

けあなる

No.47

■発行：社会福祉法人創和会

町田市成瀬台3-24-1 TEL042-720-2202

<http://www.ccnaruse.com>

～東京都知事感謝状を受賞して～

ケアセンター成瀬ボランティアコーディネーター
永尾陽子（ながおよこ）さん



ーこんにちは。この度は東京都知事感謝状受賞、おめでとうございます。率直な感想をお聞かせください。

嬉しいのはもちろんですが、とても光栄に感じています。都民を代表する都知事から感謝されるということは、私の人生で一番、誉れ高いことです。そして、振り返って「果たして私はそんなに立派なことをしているのかな」と考えてしまいました。



ー感謝状に「社会福祉の推進に大きな貢献をされた」とありますが、具体的にはどんなことでしょうか。

ー一番大きな活動は、やはりケアセンター成瀬でのボランティア活動です。高齢化社会において地域に高齢者施設があるということは大きな財産であると思います。

私はケアセンター成瀬の存続を願って、開設当初からお手伝いを続けています。

この他、色々な地域活動も評価されたと思います。例えば、会長を20数年続けている高齢者のための老人クラブ活動、「成瀬お助け隊」「高齢者共生の会」「2丁目自治会の防災サポーター」などの、助け合いの活動。その中での我が家を会場にしてのサロン活動が評価されています。

ーボランティア活動で一番嬉しいことは何ですか。

いろいろな人との出会いがあるということです。楽しかったり、学ばせて頂いたり、得るところがたくさんあります。他方で辛いことや悩みは、「ない」と言えます。仕事と違いボランティアは自分の意志で行うものだから、無理することではないと思います。但し、ボランティアであっても責任は問われます。責任を全うするにあたっては、大変なこともあるかと思います。

ー永尾さんにとってボランティア活動とは何ですか。またボランティア活動に対する想いとは何ですか。

一言でいえば、「生きがい」です。4年ほど前に、夫を看取りました。自由の時間が増えたことで、地域活動にも拍車がかかったかと思います。一人住まいで寂しい思いをするのは夕食の時ぐらいでしょうか。今日行くところ（教育）と今日用がある（教養）がある日々を送っています。



ー今後の活動への取り組みは？

年取るとともに、頭と体の働きが悪くなってきていますが、出来る範囲で社会福祉に貢献していきたいと思っています。

ー永尾さんの益々のご活躍を祈っております。本日はありがとうございました。

（インタビュー・編集：デイサービス 菅原聡）

永尾さんへ「感謝の言葉」

永尾さんにはケアセンター成瀬創設から今日までボランティア活動を担っていただき、平成18年からは、多数のボランティアを束ねるボランティアコーディネーターに就任され、施設運営に大きく貢献してくださいました。これからよろしくお願ひ致します。この度の都知事感謝状受賞おめでとうございます。

社会福祉法人創和会 理事長 西嶋公子

デイサービス

～クリスマスイベント & お正月イベントを行いました～

デイサービスでは12月にクリスマスイベント、お正月に新春祝賀イベントを行いました。

12月のクリスマスイベントでは、サクソフォンカルテット、フルート & アコーディオンコンサート、マンドリンコンサート、ピアノコンサート、ハープコンサート、そしてスタッフ有志によるクリスマスコンサートがありました。

クリスマスイベント



「サンバイス」の皆様



お正月イベント

新春祝賀週間では昼食に「松花堂弁当」が出ました。



新春祝賀週間では昼食に「松花堂弁当」が出ました。今年もドライバー伊集院職員の手作りによる獅子頭を使って、皆様に獅子舞をお披露目する機会がありました。「迫力があり手作りとは思えない！」と大好評でした。

獅子頭は、スタッフの手作りです！



前田職員の傘回しです！

また、恒例の「前田職員による、傘回し・南京玉すだれ & 小峯職員によるマジック」、「地域のコーラスグループサンバイズによるコンサート」、「ボランティアのハット前田氏によるマジック」、「ギター & ウクレレ演奏」もあり、利用者様の手拍子、歓声、歌声で大変盛り上がりしました。



ハット前田氏のマジック！

(デイサービス 菅原聡)

ヘルパーステーション

ヘルパー職員募集中です！

入社してからの不安など、よくある質問を昨年入職した新人スタッフがお答えします！

●どんなお仕事ですか？

お掃除や、調理など家事、お身体に係わる介助などご自宅での生活をご支援する仕事があります。

●全部できないと難しいですよね？

そんなことはありません！スタッフさんにあわせてお仕事内容を一緒に相談します。

●初めてでも大丈夫でしょうか？

前職は全く違う業種だった方、長いこと仕事していなかった方も在籍しております。

資格として初任者研修修了者である必要があります。

ヘルパーステーション成瀬では幅広い年齢層のスタッフが活躍しており、1つ1つ仕事に慣れるまでは先輩スタッフが同行いたしますので安心してください。

●職場の人間関係はどのような雰囲気ですか？

とても和気あいあいとしており元気な事業所です。

先輩方はスタッフの変化にもすぐ気がついてくれて、気になったことは相談にのってもらえて安心します。

●勤務時間は長くないといけませんか？

1日1時間から勤務可能です。

●急な私用ができた時休めるでしょうか？

子育てや両親の介護、自分の通院、趣味、など色々ありますよね。

調整・フォローできる体制を整えておりますので安心してください。

●キャリアアップを目指すことは可能でしょうか？

時期により東京都のヘルパーの資格取得助成制度もあります。

一度取得すれば長く働けます。とてもやりがいのある仕事ですよ！



(ヘルパーステーション 戸嶋愛)

