

特定非営利活動法人

# 港南たすけあい心

No.76

2024  
3.1

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



## 目次

30周年を迎えて .....	2
設立 30周年おめでとうございます! .....	3
30周年記念祭り・杉山先生の記念講演会 .....	4・5
研修の報告 .....	6・7
活動状況 / 翁の呟き 歩き続けたい .....	8



30  
YEARS  
ANNIVERSARY

## 30周年を迎えて

港南たすけあい心は、今年度30周年を迎えました。総会資料にも、2023年度の取り組みとして「30周年記念行事を一年間を通して行います」と掲げ、理事会で検討を重ね、定例会でもメンバーに投げかけながらどのような30周年にしていくのか模索してきました。

地域の方々への恩返しの気持ちを込めて、11月5日(日)に「港南たすけあい心30周年記念祭り」を開催しました。初めてのイベント開催ということで、なごみのば林様や商店会会長の堀部様に協力を得ながら当日を迎えることができました。

当日は「ふるさと港南盆踊り保存会」による盆踊りや、手話サークル「ひよこの会」の手話コーラス、ジュンコフラサークルのフラダンスに魅了されました。

また、出店のブースも設けノバからさん、パステルさん、港南福祉ホームさん、たすけあい心からも駄菓子、ご利用者様・メンバーの手作りの品もあり、たすけあい心らしい手作り感あふれる30周年記念のお祭りになりました。

地域の大勢の方々や利用者様にも最後までご覧いただき、とても嬉しく思いました。また、30周年記念として杉山孝博先生をお招きし、11月19日(日)「認知症の人の世界を理解しよい介護をするために」をテーマに、長堀所長はじめ野庭地域ケアプラザの皆様のご協力のもと開催することができました。

当日には、利用者様、地域の方、メンバー合わせて74名の参加があり大盛況でした。杉山先生の温かくユーモアに溢れるお話は、介護する側が認知症を理解し対処方法を知ること、認知症の方・介護・支援する側の日常がいかに心軽くなるかを学びました。

これからの支援に繋がっていきたいと思います。

講演会後には、同じ会場で会食を楽しみながら、メンバー全員から一言を頂き、笑いあり涙ありのあたたかなお祝いの会となりました。

**「人と人との繋がりを大切にしたい」**

たすけあい心が大切にしてきたこの想いをこれからもメンバーと一緒に繋いでいながら、「たすけあい心さんでお願いします」と信頼されるたすけあい心でありたいと思います。

今後ともどうぞ宜しくお願い致します。

令和六年二月吉日 港南たすけあい心 理事長 宮古 縁

港南たすけあい心は  
お陰様で創立30周年を  
迎えることが出来ました。  
地域の皆様のご理解と  
ご協力のおかげと  
思っております。  
ありがとうございます。



祝辞を金忠様よりいただきましたので、ご紹介させていただきます。

特定非営利活動法人  
港南たすけあい心様

## 設立30周年おめでとうございます!

私は港南たすけあい心さん設立時に神奈川ワーカーズ・コレクティブ連合会の事務局として関わったものです。今は夫が利用者としてお世話になっています。

心さんのすてきな広報誌を送っていただいておりますが、30周年が掲載された3月号はなぜか開封してなく最近になって知りました。考えれば分かることですが余裕のない生活をしていたのだと思います。

そこで「30周年!」と改めて感慨に浸っています。もう30年も経ったのだという思いと「よく30年続けてくれた」と感謝の気持ちです。当時から必要な組織という認識はありましたが、続けていくことはやはり大変な努力があったと思います。皆様に心より拍手を送りたいと思います。

ワーカーズ・コレクティブ全体に言えることですが、当時から報酬を含めて決して女性の働く場所として環境は整っていませんでした。それでも福祉の社会化、地域社会の活性化、環境への配慮、人間性への配慮、女性の権利取得、それを一言で表すと「住み慣れたところで女性も男性も子供も老後も安心して暮らせる社会」を目指していました。福祉の社会化は実現したでしょうか?その他はどうでしょうか?心痛むことが多々ありますが、それでもワーカーズ・コレクティブの良さを理解した人たちが集まって続いていってほしいと願っています。

