

松原ファミリーニュース

住民参加のデイサービスをとおして地域福祉の拠点づくりを



発行

NPO 法人 介護支援の会松原ファミリー

代表理事 豊永 雅雄

〒580-0031 松原市天美北6-446-5

TEL072-332-3120

FAX072-332-3186

Eメール npo@matsubara-family.org

URL <http://www.matsubara-family.org>



フェイスブック 介護支援の会松原ファミリー

検索



◆介護保険指定通所介護施設 デイハウス松原「ファミリー」

台風 19 号の教訓



2019年9月12日、台風19号が日本列島を縦断しました。被害に遭われた方々へは、謹んでお見舞い申し上げますとともに、一日も早い復旧を心よりお祈り申し上げます。

当日、松原「ファミリー」は朝に暴風雨警報が出ていたので休業となり、利用者、家族の皆さん・スタッフ・ボランティアに連絡をし、安全確保をお願いしました。

その夜、東京台東区の自主避難所が住所不定の男性2人に対し、受け入れを拒否した事件が起きました。この件は、日本中に大きな議論を呼びましたが、大半がホームレスに対し厳しいものでした。朝日新聞によると、この男性(64歳)は、避難所に到着した際、住所氏名を聞かれ、「住所がない!」伝えたと「区民対象です」と断られたそうです。当然ながらこの時、「あってはならない!」「人道的にけしからん!」という意見も上がりました。

「では、そう言われるがあなたは?」と問いかけられると「なんとというか、う~ん、それは少し困るかな?」結局、「難しい問題だ!」とあやふやにされそうです。東京都だけの問題ではなく、社会全体で取り組み、各行政、自治体では、今後の問題として改善していくべきだと思います。単に、「今後このようなことが起こらないように」謝罪しても現実はどうなんだろう?確かに教訓として生かされると思いますが、今後の具体策は聞いていません。差別・排除の姿勢に対して一人一人の体質変革はできるのか非常に疑問を感じます。



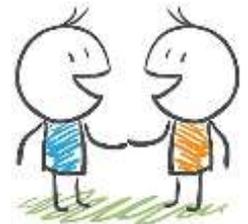
そうすると私たちの取るべき態度はどうすればいいのでしょうか?行政の会議に参加していると、「何か対応策やこれに対するご意見はございませんか?」「何せ、想定外でしたので財源の問題や、人手が…」と逃げられてしまいそうです。私たちが市民生活者として「これは違う!間違いだ!」と、行政や国に言い続けていくことが、何時かは権限者に工夫と差別感覚を変えることができるのではないのでしょうか。

「あなたの隣にホームレスの人が来たら?」と個人に解決を求めるのではなく、「本当にホームレスの人と共生できますか?」という、本来の根本的意識の変換を考える時だと今回の事件から考えさせられました。

認知症をめぐる「認知症の人たちと共に生きる」というまちづくりも同じように感じてしまいます。

単に「困った人々」と見るのではなく、「生活に困っている人々」と理解し、地域と市民が協働で自らが変化していかなければ、幾ら立派なことを言っても「認知症と共に生きる社会」とはならないでしょう。

頑張らなくても受け入れてくれる社会を目指して、自然体で歩みたいものです。 M. T



デイハウス松原「ファミリー」 第10回 運営推進会議

<2019年8月22日開催>

[内容] 2019年4月~2019年7月の
下記についての報告

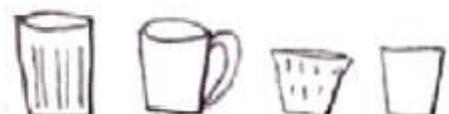
- 運営状況
- ご利用者の状況
- スタッフの状況
- 事故報告
- ヒヤリ・ハット報告
- スタッフ研修、自主研修
- 利用者家族交流会
- 法人行事等の報告

次回は、2019年12月19日(木)に開催の予定です。

<デイの利用状況/定員12名>

	2019年7月末 現在
平均年齢	80.8歳
平均介護度	2.0
1日平均利用者数(7月)	10.7人/日
延べ利用者数(4月~7月)	1,079人

今年度の月平均利用者数は前年度を上回り、運営状況は上向きになっています。引き続きより良いケアを目指し頑張っていきます。 M. K



「家族介護教室」やっています!

