



わの会通信

Ver. 29

◆ H27. 4. 25 発行 発行元：NPO 法人わの会 住所：府中市四谷 6 - 6 - 1 TEL/FAX：042-360-3626 ◆



絵手紙教室 作品



新一年生



戸外リハビリ



福島オンソング



学生ヘルパーの卒業歓送会



百寿のお祝い



戸外リハビリ



食事会



絵手紙教室 作品

私たちは、知ることが力になり、知らせ合うことで力が数倍化し、新しい力を得る。どのくらいの利用者の役に立ったか、なぜどのようにしてりんりん、あいあい、わの会ネットなど6部門の活動は生まれたか？これからどこをめざして歩み続けるのか？この取り組みから、なにかの芽生えが生まれるものと期待しています。

「♪～歌いましょうかりんごの歌を、二人で歌えばなお楽し、みんなで歌えばなおなお楽し～♪」昭和22年大ヒットした「りんごの歌」の一節です。今日の取り組みを聞いて、すぐに浮かびました。戦争で両親と姉を亡くした大女優並木路子が、戦後敗戦後1億総飢餓状態のなか、心をふりたてた励ましの歌、民主主義の歌と私は理解しています。

介護を取り巻く情勢は、これまで以上にきびしさを増す。仲間、互いを知り合い、運動を知り合い、みんなで手を取り合い頑張りたい！（3月19日わの会スタッフ研修会にて）

わの会理事長 佐々木公一



わの会



障がい者、高齢者、子どもなど社会的支援を必要とする人々が、人間らしい幸せな生活を築くために、お互いの支えあい、学びあいを大切にしながら自立を目指すこととその支援の輪を広げることを目的とした会です。

【6つの事業】

- ・デイサービスりんりん（通所介護）
- ・デイサービス第2りんりん（認知症対応型通所介護）
- ・ヘルパーステーションあいあい（訪問介護）
- ・府中自立支援ネットワーク わの会（障害者支援）
- ・重度訪問介護従業者養成研修講座（都指定資格）
- ・わの会相談支援事業



わの会全体スタッフ交流会(第1回目)

3月19日、わの会が行なう6事業にかかわる全スタッフが一同に会して、それぞれの仕事内容の紹介(実践報告)と親睦をはかるため、研修交流会を行いました。

当日、38名の参加者があり、それぞれの実践報告に対して、感想意見をのべ、いなり木さん(定食屋)の食事を手に楽しくわきあいあいとした時間をすごすことができました。



報告1: デイサービス リンリン・第2リンリン

戸外リハビリについて

～相談員 森田恵美～



◆ 高齢者のリハビリテーションとは ◇

高齢者のリハビリテーションとは、単なる機能回復訓練ではなく、心身に障害を持つ人々の全人的復権を理念とし、潜在する能力を最大限に発揮させ、日常生活の活動を高め、家庭や社会への参加を可能にし、その自立を促すものである。したがって、介護を要する状態となった高齢者が、全人的に復権し、新しい生活を支えることは、リハビリテーションの本来の理念である考えられています。

◆ 戸外で“歩く”リハビリ◇

デイサービスリンリンでは、戸外で“歩く”リハビリを行っています。

戸外に出て歩くことで、①外を歩く事で筋力の低下を防ぎ“いつまでも自分の足で歩く”ことの継続、②外へ出る事で外気を吸い、季節の草花を愛で生活の質(QOL)の活性化・精神状態の向上に繋がる、③社会との関わりを継続することを目的としています。

また、歩くことは、認知症予防や生活習慣病予防にも効果が見られていると国立長寿医療センター

もウォーキングを推奨しています。

その内容は、週に3回以上1回30分程度歩く事で身体の血液循環を良くし、①アルツハイマー型認知症にかかる確率が30%減る、②高血圧の予防、血圧値の安定を図りそこから繋がる脳血管障害をも予防、③様々な場所を歩く事で“つまづかない様に”“転ばない様に”と自身で注意することは脳に適度なストレスを与え、刺激が加わり脳が活性化する、④糖尿病予防や治療に対する運動療法等が挙げられているとの事です。