これからも新たな未来に向かって進まれることを祈念しています。

2023年10月29日 金忠 紘子





# 30 YEARS ANNIVERSARY

## 港南たすけあい心 設立 30 周年祭り 地域の皆様と共に

お祭りの準備の写真です

会場を飾る  
ガーランド作り



祭り舞台のシンボル  
目立つように作りたい



きれいなくす玉  
できました



当日の景品  
バルーン作品



手づくり品の値段付け作業  
いいものたくさん



お祭りの準備に多くの  
メンバーが協力してくれました



当日の様子です



地域の皆様大勢来ていただきました



パステルさんのお赤飯・おにぎりは大人気でした



生演奏で手話ダンス



手話サークル ひよこの会の皆さん



港南福祉ホームさん  
クッキー・カレンダーなど販売



唐揚げ専門店 ノバからさん



ふるさと港南盆踊り保存会の皆さん

### 港南たすけあい心 30 周年記念講演会

野庭地域ケアプラザのホール 2023年11月19日

#### 「認知症の理解と援助」

講師：杉山孝博先生

川崎幸クリニック院長  
公益社団法人 認知症のひとと家族の会神奈川県支部代表



地域の皆さんも大勢参加して  
くださり満席でした



ユーモアあふれるお話しに  
認知症もなんのその



明日からの訪問介護に  
勇気をいただきました

駄菓子やおもちゃはいかが



手づくりアクセサリーの販売



フラサークル代表  
小林順子先生



ジュンコフラサークルの  
皆さん

#### コメント

11/5(日)の30周年記念祭りは天候にも恵まれ、穏やかなイベント日和になりました。

当日は、「ふるさと港南盆踊り保存会」による盆踊り・手話サークル「ひよこの会」ジュンコフラサークルのフラダンスに魅了されました。

出店ブースには、ノバからさん、パステルさん、港南福祉ホームさんにご協力をいただき、たすけあい心から駄菓子、ご利用者様・メンバーの手づくり品に地域の方々に喜んでいただきました。

11/19(日)は、杉山先生の温かくユーモアに溢れるお話しに野庭地域ケアプラザ・多目的ホールの定員を上回る参加者で大盛況でした。



## 神経難病の方の介護について

講師 済生会南部訪問看護ST  
緩和ケア認定看護師 小山 吉美氏  
看護師・理学療法士 笠原みどり氏

2023年6月24日

### 神経難病とは

脳や神経を侵す難病。手足の運動や感覚の麻痺をきたし、ふらつきがひどくて歩けなくなったり、人工呼吸器の装着が必要になったりします。

ALS・パーキンソン・多系統萎縮症など

### ケアのポイント

- 多職種連携が欠かせない(情報共有をすること)
- 家族へのケアが大切
- 本人の意思を知り日々の丁寧な生活支援を継続すること

### 受講後の感想

- 進行状況に応じて専門職のアドバイスを受け、利用者の負担軽減を行い安全に在宅生活が過ごせるように支援したい。
- 服薬の大切さ、姿勢の工夫、道具の利用などとても分かりやすかった。



## 認知症研修 「家族介護の経験から学ぶ」

講師 認知症の人と家族の会 神奈川支部世話人  
渡辺 久江氏

2023年8月26日

夫が若年性アルツハイマー型認知症と診断されてから10年間の在宅介護の経験を講演していただきました。貴重な介護体験のお話は心にしみて深い感動に包まれました。



### 受講後の感想

- 話しかけの仕方が大切と分かりました。優しい言葉をかける、介護する私たちもスキルアップしていきたい。
- 認知症のご本人だけでなく家族の気持ちにも寄り添うことが大切と思った。
- 自分の思いを毎日文章にしてストレスを解消されたことは参考になりました。



