

下馬あんしんすこやかセンター

男性限定の体操コミュニティ「しものぎダンディ」
管理者/保健師 大塚 一恵

「あんしんすこやかセンター」では、いつまでも住み続けられる地域づくりを目指して通いの場や居場所づくりに取り組んでいます。地域活動においては、女性の活躍が目覚ましく男性の参加が少ないのが現状です。そのため平成28年12月から平成29年4月にかけて、あんしんすこやかセンター主催のいきいき講座として、男性限定の体操教室を3回開催しました。

3回目の会のときに、定期的な継続開催について話し合いを持ち、参加者全員の合意のもと自主グループ「しものぎダンディ」が誕生しました。4名の運営委員を選出し、毎月1回第4金曜日午後開催しています。特徴は、男性限定の

自主グループであること、いきいき講座から協力してくれた講師が理学療法士であることです。動作の専門家である理学療法士の医学的根拠に基づいた指導

は、大変好評です。もうひとつ、運動だけではなく、毎回1か月の出来事を含め、数人ずつに分かれて話をする時間を持っています。話をする中で交流が生まれ、お休みの方を気遣うといった仲間意識も生まれるようです。

グループのテーマは体操を軸としたコミュニティです。今後、体操グループを超えた男性陣の活躍を期待しているところです。(表紙写真・下段左)



参加者のリクエストに応じたプログラムを提供することもできる「しものぎダンディ」

上馬あんしんすこやかセンター

介護予防のための「いきいき講座」

相談員/社会福祉士 山口 浩太

未経験だった福祉の世界に入り、5か月が経ちました。「上馬あんしんすこやかセンター」に配属され、学びの多い日々を過ごしています。そんな中、「いきいき講座」に携わることになりました。

この講座は、高齢者の生活に密着した問題の解決や介護予防の普及啓発などのテーマについて学



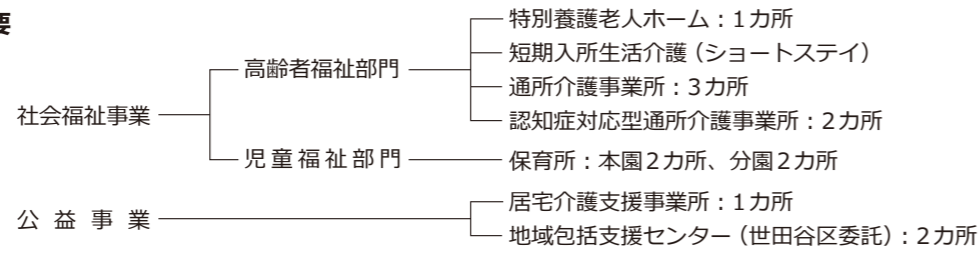
フレンズの新しい仲間 毎日の体験が勉強です

ぶもので、「上馬あんしんすこやかセンター」では月に1度開講しています。バスと徒歩で外出をしたり、夏を乗り切るための食事・水分摂取方法を学んだり、ハワイアン音楽のコンサートを聴いたり……。

参加される方とお話して学ばせていただくのは、皆さんが元気に過ごすために様々な取り組みを独自に行っていること。1日30品目の食材を使って献立を考えている方、毎日「1万歩」歩くことを習慣にしている方、友人と連携して悪徳商法を断った方など。お手本のような生活をされている方々が、今以上に安心して健やかに生活していくために、どんなお力添えができるのだろうと、引き続き模索しなければと思っています。

日本フレンズ奉仕団事業概要

(令和2年3月現在)



編集後記

本号は高齢福祉部門の事業所でのトピックスを掲載しました。平成15年に策定された法人の経営理念の1節に「地域の人々と協働するコミュニティーワーカーのプロ集団を目指す」と記されています。それぞれの事業所は事業内容の違いはもちろん、地域性も異なり、求められるニーズも違います。各事業所が特色を出しながら「地域の人々と協働している」様子を、これからも情報発信していきたいと思えます。(S.I)

社会福祉法人 日本フレンズ奉仕団 広報紙「扉」 第5号

- 発行日：2020（令和2）年3月1日
- 発行所：社会福祉法人 日本フレンズ奉仕団
東京都世田谷区下馬2-21-11
TEL. 03 (3422) 7211 FAX. 03 (3422) 7227
http://www.n-friends.or.jp
- 編集・発行人：飯田 能子