◆ “出会い”でさらなる効果も ◇

それはこんなことがありました。公園では遊びに来ている小さな子供に出会います。その子供たちを見て、戸外では車椅子を使用するようになった92歳女性のOさんが「あんな所に可愛い子がいるよ！」と自ら車椅子から離れスタッフの介助を借りながらも自身の足で一歩一歩と子供の元へと近づき、うれしそうに子供たちの頭をなで話しかけます。

これは”かわいい子供のそばに行きたい””頭をなでてあげたい”という気持ちが身体を動かし、そうすることで新たな交流を持つことが出来たわけです。これは、施設の中だけで過ごしていたら絶対に生まれぬ力です。

◆ リスク対策を怠らずに◇

しかしながら戸外に出ることは、施設内で過ごす

より多くのリスクがあります。

例えば、戸外は必ずしも平坦で安全な道ばかりではなく坂道・砂利道・木の根が這う道などがあり歩きやすい環境ばかりではありませんから転倒に繋がる危険性があります。また、夏は熱中症、冬は風邪などの心配。それと行方不明事故で特にこれは認知症の方に多く見られ、移動中に一瞬目を離れたことで起ることがあります。

そのため、わたし達は戸外でのリスク対策のために話し合いの時間を多く持ち、そのための準備を怠らないように気をつけています。

ご家族からも「外での歩行の介護技術がとても良い」「午前中の歩行訓練で雨の日の博物館等、外からの刺激が嬉しいです」「リスクがあるがそれ以上



に必要であるということが分かっているから戸外へ出る事を続けて欲しい」という要望も強くあるため、わたしたちはこれからも変わらず戸外リハビリを続けて行きたいと思います。

報告2：ヘルステーションあいあい

医療的ケアをともなう訪問介護について

あいあいの取り組みを報告します

～サービス提供責任者 松本真澄～



◆ 医療的ケアの現状 ◇

医療的ケアを必要としている障害者とは、自力で呼吸をすることが出来ず気管切開をし、人工呼吸器を装着している方、また、経口での食事摂取が出来ず胃婁を造設している方や、マーゲンチューブを使用している方などです。このような方は、最も障害が重く、病院での療養しかのぞめませんでした。

しかし、重度の障害を持っていても、在宅で暮らしたいと願う障害者は多く、そのためには痰の吸引などがいつでも可能な環境が必要でしたが、当時、吸引をヘルパーが行うことは認められず、家族への介護負担はとても大きいものでした。

その後、2012年に介護職による喀痰吸引等の実施が制度化され、現在にいたっています。

吸引できるヘルパーが訪問中に、ご家族の方は買い物に行かれたり、趣味の時間を設けられたり、子供の授業参観に行けたり、働きに出ることができたりと、家族の方も介護に縛られることなく社

会参加を続けていくことができきています。また、働くヘルパーにとっても、見守りやコミュニケーションも含む、充実した介護を行う事ができます。

◆ 医療ケアの大切さを再認識する◇

私たちは、医療的ケアについて課題や問題を抱えながらも、在宅だからこそ叶えられる生活の喜びに出会うことができます。

娘の結婚式に参加される父親の介護だったり、親しい方々の葬儀への列席だったり、親類縁者との付き合いなどこのような日常に携われることは、ヘルパーとしての喜びにもつながります。利用者様の人生に寄り添い、時には共に歩み、利用者と一緒に生きて生きることを学んでいます。

最も重度な障害者へのケアというのは、ときに必死になって生きる姿に触れることがあります。呼吸器が外れていたら死んでしまう、吸引が出来

なかったら窒息してしまう。命の繊細さを感じるたびに、私たちの行っているケアの大切さを実感します。生命を守り支えるケアに、多職種のかたがたとの連携を大切に、利用者の命を守っていく