## 精神に障害のある方への支援

講師 こまつなナーシングKK  
前野 紀子氏

2023年9月30日

「障害を持ったあなたは私だったかもしれない」の言葉が支援者としての軸になっているそうです。支援に関わるすべての人と共有したい思い、とされていました。

### 支援者に求められること

- 支援者主体になっていないか。
- パーソナルスペースの見極め
- ひとりで抱え込まない



## 感染症・食中毒予防について

講師 済生会南部訪問看護ST  
看護師 大塚 利香氏

2023年7月29日

### 食中毒の原因 食中毒は一年中起きている！

【細菌】……… 食べ物の中で増殖 夏場に多い  
室温で活発に増殖し湿度を好む  
O157 カンピロバクター サルモネラなど

【ウイルス】… 人の腸管内で増殖 冬場に多い  
低温や乾燥を好む  
ノロウイルスなど

### 対策

- 「つけない」 ● 「増やさない」 ● 「やっつける」

### 受講後の感想

- 带状疱疹は免疫力低下で発症するので体調管理が大切と分かった。
- 冷凍の肉などは電子レンジで解凍し、自然解凍は避けようと思った。



## 内部講師による個別研修

講師 名取 恵子さん  
ベットを使った車椅子移乗



講師 齋藤 正子さん  
おむつ交換と麻痺のある方の着替え



講師 小池 尚さん  
口腔ケア



# 港南たすけあい心の活動状況

	7月			8月			9月		
	介	支	自	介	支	自	介	支	自
利用者数	39+35	23	20	40+35	20	19	44+39	25	16
活動時間	489.5	150	83	463	97.5	74	446	131	73.5
活動ワーカー数	26			27			26		

	10月			11月			12月		
	介	支	自	介	支	自	介	支	自
利用者数	38+31	22	18	38+31	25	22	42+32	24	22
活動時間	430	137	70	461	155	99	340.5	125.5	86.5
活動ワーカー数	25			26			25		

## 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）

7月	8月	9月	10月	11月	12月
38+45	45+44	39+36	40+38	46+39	48+39

介 介護保険利用（要介護 利用者）＋（要支援 利用者）  
 支 障害者支援 居宅介護 移動介護  
 自 自費サービス

登録ワーカー数 …………… 28名  
 介護保険利用者 …………… 74名  
 居宅介護支援利用者 …………… 87名  
 障害者自立支援制度利用者 22名

2024年1月1日現在

## 賛助会員



匿名希望 1名

## 翁の呟き

### 歩き続けたい

「登山」といっほどの山登りではなく、ウォーキングやハイキングのために長い間使っているハイキングシューズを持っています。少々外観はくたびれています。が凹凸道や砂利道を歩いても楽な靴です。

いずれ歩行がままならなくなるまで使い続けたいと思いつつ、いざれ歩けなくなり靴と別れる日が来ることを漠然と感じています。今まで自分が「歩き回れる」ことに何の疑いを持っていませんでしたが、歩けなくなる歳に近づいてきたことを密かに感じ、「年貢の納め時」という言葉が実感として理解できるような気持ちにはなりません。

こんな感覚を身近に感じるようになると「旅に病んで夢は枯野をかけぬる」という芭蕉の俳句を想います。辞世の句という解釈もあるようですが逆に、「元気になる」、今まで通り旅を続け、もっと素晴らしい句を作りたいという願いや執念によって生まれた俳句とする解釈もあるようで、私はこの解釈に共感を覚えます。

病床に臥しても止まない旅への執念がにじみ出ている……というように考えると悲観的な行く末を想つ心象ではなく前向きな活力を宿した気持ちが伝わってくるように感じます。

加齢や足腰の不調で歩き回ることには不安を覚えることを意識しながらいざれ「フードアウト」していく存在であっても、いつまでも、自らの足でかけぬる「大概を持ち続けたい」と近頃は思っています。 山田哲夫

