

玉樹 だより

社会福祉法人 紬会 つむぎかい

2017年 10月 第42号



ふくし“きらり人”第一号に任命！



茨城県社会福祉協議会より、福祉の仕事に対するイメージアップを図るため、福祉施設などで働く方や福祉を学ぶ学生さんのうち、きらりと輝く人物を“きらり人”として任命し、県社協の実施する事業を通じて福祉の魅力を伝えていく活動が始まりました。そして、第1回「きらり人。」に、玉樹でアルバイトをしている岩田明日香さん（茨城県立古河第二高等学校、福祉科3年）が任命されました。岩田さんの福祉への取り組みが「若さと元気が明るい介護のイメージ」に繋がる（県社協）として採用の決め手となったそうです。



すみれ荘：岩田明日香さん

私が玉樹でアルバイトしようと思ったきっかけは、学校以外でも介護の現場に携わっていたと思ったからです。私は高校で介護福祉士になるための養成校に通っています。学校で学んでいる知識や技術を少しでも活用し、職員の一員として利用者様と関わることで、普段学校や実習では学べないことが沢山学べると思い働いています。実際に働いてみると、利用者様と関わる中で、「ありがとう。」と感謝の言葉をいただき、やって良かったなと喜びもやりがいも感じています。

まだ働き始めて数ヶ月しか経っていませんが、職員の方も優しく教えて下さるので、毎回アルバイトに来るのがとても楽しいです。



岩田さんのように、福祉に真面目に取り組んでくれる子が玉樹に来てくれたことがとても嬉しいです。まさに“きらり人。”！技術的なことも、もちろん大切ですが、アルバイト期間は、面白い事を見つけたり、一緒に楽しむ事を先輩たちから学びながら、利用者に向き合うという、この仕事で最も大事なところも経験して欲しいと思っています。

法人本部長 吉川秀貴

学生アルバイト、活躍中です

学生アルバイトの職員が沢山増えました。積極的に学生アルバイトを受け入れることで、これからの将来を担う若い世代の人達に、福祉に興味を持っていただけたら嬉しいです。

また、玉樹で働いて感じたこと・学んだことが、学生さんにとって将来の可能性が広がるキッカケになれば素敵だなと思っています。



なでして荘：増山早紀さん（大学3年生）

母が介護職だったこと、また大学で生活環境デザインを学んでいることから、アルバイトを始めようと思いました。働いてみると、介護現場の大変さ、人手の少なさを感じました。それでも利用者様のために皆さんが協力して仕事をしているのが印象的でした。これからの高齢者社会において、介護施設はどうあるべきなのかを考えさせられました。日々お年寄りの可愛らしい一面に癒されながら、様々なことを勉強中です。



すいせん荘：飯岡玲菜さん（高校1年生）

玉樹でアルバイトをしていた友達から誘われて働き始めました。将来、美容師になるため専門の高校に通っていますが、職種は違っても「人と接する」という共通点があるので、とても勉強になっています。実際に働いてみて、お年寄りの方に「ありがとう。」と言ってもらえた時が嬉しいです。



あじさい荘：渡邊乃愛さん（高校1年生）

元々、小さい子供の面倒を見るのが好きでしたが、やったことがない事に挑戦してみたいという想いがあり、アルバイトに応募しました。働いてみて思ったことは、アルバイトの仕事内容は決して難しくはなく、家事に近いので、普段から家で母の手伝いをしておけば良かったなと思いました。また、利用者様と接していると、いろいろな話を聞かせていただけるので楽しいです。



ひまわり荘：関令奈さん（高校1年生）

テレビで実際の介護現場の様子を見たことがキッカケで介護に興味をもち、学生のうちに、興味があることは経験しておきたいと思いアルバイトを始めました。実際に働いてみると、テレビでは寝たきりのお年寄りばかりのイメージでしたが、自分で歩ける方や、おしゃべりできる方もいて、色々なお話ができるので、とても楽しいです。



デイ玉樹：前野優太さん（大学院卒業）

元々は、引っ込み思案の私ですが、趣味の音楽、飲食店や家庭教師のアルバイト、学校相談員のボランティアの経験を通して、人と関わるのが好きだということに気づきました。また、おばあちゃん子だったこともあり、来年から教師として就職するまでの間、社会勉強として介護施設で働いてみたいと思いました。日々学びながら成長させていただいている最中ではありますが、職員の方々、利用者様のご助力のおかげで、楽しく働かせていただいています。



ギョングョングンバスツアー



10月26日入居日帰りバスツアーに行ってきました♪
バスツアーの行き先としては初めての場所【富士山】に行
って来ました。富士山へ行くのが初めての方はツアーを心
待ちにされていました。家族様も参加して下さい、とても
楽しい時間を共有させて頂きました。心配だったのは…
富士山は『行けば必ず見られる』と言うわけではなく
実際に行ってみなければわからないという賭けの
ようでしたが、ツアー当日は本当に最高の天気♪
雲ひとつ無く富士山が絶景でした!!
観るだけでパワーを頂きました♪♪♪



「ほうとう不動」でランチ♪



山梨名物★ほうとう



富士山に
かかる雲を
イメージした
建物

美味
かったあ

お汁の味が
Good!!