◎気になる方はこちら (042-739-3970) までご連絡ください。

9月 夕涼み会・敬老会

夕涼み会では日暮れを待ってから外に出てジュースやビールで喉を潤しながら花火を楽しみました。敬老会では各自がそれぞれにメニューからお好みのお寿司を選び、中にはお皿に乗りきらない程のお寿司を注文された方もいらっやっやご満悦の様子でした。午後からは余興を行い、皆さん大いに盛り上がりました。

**10月 運動会**

今年の運動会も皆様とても楽しみにされていて、お互いに和気あいあいと語り合いながら事前の準備に参加されていました。午前中は近所のスーパーに行き、皆さん心を弾ませながら、自分の好きな飲み物や、おやつを選んで購入され、午後は1階と2階での対抗戦の玉入れなど大いに盛り上がり大接戦を楽しまれました。

**11月 薬師池公園散策**

薬師池公園を散策しました。お茶屋さんであんころ餅を堪能した後、幸い天候にも恵まれた散策となり皆様も思い思いに綺麗に色づいた木々を眺めつつ穏やかに談笑されていました。

**12月 クリスマス会**

職員が作成したクリスマスソング用の歌集で練習を重ねて当日を迎え、皆様楽しく歌われていました。サンタに扮した職員から手渡されたクリスマスプレゼントも皆様笑顔で受け取られています。午後には一緒にクリスマスケーキを手作りして明るく楽しいクリスマス会となりました。

**1月 お正月**

華やかな彩のお節料理をご覧になられて「まあ、おいしそう」「どれから食べようかしら」と、隣席の方とたのしげな会話が交わされていました。初詣も風が少しあったものの日当たりは良い穏やかな天候に恵まれました。皆様お賽銭をされて真剣な面持ちで願いごとをされていました。



(木曽東グループホーム圓スタッフ 生駒淳)

特別養護老人ホーム・暖家

～クリスマスイベント・新年会を行いました～

12月「クリスマス会」を開催致しました。入居者様はクリスマスソングが流れる楽しい雰囲気の中、美味しいケーキやジュースを召し上がり楽しいひと時を過ごされ、大きなクリスマスツリーの前で記念撮影もされました。



1月「新年会」が開催されました。新年を祝うお節料理のような目にも楽しい和菓子が用意され、賑やかな雰囲気の中皆様美味しく召し上がっていました。達磨落としや坊主めくりも大変盛り上がりました。

(特養老人ホーム・暖家 ユニットリーダー 鈴木直子)



「廃用症候群」と介護保険サービス

「廃用症候群」という言葉をご存じでしょうか。

「廃用症候群」とは、過度に安静にすることや活動性が低下したことにより身体に生じた様々な症状をさします。

例えば、病気になれば安静にして寝ていることはごく自然なことです、このことを長く続けるとどうなるでしょう？

インフルエンザやコロナ等の感染症が流行る昨今、多く見られるケースが、インフルエンザ等にかかり病気そのものは治ったとしても、その後、普段通りの生活に戻るのに苦勞なさる方が増えています。

ベッドで長期に安静にした場合、筋肉がやせ衰えたり、関節の動きが悪くなったり、心肺機能が低下したり、血栓塞栓症や誤嚥性肺炎、なかには精神的に落ち込んでうつ状態になる場合もあります。

皆さまのご経験でも、数日間入院して安静にさせていただいて、「なんだか起きたらふらふらするな〜」とか、「足が衰えたな〜」と感じたことのある方も多いでしょう。それが長期間の安静になったらどうでしょうか。特に高齢者の場合、病気が治ったとしても、気づかないうちに「廃用症候群」になり、「起きられない」「歩けない」といった状況に陥ることが少なくありません。そして、このことがさらに活動性を低下させて悪循環に陥り、最悪な状態では寝たきりとなってしまうことがあります。

また、下肢を骨折してベッド上での生活が長くなった場合でも、骨折に起因する筋力の低下や拘縮だけでなく、起立性低血圧や静脈血栓症、誤嚥性肺炎や褥瘡など、骨折ではない面での影響が出てきます。

では、予防するにはどうしたらよいのでしょうか。

可能であればなるべく体を起こし座ったり、ベッド上でもできる運動をしたりします。人との関わりも大事です。言葉かけや面会も精神機能にとってはとても大切なことです、医師と相談しながら予防していきましょう。

自分だけでは対処できない状態になることも多く、その場合は介護保険サービスを利用するのも効果的です。いきなり通所サービスは負担が大きい場合は、訪問で専門的なリハビリをうけ、日常生活を送りながら徐々に体を慣らし、次に外にでかけていくようなステップを踏むこともできます。

「廃用症候群」は誰でも起こりえます。そして、回復には廃用に陥っていた期間の数倍かかるともいわれます。悪循環に陥らないよう、早めに対処していくことが大切です。

ケアマネジメントセンター成瀬 主任 坂井夕佳



左の写真はデイサービスフロアに面した中庭です。天気の良い日には青空の下、木々を見ながらちょっとした散歩ができます！

一般寄付者ご芳名

森 幸子 様

戸高喜代兎 様

村山 恵美 様

細田 純子 様

川尻 勝臣 様