松原ファミリーは、松原市の委託を受け、市内各地で家族介護教室を開催しています。10月は河合地区にて開催しました。

家族介護教室は、高齢者を介護する家族に介護の知識や技術をアドバイスし、介護する方、される方双方が心も身体も負担を減らすとともに、家族介護への理解を深める機会にもして頂くものです。河合地区においても、関心のある方が多数参加されました。当事者の方、そのご家族、支援者がそれぞれの立場で参加され、参加者自身もご自分の老いに向き合う機会にもなったと思います。

今回は、自分の大きな筋肉を使って、身体を動かすために、下半身の太ももの筋力を維持し、立位バランスを保つことが大事なお話しをし、実際にいろいろ動かして、小汗をかいていただきました。



そして、日常生活の中で、無意識に使う筋肉も時に「意識して動かす」ことで、筋肉が維持され、生活行為に役立つことをお話ししました。介護する方、される方双方が、大きな筋肉を上手く使って、歩行、立位バランスを保ち、安全に安心して過ごせる毎日でありたいですね。太ももの筋肉は、人の身体の中で一番大きいのです。それを意識して動かすことで、血行促進や脳への刺激にもつながります。

終盤は、前半の身体の疲れを癒し、心生き生きしていただくため、主に秋の歌を選んで歌って楽しんでいただきました。心生き生き身体も元気! 皆さん笑顔で終えた家族介護教室。皆さんのお役に立つよう今後も開催していきたいと思えます。

Y. H

連続
コラム

29

トイレの場所がわからない!

先日の家族交流会で、トイレが解らなくなることについて話題になりました。「ここはトイレじゃない!」と注意しても廊下の隅や自室のごみ箱で排泄してしまう。

<認知症の人の気持ち>

トイレの場所がわからなくなり、違う場所で排泄をしてしまう。いわゆる場所の「見当識障害」と考えられます。トイレと間違えやすい場所としては、部屋や廊下の隅・浴室・庭・バケツやごみ箱・洗面台・洗面器等を便器と思い込む場合が多いようです。

M. T

<対応策>

- ① トイレの場所をはっきり分かるように! トイレまで矢印や道順を示す必要があります。字も大きくはっきりとそして本人がわかる表現で、漢字がわかる場合は、**便所**と分かるように! 難しい場合は、カタカナや絵・写真にするといいでしょう。
- ② トイレのドアを夜中も開けて、電気をつけておくのも照明に誘われる場合もあります。
- ③ 違う場所で、排泄した場合、あまり注意せず淡々と掃除をしてやり過ごしましょう。
- ④ こだわって、どうしても同じ場所で排泄する場合は、ポータブルトイレをそこに置いておくことも必要となってきます。
- ⑤ あとは排泄リズムを理解することでしょう。2~3時間ごとに誘導することもありですが、基本的に夜中となると介護者にとって精神的、肉体的にも負担となりますが、うまく付きあったり、ショートステイ利用をして、介護者のレスパイト(介護する側の休息)をすることも考えましょう。



ファミリー通信



秋晴れで10月の気候の良い日に、駐車場でバーベキューの昼食をしました。天然のバラで笹船づくり。その上に枝豆とおにぎりを並べとても風流ですね。お肉、野菜等もどんどん焼き上がり、焼きおにぎりも焼けました。朝から準備に大忙しのスタッフとボランティアさん。歌の時間からいい匂いがして歌を歌っていても、気持ちは外の匂いに気もそぞろ。



大好評
焼きおにぎり



バーベキュー

いつもと違う雰囲気食欲をそそりおかわりする人も続出。焼きおにぎりも好評で一人で3個ぐらい食べる方も……。表情もイキキして、笑顔も多くみられました。たまには雰囲気が変わって外で食べるのもいいですね。 T・N

紙のゴミ入れ

ファミリーで日々使う卓上ゴミ箱は、ボランティアさんのご協力で広告チラシを折ってくださったものを使用しており、使い捨てできて重宝しています。

ある日の昼食後、「ゴミ箱も残り少なくなったね～」とご利用者の皆さまと折ることにしました。ご利用者Aさん、「これでいいの？」と何度も横にいるスタッフに確認をしながらの作業。実はAさん、工作は苦手！と普段から自負しておられます(笑)。



それをみていたUさん、「みんな楽しそうだな～」とニコニコ笑顔で一言。出来上がったゴミ箱は個性豊かなものも多く、後日「誰や～？反対に折り返したのは？」と言うと自信満々に手を挙げたのは……スタッフTさんでした(笑)！？ M. F

