13	28	0	49+41	17	32	1
活動時間 (内時間外)	682.5 (154)	217.5 (90)	150.5 (14)	10 (0)	644 (170)	74 (15)	101 (11)	0 (0)	706.5 (128)	107.5 (20)	118.5 (7.5)	8 (0)
活動ワーカー数	38				40				35			

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)

1月	2月	3月	4月	5月	6月
27+29	26+29	27+31	28+32	28+33	32+34

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)

登録ワーカー数 44名
 介護保険利用者 93名
 居宅介護支援利用者 61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 28名
 賛助会員 26名

2020年6月1日現在

賛助会員 (敬称略)

稲葉 幾代
 北川 まきゑ
 杉山 静枝
 安齋 富子
 置名希望 5名

編集後記

緊急事態宣言解除となり、コロナ太りを解消すべく散歩に出かけることにした。私は目標を立てることが好きなので「1時間歩いた先にある自動販売機でお茶を買う」ことを今日の目的にして家を出た。家々の塀からは、こぼれるほどのバラや早咲きのアジサイが美しく、鳥がさえずり子どもたちがザリガニ釣りをしていた。気分次第で角を曲がりひたすら歩く。街角の庚申塔を眺め神社の前を行く。暑い。マスクをしているから熱がこもる。冷たいお茶がほしい。もう1時間以上歩いている。自販機を探すがそういう時に限つて見当たらぬい。キヨロキヨロしながら行くと向こうにあるではないか。いざ目的達成とお茶のボタンを押そうとして隣の自販機を見て目が点になった。恐ろしい物を見てしまった。なんと昆虫食の自販機だったのである。醤油味のコオロギ、オケラ、ダンゴムシ、タランチュラまで売っている。

実は子どもの頃はかいこのさなぎの甘辛煮が大好物だった。沢蟹、イナゴ、とりわけ蜂の子は絶品である。あたりをうかがい、人が見ていないのを確認して「コオロギのゴーフレットチョコ味」650円を貰いバツクに入れる。
 さてまだ散歩の目的が達成されていない。ボタンを押す。自販機から転がり出たのは熱々のお茶。熱すぎて飲めない。今日の散歩の目的は「昆虫菓子を買おう」と変更しようと思った。目的は達成した。

藤田 恵理