新しい福祉サービスの創造へ
TOBIRA



初めての試み
世田谷区福祉人材育成・研修センター事業
フレンズホーム

キリッと決めました！
「しものぎダンディ」
下馬あんしんすこやかセンター



「敬老祝賀会」で好評だった
職員のリコーダー演奏
デイ・ホーム上馬

特集／日本フレンズ奉仕団の高齢者福祉

特別養護老人ホーム「フレンズホーム」……………2
居宅介護支援「フレンズ介護保険サービス」
通所介護……………3
「フレンズケアセンター」／「デイ・ホーム上馬」／「デイ・ホーム中丸」
地域包括支援センター……………4
「下馬あんしんすこやかセンター」／「上馬あんしんすこやかセンター」



〈特集〉

日本フレンズ奉仕団の高齢者福祉(施設とサービス)

地域の高齢者福祉ニーズに、幅広いサービスと質の高いケアでお応えしている日本フレンズ奉仕団。7つの現場の活動の様子を、最近のトピックを交えてお伝えします。

特別養護老人ホーム

フレンズホーム

初めての「親子介護施設体験教室」

生活介護課長/介護福祉士 渡邊 久子

世田谷区福祉人材育成・研修センター主催の「親子介護施設体験教室」が、8月7日にフレンズホームで開催されました。この体験教室は初めての試みで、フレンズホームに参加申し込みされた近隣の小学生7名(6年生3名、5年生1名、3年生3名)と付き添いのお母様が3名参加されました。まず、特養について施設長から説明した後、施設内を見学しながら、介護用品を体験していただきました。子どもたちにとっては見る物すべてが珍しいらしく、車椅子体験ではほんの少しの説明で皆さん上手に車椅子を操作し、よほど気に入ったのか、そのまま車椅子に乗って移動するお子さんもいました。浴室に入ると、家とは全く違う^{のき}浴槽の浴槽が珍しかったようで、7人で交代しながら出たり入ったりしていました。自力で身体を動かすことができない入居者のための洋風バスタブにも興味津々で、入浴方法を説明



子どもたちに「介護の仕事」に興味をもってもらいたいと対応する職員にとっても良い体験に。(左)看護師による血圧測定体験。(右)車椅子用車両の試乗体験

すると、すごーいとお母様方も一緒に感心されていました。車椅子のまま乗れる車にも乗ってみました。少しずつ傾斜を登っていくときには、少し怖かったのか真剣な面持ちでした。

最後に同行されていた区の職員が用意したクイズにも活発に答え、修了証をいただいてとても嬉しそうでした。皆さん、とても素直で様々なことに興味を持ち、積極的に体験しました。老人ホームについて、あまり先入観のない子どもたちがこの体験を通してどのようなイメージを持ったのかわかりませんが、介護職が将来職業選択肢の一つとなることを願っています。(表紙写真・上段)

居宅介護支援

フレンズ介護保険サービス

チームケアで看取りのできるデイ・ホーム

管理者/介護支援専門員 市村 龍子

T様ご夫妻は平成25年から私が担当しており、一人娘のA様が家で介護されています。昨年よりご両親は要介護5の状態でご寝たきり。お母様は経鼻栄養、お父様は留置カテーテルを挿入し、お二人とも身体に管の入った状態で、「中丸デイひだまりコース」を週5回～4回で利用されていました。今年に入り疲れも出てきたので宿泊のできる別のデイ・ホームを利用することに。ところがひだまり利用時は一度も褥瘡^{じよくそう}をつくらなかったのが、宿泊のたびに褥瘡をつくって帰るようになりました。そこで「もう一度中丸でおむつ交換や入浴、食事介助など一切お任せし、週5回もしくは4回で見てもらえないか」と相談があり、「中丸デイひだまりコース」へ戻ってきました。このときA様から中丸の職員のスキルは高いと言われ、私は同じ法人の仲間を誇らしく思ったものです。

お父様は長身で足をつまづいてしまうため、送迎車に乗

るにも一苦勞。ただご本人は記憶力がしっかりしていて中丸の職員の丁寧な介護に、いつも感謝の気持ちをお持ちでした。7月中旬、ひだまりで食事中に体調が悪化、すぐに長女へ連絡し、送迎車で自宅まで送りました。その1時間後、家族と訪問診療の先生に看取られ自宅でお亡くなりになりました。最後まで大好きだったひだまりの職員に手を握られて……。最後の送迎時も丁寧にベッドに寝かせてもらえて助かったと感謝されました。

このように「デイ・ホーム中丸」では質の高いチームケアを行うことができます。先日ある訪問看護ステーションの所長から「市村さんの看取り後の利用者様からの満足度が高いんですよ」と言われました。私は介護をしていませんので、みんなの介護の賜物です。これからもそんな仲間たちと一緒に利用者様を支えていきます。