絵合わせ

ティータイムでホットした後、お帰り前まで、利用者の皆さんで絵合わせゲームをして楽しみました。白板に裏返しに貼られたカードには番号があり、手元のカードと同じものを当てていくゲームです。



順番が回ってきたご利用者は、しばらく白板とにらめっこ！
しばらく考えて「③番！」
司会のスタッフが、カードをチラ見して「あっ！」と驚く顔を見てご利用者さんも「まさか…当り？」と嬉しそう！
そこでスタッフ、「残念～～～違いましたぁ～」と伝えると「なぁ～んや、当たったと思ったわ」と大笑いです。
そしてまた次のご利用者へと続く……
ドキドキしながらのひと時でした。 C. N



デイ夏祭り 7月23日

今年も猛暑の中、ご利用者はじめ、例年以上に多くのご家族やボランティアさんにご参加いただき、盛大にファミリーの夏祭りを行う事ができました。

景品釣り、つかみどり、輪投げ、スマートボール、御神輿、盆踊り、スイカ割り、ベビーカステラと、色々な出し物がありました。スマートボールはボランティアさんの手作りで、皆さん懐かしそうに満面の笑みで楽しまれていました。御神輿はご利用者、ボランティアさん、スタッフがチームごとに担ぎ、大変盛り上がりしました。

皆さんのたくさんの笑い声や笑顔があり、とても嬉しくなりました。協力して下さいました皆様、ありがとうございました。
H. M



敬老御祝会 9月13日

今年も9月に敬老御祝会を開催しました。挨拶に続いて90歳以上のご利用者を紹介。今年は3名の方皆さん大正12年生まれの同級生でした。

そして今年のゲストは関西吟詩文化協会菟野教室コスモスグループによる詩吟です。まずは発声練習から始まりました。楽しいトークを交えながらホワイトボードに歌詞を貼り、独特の節回しで歌います。ご利用者の中には詩吟の心得のある方がお2人、張りのある声で歌い、「久しぶりに歌った！」と感慨深げに伝えていました。また普段言葉数の少ない方もしっかりと歌っておられ、「良かった！」と心から思いました。

今年もピアノ伴奏は中原さんにお世話になり、素敵なお時間を過ごすことができました。 C. N



带状疱疹の 予防接種

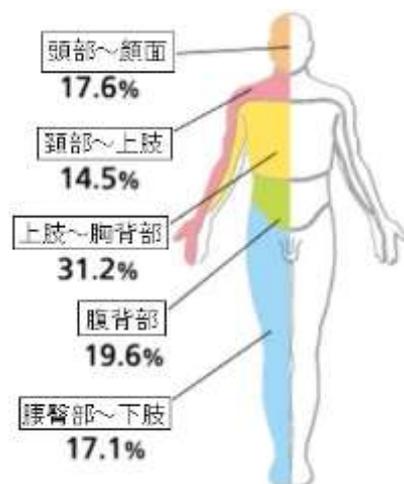
带状疱疹（たいじょうほうしん）は、水ぼうそうにかかったことがある方は発症する可能性があり、50才以上になると発症率が増加して、80才までに3人に1人が発症すると言われています。

症状としては、皮膚が神経痛のようなピリピリチクチクといった痛みを感じ、その後水ぶくれを伴う発疹が体の左右どちらか一方に、まとまって帯状に現れます。

胸から背中にかけて最も多くみられ、全体の半数以上が上半身に発症します。また、顔面、特に眼の周囲も発症しやすい部位です。初期症状に気付かず治療が遅れると、皮膚症状が治っても長期間にわたって神経痛が残る可能性があり、日常生活に支障が出ている方もいます。



50才以上の方を対象にワクチン接種があります。発症を完全に防ぐものではありませんが、発症しても軽症ですむそうですので、検討してはと思います。（最近では、带状疱疹になる方が増加しています。） N. S



8月17日

城連寺盆踊り

今年も盛況！城連寺盆踊り！



色々な楽しい景品

暑い夏！今年も焼いちゃいました焼きそば 350 食！
遊んでいただきましたスマートボールに型抜き！
8月17日（土）、1 日限りで開催された城連寺盆踊り。
今年もファミリーは大いに会場を盛り上げました。
焼きそばコーナーには長蛇の列！
今年初出しのスマートボールには、子どもたちの人だかり！
型抜きもテーブル周りが大賑わい！あっという間の5時間でした。