という自覚を持ちながら、私たちはこれからも医療的ケアをとともなう重度障害者の訪問介護に携わっていきます。

報告3：府中自立支援ネットワークわの会より



今年度の活動紹介

～新しい輪を広げる～

～事務局員 矢吹裕美～

◆ 現在の運営体制 ◇

府中自立支援ネットワークわの会は、1997年に「府中地域福祉を考えるわの会」として、難病ALS患者である佐々木公一理事長を中心に当事者組織として、スタートしました。

その後、東京都保健福祉財団の助成金を得、「府中自立支援ネットワークわの会」に名称を変更し、利用者の生きがいづくりや、自立プログラムを明確化し、現在に至ります。

現在の運営体制は、会員（利用会員・協力会員・賛助会員）、運営委員会、多くのボランティアに支えられています。

◆ 活動の紹介 ◇

◎生きがいプログラム

コーラス・大正琴教室（月2回）

絵手紙教室（月1回）

◎生活訓練・会員交流

外食会（月1回日曜日開催）

昼食会（月1回日曜日開催）、

会員総会、バスハイク、新春の集い（年1回）

◎地域生活支援活動

移動の手伝い、困りごとのお手伝い

施設入所者の傾聴など

◎相談活動

電話による相談、訪問、事務所での聞き取り

事務所開放

◎学習活動

国際福祉機器展見学、研修の参加
勉強会の開催

◎販売活動

桜まつりでのフランクフルト販売
夏季および冬季の物品販売、
秋のリサイクルバザー
チョコレート販売、お米販売



大正琴教室

◆ 新しい輪でつながりを広げていく ◇

これらの活動をきっかけにして、新しい輪を作り、つながりを広げていく、そして、活動が発展し規模も大きくなっているのが、「わの会ネット」らしさです。

わの会ネットの活動は、リフト車の利用、ヘルパーステーションあいあい、デイサービスりんりん、設備・人的資源のつながりがあることで可能になっています。これからの課題は、財政状況の厳しさ、会員数の伸び悩みです。わの会6事業、それぞれの情報を共有することで、もっと私たちの活動を明確にし、利用者の要望に応じていくことです。

障害を抱えた人々の自立した暮らしを豊かなものにするため、共に歩めるネットワークわの会をめざします。



わの会の今年度の課題

ヘルパーステーションあいあい



昨年度の反省を踏まえて

～管理者 高橋直子～

平成 27 年 3 月で、ヘルパーステーションあいあいは 11 年目の春を迎えました。平成 27 年 2 月現在利用者 38 名に、66 名のヘルパーでサービス提供にあたっています。

利用者の状況は視覚に障害を抱えている方が最も多く、続いて医療行為を伴う重度の障害者の方と介護度の高い利用者が多い現状です。

平成 26 年度あいあいとしては、介護保険・障害者総合支援法ともに制度改正ごとにサービスが利用しづらくなる状況に対し、少しでも利用者・ご家族様のご要望に沿えるよう耳を傾けることに努力してまいりました。しかし、事務所としての体制の

不備から、日々ケアに入っているヘルパーからの報告に対し「相談をしたいときにいない」など…。

迅速に対応できないことも多くあり、改善につながるケースが少なく皆様にはご迷惑をおかけしております。

年度は利用者の生活を守り、より質の高いサービスが提供できるよう、スキルUPを軸とした研修を計画しております。

東京都主催の痰吸引等の研修による医療行為対応可能なヘルパーの育成・人材確保、当事者から学ぶ研修、実際のケアを振り返る研修等。各々が知識経験を積み、サービス提供の幅が広がることできるようにしていくことが目標でもあります。

利用者の要望が達成され、また支えているご家族様の気持ちにも寄り添いながら暖かみのある心のこもったケアが提供できるように、あいあいらしさを大切に進んでいきたいと思ひます。