野菜たっぷり具沢山の
ほうとうを沢山召し上がって
いました☆食べる様子をみれば
『美味しい!』のがわかります。

富士山を見ながら食休み♪



最高!

名物ほうとうを食べ満腹☆
富士山日和で心も満足☆
素晴らしいおでかけ日和でした。
富士山にパワーをもらい
また頑張ろうと思えた
素敵なツアーでした!
また行きたい!
また行こう!!



河口湖から観る富士山

名物☆ほうとうをお腹いっぱい食べた後は河口湖へ！
遊覧船に乗り、河口湖に映る逆さ富士に感激☆
景色を満喫してきました。



まさか富士山に
行けるなんて
思わなかった！
行けて
よかったです



「子供の頃観た
事あるんだよ」
と、娘さん達と
思い出話を
楽しみながら

「お姉さんにも
見せたかったな〜」と
家族さんを想いながら



「あらま〜
富士山がこんなに
きれいに見えるよ！
ありがたい！」と
最高の笑顔を
いただきました



職員も一緒に楽しむ♪



お土産タイム♪



桔梗屋さんで
信玄餅ソフト

非日常の裏には日常の生活作りが不可欠

ツアーの行き先が『富士山』と決まった時は、「遠くて長い時間バスに乗るのに大丈夫かな？」

「何度もバスを乗り降りするけれど大丈夫かな？」と不安もありました。

でも、無事に行って来ることができた事。そして、ただ行くだけでなく楽しめた事が、
確実にお年寄り一人ひとり、職員一人ひとりの自信に繋がったと思います。

今回のツアーで、お年寄りの「こうしたい！」を叶えるためのベースには、

「非日常を楽しめる体力作り」や「旅への不安を取り除ける」ような
日常のサポートが不可欠だと、改めて感じました。

次回の春のツアーも思いっきり楽しめるように「日々の生活作り」を意識していきたいと思います！



「〇〇がやりたい！」という気持ち

私(目黒SW)は食べることが大好き！朝昼夕問わず「今日は唐揚げが食べたいな～」「今日はお寿司が食べたいな～」「ビール飲みたいな～」と考えています。そして、それを求めて、車を運転して買い物へ行き、美味しかったあと**満足感**を味わうことができます。

皆さんも今日は「〇〇がやりたい！」と考える時間があると思います。そして、それを全部でなくとも自分の力で**達成**することが出来ているのではないのでしょうか？

では、お年寄りはどうでしょうか？「〇〇がやりたい！」という気持ちが湧いてきているのでしょうか？湧いて出た気持ちを達成感で終わらせる事が出来ているのでしょうか？



ふみこ様の 気持ち



ふみこ様は夕方陽が沈む頃になると特定のお部屋に入り、窓下にある椅子に腰掛け、窓枠に肘を乗せて、ゆっくりと外を眺めています。初めて見かけた時は、そのお部屋がふみこ様の部屋ではなかったため「お部屋から出ましょう」と声かけしていました。しかし、毎日同じ頃に同じ部屋へ行き、同じように腰かけて外を眺めている姿がありました。

そっと傍に行き、顔を覗き込むと・・・目を細め、口角が上がり、皆さんと過ごすリビングでは見たこともない笑顔でした。この時間に、この部屋から眺める風景がとても好きで、ふみこ様の「やりたいこと！」なんだなあと分かりました。認知症の症状がみられ、残念ながら『好き』と言葉での感情表現や、この風景がお気に入りの理由などは、ふみこ様から発信して下さることはありませんが「あの**笑顔**」が全て教えてくださっているのだと想いました。今では、陽が暮れる頃の、あのお部屋の窓際は、ふみこ様の特等席で**満足感**を味わえる貴重な空間となっています。

毎日の中での何気ない、ほんの数分の出来事ですが、ふみこ様の心に少し触れることができた気がして、とてもうれしく感じました。これからも**達成感・満足感**を意味する笑顔を大切にしていきたいと感じました。

さりげない言葉、何気ない行動を注意深く見つめ、ひとりひとりの「やりたいこと！」を見つけだし、日々の目標、活動、達成感、満足感に繋げていきたいと想います。

数日ですが住み慣れた自宅を離れ、不安を抱きながらショートステイをご利用されている利用者様の**気持ちが少しでも明るく、前向きになるように、その方の「これがやりたい！」という気持ちに敏感になり、達成できる環境づくりに努力していきます。**