スマートボール

今年も多くの方においしく食べていただき、楽しく遊んでいただき感謝です。
また、今回もファミリー出店にあたり、多くのボランティアさんにご協力いただきました。頼もしい限りです。
また来年も暑い夏の夜に、熱いファミリーをアピールしたいです！

Y. H

11月17日

認知症高齢者一人歩き声かけ(徘徊)模擬訓練

松原市岡公民館で一人歩き声かけ訓練があり、認知症サポートプロジェクトの一員として松原ファミリーも参加しました。訓練に先立って、松原宏樹さんによる講演「認知症のひとの体験世界を理解する」と劇団ファミリーによる寸劇があり、その後、隣の公園内で7つのグループに分かれて、徘徊役に扮した方に声かけする訓練を実施しました。終了後は感想や疑問を話し合い共有しました。この訓練が、認知症を正しく理解し、地域での見守りや支え合う方法を考えるきっかけとなるよう、今後も続けていきたいと思ひます。



声かけは
みじかく
ゆっくり
やさしく
はっきり

栗の皮のむき方

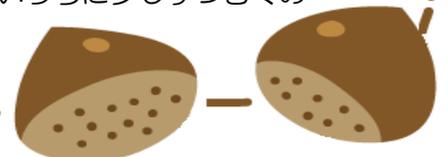
秋は、美味しい旬の食材が、沢山登場しますね。ファミリーでも秋刀魚や秋鮭、きのこ、栗、さつまいも、りんご、柿、みかんなど色々な秋の味覚をメニューに取り入れています。

今回は、ファミリーのメニューに登場する、栗ご飯の「栗の皮を、簡単にむく方法」をご紹介します。



- ① 洗った栗の尖った部分にキッチンばさみなどで十字に切り込みを入れる。
- ② 圧力鍋に栗と水（栗が被る位）を入れ、蓋をして強火にかける。
- ③ 圧力がかかったら、火を止め、そのまま圧力が抜けるまで自然放置する。
- ④ 切り込みを入れた部分から、渋皮ごと剥がすように剥いていく。
冷めると剥きにくいので、お湯につけたまま熱いうちに少しずつむくのがお薦めです！

M. H



松原ファミリーボランティア

🍌 キャッチボール 🍌

以前にソフトボールの監督をされていたとおっしゃっていたご利用者の〇氏。

ご家族からグローブとボールをお借りしてきたと聞き、それではということになりデイの玄関先でキャッチボール。



速い目に投げた球を、バシッと快音を響かせての捕球。すごく安定した捕球力で、その快音が何度も響いていました。低くボールを投げられた時には「あっ！ゴメン」と気を使ってくださっている。流石です。

昔取った杵柄やなあと、感心しながらキャッチボールを続けました。次回またチャンスがあればと、マイグローブを用意して行きます。お相手よろしくです。
S. M

心に響くケア

食事、入浴、排泄は生活をする上で欠かせないものですが、ファミリーのご利用者の中でも介護拒否をされる方がおり、その中で入浴対応のみ拒否をされる方がいます。

Aさんは、自宅では昼間独居で、徘徊されることが度々ある方です。利用当初はお風呂が大好きでスムーズに入り、またデイルームでも穏やかに過ごされていました。他施設の利用も開始されましたが、結局はご本人の強い拒否があり、利用には繋がらない状況でした。この環境変化の影響のためか、その後は入浴拒否が増す一方でしたが、ご家族の希望もあり、また夏場は汗感もあるため、清潔保持のため何とか入浴対応をしていました。



デイルームから入浴誘導する際、ご本人も連れて行かれる所を察知されるのか、そこから拒否感が出るようになりました。脱衣対応のスタッフと、入浴対応するスタッフと連携を取り、ご本人はぶつぶつ言いながらも入浴されており、その間スタッフは静かに見守る対応をしました。入浴後は落ち着いた日もあれば、興奮がおさまっていない状況の日もありましたが、デイルームに戻り時間が過ぎれば穏やかに過ごされていました。

ある日の入浴後、興奮が冷めず、その内情けなくなられたのか涙ぐまれました。その姿を拝見して、私も無理強いをしたくない思いをご本人にお話しますと、ご本人の表情が変わり、素直にお話に応じていただけました。