重度訪問介護従事者養成研修講座、わの会相談支援事業



今年度の取り組み

～管理者 志鎌哲～

◆ 必要なものを自分たちで作出す ◇

2012 年にスタートしたわの会研修事業(重度訪問介護従業者養成研修)は、不足するヘルパーを自前で養成しようということから始まりました。

介護のアルバイトを希望する人やボランティアに関わる若い人たちが集まり、昨年は 40 名のヘルパーが資格を取得することが出来ました。依然として介護労働力の不足は深刻です。

ヘルパーを必要とする人が居て、それが不足しているのであれば自分たちで作出して行こう。

この事業の継続の必要性を感じます。

そして、重度訪問介護のヘルパーを必要としている他の事業所との連携や、仕事が必要な人たちの新たな可能性としてヘルパーを体系化できないかなど、4 年目を迎えて新たに見えてくるものもあります。



◆ 福祉サービスの道先案内人

～わの会相談支援スタート ◇

また、もう1つの新たな取り組みとして計画相談事業「わの会相談支援」もスタートしました。

障がい者総合支援法に基づき、障害者福祉のサービスも利用する際にケアプラン（「サービス等利用計画／障害児支援利用計画」）を立てることが求められ、いよいよこの4月からは必須となります。わの会相談支援はこのケアプランを作成す

る事業所です。プランの作成には市から費用が出るので利用される方の負担はありません。同時に、福祉に関する相談、困りごとの相談も引き受けています。何かしらの障がいがあっても、その人らしく地域で暮らしていけるようにするため、制度を活用するお手伝いをする仕事ですので、まずはお気軽に声をおかけください。

「わの会相談支援」です。始まったばかりの事業ですがよろしくお願ひします。

デイサービス りんりん・第2りんりん

今、介護報酬改悪を目の前にして



～管理者 津田久美～

2りんりんの利用者30名、一日の平均は8.2名、第2りんりんの利用者12名、一日の平均5.7名の方がご利用されています。ご利用者の中には、視覚に障害をお持ちの方、重度の障害があり吸引を必要とする方、認知症の方など様々な方がご利用されております。

りんりんでは一人一人の“やりたいこと”を引き出し、生き活きとした生活が送れることを、第2りんりんでは、その人らしく安心して過ごせることを重点に置きながら、誰もが心地よく過ごしていただけるように心がけてまいりました。また、ご家族の介護負担が少しでも軽くなるお手伝いもしてまいりました。

そのひとつが延長サービスで、ご家族の帰宅時間が遅くなっても安心できるよう、夕食の提供をしております。ご家族との交流も大切にまいりました。他のご家族やスタッフとの交流がもてる時間をつくることで日々の介護疲れや悩みなどが少しでも軽くなるようにと行事などの参加にお声かけをし、楽しいひと時を過ごしていただけるようにしております。

.....◇.....

今では、たくさんのご家族に参加していただけるようになり、ご利用者同様、行事を楽しみにしてくださっています。小規模だからこそ出来るサービスをわたしたちなりに提供してきましたが、

今回の介護保険改定で事業所収入は年間約200万減少することとなりました。これは、わたしたち小規模通所介護にとって暗雲立ち込める事態となっています。「今までのサービスが継続していただけるのか」スタッフ誰もが不安でいると思います。しかし、わたし達はサービスの質は落とすことは出来ません。なぜなら今のサービスをたくさんの方が必要としているからです。

ある利用者のご家族は「歩行バランスが悪くなり、ケアマネージャーに通所リハビリを勧められたけど、りんりんは戸外を歩けるし、りんりんに通ってから表情が明るくなり、よく話すようになった。本人にとってりんりんはとても大切だから絶対辞めさせたくないのよ」とりんりんの継続を希望してくださり、また、あるケアマネージャーの方から「今回の改定で小規模通所介護は大きなダメージを受けているが、りんりんのサービスを必要としている方はたくさんいる。だからわたし達は、りんりんを守って行きたいんです。守らなければならないと思っています」と心強い言葉も頂いています。

こんな声を受け、本当に厳しい現状ではありますが、今のサービス継続が出来るようスタッフ一丸となって努力していきたいと思ひます。