“小さいイス”に座るということ



高齢になると目が下がってくるため、上側の視界が狭くなり、お年寄りの視野は「目の上に手をかざした位」と言われています。更に腰も曲がってくると、職員が同じ高さのイスに座り対応すると、写真のように視野は極端に狭くなってしまいます。

職員が「小さいイスに座る」ことには以下のような利点があります。

目線が合うと
利用者様の
視野の中に
職員の顔が入る



小さいイスに座ると…
職員の顔が視界にはいる！
↓
相手の顔が視界に入ると
言葉が伝わりやすい・理解しやすい
↓
コミュニケーションを円滑にする！



食事介助の時に
下からの
アプローチが
できる



介助する職員の手が、
口に対して平行～下の位置
から食事を運ぶことができる
↓
• 食べ物の認識ができる
• 誤嚥の予防になる
(アゴが上がらないため)

大柄な職員でも
視線が合う♡



視野に介助者の顔が入るので、言葉掛けも伝わりやすくなり、食べる量が増えること、食事への意欲UPの効果も期待されます。

一日を一緒に過ごす中で、職員が利用者様と関わる機会はたくさんあります。

その中で、【表情】や【言葉】を介して【想い】を届けること。
介助の基本である「下からのアプローチ」を当たり前にする。

そのための一助となるよう、利用者様にとっても職員にとっても
過ごしやすい環境を整えていきたいと思ひます。





「楽しい♪」の効果

じゅげむでは、毎月【季節を感じる曜日対抗ゲーム】で体を動かす機会を作っています。10月は運動会の季節ということで「個人戦のパン食い競争」「チーム戦のリレー」など行いました。元々は、「充実した1日を過ごしていただきたい」という想いで始めた曜日対抗戦ですが、色々な効果が見られています。



今まで行ってきた音楽体操や風船バレーでの運動は、「私はやらなくていいよ」「体調が…(不安)」との声があり見学される方がいました。ところが、曜日毎に競い合い、勝ち負けを決める【曜日対抗戦】にすると、体を動かすことに消極的だった方も、興味津々で一生懸命手足を動かし、生き生きとした表情を見せて下さっています。「どうやってやるの?」「負けないよ!」「頑張れ!」「面白かったよ」「楽しいですね」と会話も気持ちも弾んでいます。



今まで、運動への参加に消極的な方に対して「きっと体を動かす事が、あまり好きではないのかも知れない…」「一人でゆっくり過ごされる事が好きなのかも…」と勝手に思い込んでいました。でも、曜日対抗戦にし【皆で力を合わせて優勝を目指さず】という目的が、利用者様の意欲へと繋がり、楽しい!の効果も沢山あることに、改めて気づかされました。

楽しい気持ちになると、たくさん笑いが生まれ自然と会話も弾みます。

会話が弾むと居心地が良く、皆で食べる食事もあり美味しくなり、食欲アップにも繋がります。そして、きちんと食事がとれると体調維持に繋がり活動への意欲もアップする。良いことづくめです。

**楽しい!とを感じるだけで
「心も身体も元気」になるのです。**

これからもじゅげむでは、「楽しい!」という気持ちを持って、日々過ごしていただけるような取り組みを行っていきたいと思います♪





地域資源作りの 第一歩

自分たちで動く！



私達ケアマネジャーは、利用者様がどんなことに困っているのか、切実な声を直接聞くことができます。その中で「こんな〇〇があればな・・・」という声を拾い上げ、応えることができたなら、お年寄りが生き生きと暮らせる、よりよい地域になっていくと思います。しかし、現実には利用者様の「困った！」を解決できる身近な地域資源は、まだまだ少ないのが現状です。

そこで、玉樹では「買い物に連れて行ってくれる人がいたら・・・」という利用者様の声に応え、平成27年から「ウキウキショッピングバス」という【買い物支援】を始め、現在は私達ケアマネジャーが中心となり、活動しています。高齢になると様々な理由で、いつの間にか買い物に行かなくなってしまう方がほとんどですが、自分のため、誰かのために…自分で選んで買い物できることが利用者様の中で“楽しみ”となっています。「また来月もお願いします。」と嬉しい声も聞かれています。

ウキウキショッピングに携わることになった当初は、正直、仕事が増えることで本来のケアマネ業務が疎かになってしまわないか・・・と不安がありました。

しかし、実際に自分たちで直接関わり、お年寄りの生き生きした表情を目の当たりにしたことで、「地域資源が足りない・・・」と求めているだけではお年寄りの声にすぐ応えられない、まずは・・・



【自分たちで動く】
【自分たちで作る(関わる)】

これが大切だと気づきました。

今後は、買い物支援に関わることで発見できた「新たなニーズ」を実現すべく、自分たちから積極的に地域資源を提案し、八千代町の皆さんがずっと笑顔で暮らせる環境を「地域の皆様と一緒に」作っていきたいと思います。