Aさんは、デイルームでは楽しまれていらっしゃるの、何とか穏やかに入浴していただけないものか考え、いろいろな情報が入る前に、来所後、脱衣室に直行してみてもどうかと試してみることにしました。すると、以前のような大きな精神変化もなく、穏やかに入浴されるようになりました。

今回は入浴の案内の仕方を変えることで、激的にご本人の様子が変わりました。介護スタッフとして嬉しく思っています。諦めない介護、ご本人の気持ちに寄り添う介護で、このような成功例を積み重ね、今後のケアにも繋げていければと思います。

時には介護者の良かれと思う気持ちが価値観の押し付けであったりします。今回改めてご利用者の立場になり、その心理を汲み取ることの難しさを学びました。しかし、私たちのご利用者に対する真剣な思いは伝わることも教わりました。

認知症になっても感情は最後まで残ります。その心に響くケアを頑張っていきたいと思います。
M. K



第17回 認知症の人と介護者を支援するための

クリスマス チャリティー コンサート

HAPPYクラシック音楽
～モーツァルトって、楽しいよ

出演
うた 増田 いずみ
ヴァイオリン 堤 一季
ピアノ 山口 彩菜

トルコ行進曲の替え歌をはじめ
クリスマスメドレーなど
とっても楽しいクラシックコンサートです。
みなさまお揃いで素敵なひとときをお過ごしください



**2019 12/15 (日) 開演 14:00
(開場 13:30)**

松原市文化会館
入場料 1,000円
(全席自由)

《出演》
増田 いずみ(うた)
堤 一季(ヴァイオリン)
山口 彩菜(ピアノ)

● チケット取扱書 松原市文化会館/
ふるさとぴあプラザ/ゆめニティプラザ/
デイハウス松原「ファミリー」

チケット
発売中
です ^0^

ご来場お待ち
しています

イベントのご案内

と き	イベント名	ところ
12月 15日 日	クリスマスコンサート	松原市文化会館
12月 18日 水	クリスマス会	松原ファミリー
令和2年 3月(予定) 日	地域コンサート	城連寺 コミュニティセンター
3月(予定)	ハオバブと みんなのWA	はーとビュー

松原市の介護サービス情報フェア

松原市内の事業所が集まって、介護サービスの最新情報を発信します。「介護ってどんなことをするのか?」「介護サービスを受けたいけど、サービスを利用するにはどうすればいいの?」「介護事業所で働くにはどうすればいいの?」などなど、直接何でも聞けるチャンスです。デイハウス松原「ファミリー」も参加しますので、ぜひご来場ください!

会 場 まつばらテラス(輝)
日 時 2月 16日(日) 10:00~15:00
入場料 無料
問合せ 松原市地域包括支援センター社会福祉協議会
TEL 072-349-2112
松原市地域包括支援センター徳洲会
TEL 072-334-3439

《料金改定のお知らせ》
令和元年 10月の消費税率の引き上げに伴う介護報酬改定により、サービス利用料が変更になりました。詳細は、ホームページをご覧ください。か、デイハウス松原「ファミリー」までお問合せください。

Facebook やっています!

 いいね! お待ちしています!

賛助会員としてご協力ください

会員数 111人 (2019年10月31日現在)

NPO法人の組織運営は会員制度を基本としています。私たちの趣旨をご理解・ご賛同いただき一人でも多くの方が加わって下さることを願っています。ぜひ賛助会員としてご協力ください。ご入会をご希望の方は、事務局までご一報いただければ、入会申込書などをお送りいたします。

個 人 年会費 1口 3,000円
団 体・法 人 年会費 1口 5,000円

＜郵便振替口座＞
口座番号:00920-5-158490
加入者名:特定非営利活動法人
介護支援の会松原ファミリー

編集後記

髪の毛を短く切りました。ここ何年か、前髪パツンで後ろは肩につく長さ。ゆっくりブローする時間もなく、いつも束ねてクリップで止めていました。先日、美容室にカラーに行った際に、雑誌のショートカットの写真を見ていて「楽そうでイイな～切っちゃおうかな」と美容師さん言うとし少し驚いた様子。ショートにしてからは、乾かすのも簡単な上に、みんなから「ちょっと若くなったね!」と言われて一石二鳥です。どうして意味なく伸ばしていたのか、自分でもわかりません。

慣れてしまっていて気付かない事って、結構あるのかもしれないな、と気づかされた次第です。

K. S

※写真掲載については、家族及び関係者等の了解をいただいています。