他事業所からの信頼も厚く頼れるケアマネージャー

通所介護

フレンズケアセンター

地域住民の支えでありたい

生活相談員/介護福祉士 岩間 順子

「お迎えのバスが来てる！早くしてよ！」。出勤前の娘さんと、マイペースなAさん。毎日通所されていたAさん宅の朝の光景でした。母1人子1人の生活の中で、母の存在が仕事を持つ娘さんの負担になっていきました。ユーモアがあり、聞き上手、話し上手なAさんは誰からも慕われる方で、機能訓練にも前向きに取り組めます。

しかし循環器に疾患があり、呼吸苦を訴えたりチアノーゼ状態になったりすることも珍しくありません。1日の中でも血中酸素のアップダウンが激しく、細かな測定や様子観察が必要です。時間を追っての測定値や状態変化をデータにまとめ、医療機関と連携し、情報共有するのも私たちの大切な役割でした。約5年間、母娘への支援が続き、Aさんは80歳

で亡くなりました。

「大好きだったフレンズに母と行ってもいいですか」と娘さんが、ご挨拶に立ち寄ってくださいます。Aさんの亡骸^{なきがら}に合掌しながら、心を込めてお見送りしました。「この場所に一歩足を踏み入れると、いつもの席で笑って過ごしていた母に会える気がするんです」と、数カ月に1度、足を運んでくださいます。ここはご家族にとって亡き姿を思い出せる場所であり、心のよりどころでもある……。私たちの仕事は、地域の方々にずっと寄り添える。そんな支援のできるデイサービスでありたいと、強く心に誓いました。



「地域の人々の心のよりどころでなければならぬ」と教えてくれたAさんと、岩間相談員

デイ・ホーム上馬

令和元年の「敬老祝賀会」

所長/介護福祉士 檜山 睦



ご家族と職員でご利用者の長寿を祝う。行事を通じて家族を支援することも、デイ・ホームの役割

9月16日、「敬老祝賀会」を開催しました。今年もお孫さんを含む10名以上のご家族様にご参加いただき、みんなで

お祝いをしました。この日の昼食は厨房スタッフが腕によりをかけた「お祝い膳」、

午後からは記念品の贈呈、職員が感謝の気持ちを込めて歌や楽器演奏、踊りなどを披露しました。いつも以上に盛り上がり、デイルームは利用者様の笑顔でいっぱいになりました。

最後は、バイキング形式でのおやつをご家族様と一緒に囲み、心もおなかも嬉しい時間を過ごしました。

「敬老」—老いを敬う、「敬老の日」—長年社会に尽くしてきたお年寄りを敬愛し、長寿を祝す。世界中で年寄りの記念日があるのは、日本だけだそうです。

今、私たちが平和に過ごしていることを改めて考えなくてはいけない1日であり、いつまでも感謝の気持ちを忘れてはいけないと思いました。(表紙写真・下段右)

デイ・ホーム中丸

「盆踊り大会」と歩行器なしで踊れたAさん

所長/介護福祉士 花枝 茂

ご家族、ボランティアの皆さんも多数参加され、今年も盆踊り大会を開催しました。去年の同じころからご利用を開始されたAさんが、中丸で初めて体験された行事が盆踊り大会でした。当時は、腰椎圧迫骨折後で足元が不安定なため、歩行器なしでは歩けない方でした。職員の見守りのもと、歩行器を押しながら踊りの輪に加わり楽しそうに踊られていたと思っていました。

ところが、その後の担当者会議で「歩行器を押しながら踊るのは格好が悪かった」と残念そうに話をされていたと聞きました。そこで「来年は歩行器なしで踊れるようになる」ことを目標に、Aさんは訪問リハビリを開始。中丸での体操に

も参加され、下肢筋力の維持、強化に取り組まれました。そして迎えた今年。

1曲目の太鼓の合図と同時にAさんは立ち上がり、職員の心配をよそにしっかりと踊って見せてくれました。Aさんが1つの目標を決めるきっかけとなった行事。高齢者が1年先、2年先に今と変わらぬ状態にいるためには、大変な努力が必要なのだと感じた出来事でした。

Aさんの次の目標は「来年は、1曲目から最後まで踊ること」だ、そうです。Aさんは来年、89歳を迎えます。



「行事やプログラムを楽しみながら自然に機能訓練ができる」雰囲気を作ることは、職員の見せどころ