

# あ あ す TIMES

2019年10月 No. 34号  
特定非営利活動法人 地域福祉会ああす  
〒658-0051  
神戸市東灘区住吉本町1丁目24-27  
Tel 078-385-0530 fax 078-843-6861  
Email info@npo-earth.org  
発行人 細谷 禮三

地域福祉会ああす全体学習会

## ハラスメントの心理

日時:2019年7月12日(金) 18:30~20:00

場所:東灘区民センター

講師:神戸女子大学講師・兵庫県高齢者生協理事長

阿江 義春 先生



いじめ、虐待、ハラスメントはなぜおこるのか、その背後には「不公正で不平等、不寛容な分断・孤立社会」があると言われます。オランダでは、あまりいじめが無いそうです。その背景には、親がイライラしない、

仕事の時間が少なくストレスを感じていない。などが背後にある社会なのではないか」と分析されていました。

「ハラスメント根絶」のために一人一人が出来ることは何か。キーワードは、一つは「人間関係(交流分析)」、もう一つは「自分の価値観は一旦おく(ミラーリング効果)」です。すべての原点(出発)は「聞く」という力を持つことが大切であること、聞く力は、話す力になること。また、共感するのではなく、共感的理解を(そうだったんですか、そうですか)することが重要であると強調されました。これらのことに注意を払い対応していけば、根絶は難しいがハラスメントを減らすことにつながるのではな



でしようか。  
“人の話を聴く”姿勢について10問の問題があり、私は、あらの結果に……。時間が無く、グループワークが出来ませんでした。が「まだまだ話はあります!」と言うことで、第2弾を期待しております。(こうなん 前田)



## 予算を上回る利益

### 第一四半期経営検討会

2019年8月1日(木)午後、第1四半期経営検討会が開催されました。参加は、馬詰、渡邊、山口の各所長と四役です。

会議では、まず第一四半期の経営状況を確認、この3か月で111.6万円の経常黒字、予算比較では374.7万円も上回る結果となりました。次いで、事業所運営について各所長から

事前に事業所で話し合った内容で報告を受けました。

毎日型の減少、一日複数回訪問の減少、1~2/Wの利用者へ走り回らないと増収とならない。生活援助中心でも困難事例も多く、稼働以外の訪問が増えるケースも出ています。訪問コースの工夫・調整を行い効率化したり、内容や回数増への対応など努力も実を結んでいます。

非常勤職員の高齢化、稼働時間の減少、長期の休みなどで常勤職員の負担が増え、実務に支障をきたしている面もあり、事務局の支援方法など検討できないか要望も出されました。



介護員募集では、ノボリをかかげるなどできることをやろうという積極的提案もありました。

最後に理事長が、①事業所の皆さんはよく頑張っている②人の採用は大事、紹介を③非常勤の皆さんに「あと1日、あと1回」と増やしてもらおう事をお願いしてみよう。難しさは重々理解しているが、仕事を持ってもらえるようなコミュニケーションを取り続けてほしい。との挨拶がありました。

全体として所長さんも各事業所での意見集約などよく準備された会議となりその後の課題解決へヒントを持ち帰ることが出来ました。



## ランチ学習会



高齢者の特徴と老年症候群・疾患と癌

7月10日(水)12:00~13:00 ああす本部会議室

梅雨の中休みの良いお天気の日、恒例のランチ学習会がありました。今回はO×方式の難易度高めの問題。

高体温は37度以上である→○(高熱ではない)BMIは体格判定の指標に。慢性閉塞性肺疾患の場合は口をすぼめて息を吐く呼吸を積極的に勧める。また、日常生活自立度は、J・A・B・Cにランク分けられており、J(独力で外出可)~C(ベッドでの生活)等々、今回の学習会では高齢になれば、誰もが生理機能が低下し、病気にかかり易く、また治りにくくなったり、いろんな症状があることなど知る事が出来ました。なんといっても最後のお楽しみ抽選会、今回も笑いあり楽しく学習会できました!次回もたのしみしています



(本部事務・堀米)

# 学びも良いし 遊びもね

～神戸市ケアマネジャー連絡会～

私の参加する神戸市ケアマネジャー連絡会活動を紹介させていただきます。連絡会の概要はケアマネジャー相互の交流や情報交換、各種研修の実施、行政機関との意見交換などの活動を通じて、ケアマネジャーの質の向上と適正な業務の確保、社会的地位の向上を目指しています。そのことで市民の福祉に貢献することを目的に活動している団体です。



ケアマネ連絡会に参加して6年になります。現在、灘区の理事を務めさせて頂いております。入会するきっかけは1人ケアマネで自分自身に知識が足りないと自覚したこと。会費も高いので迷いましたが、習得すべき知識や制度の活用を教えてくれる連絡会に登録しました。

2カ月に1回の会議で仲間と会えるのが楽しみです。相互に情報交換して、「こんな事案があるがこう解決している」とか仕事の悩みも打ち明けて相談に乗って貰ったりもします。



勉強も一緒にしますが、遊びも一緒にします。例えば神戸市ケアマネ連絡会として神戸市主催のルーマラソンに2年連続出場しています。8月は北区まちおこし主催の泥んこパレーに参加しました。ああすのケアマネも魅力的で楽しい仲間ですが、他区のケアマネも刺激をくれ、仲間として不可欠だと実感しています。(灘居宅・成田)

## 私の平和活動・核兵器のない世界を

～2019 国民平和に行進に参加して～

平和行進は欠かさず50年近く行進しています。44年に税務署に入署、民主的な労働組合に加入、組合員としての参加が始まりです。今は平和税理士の会として参加しています。



私の関わりは広島平和記念館を訪れた小学生の修学旅行です。原子爆弾の恐ろしさを目のあたりにしました。恥ずかしながら平和行進に参加することで、「核兵器をなくそう」と叫び、心の安らぎを感じている次第です。



いつもは神戸共同経理、全国税OB会で兵庫県下を繋ごうと、スタートの川西から宝塚方面を受持ちで歩いていました。今年は西宮から阪神御影まで歩きました。芦屋市役所では、伊

藤舞新市長が挨拶で「核兵器禁止条約に日本政府などが不参加は遺憾」と批判し自ら行進に加わるなどハプニングもありました。住吉付近で村上事務局長等ああすのメンバーと一緒に、最後に東神戸病院の方々の用意した冷えたスイカを頬張り平和行進を終えました。(監事・中村)

## 原水爆禁止2019世界大会 in 長崎

核兵器廃絶に向けた世界のうねり

原爆が投下されて74年。8月6日から4日間、原水爆禁止2019年世界大会に行ってきました。今、変化する世界と核の危険が増大する中、核兵器廃絶に向けた大きなうねりが起こっています。核兵器禁止条約は70カ国が署名。目標の半分である25カ国が批准しています。私たちの法人でも平和行進に60人を超える職員が参加するなど、平和への願いが強まっている事を感じます。



長崎の世界大会に送ってもらったのは20代から80代の8名です。壮行会では集まった67名の方々からたくさんの激励を頂きました。その時、話された7000羽の折り鶴は、NHKのニュースで放映されびつくり。

現地では若手が活躍。兵庫県原水協が独自に作成した「首長顔入り新署名用紙」を分科会や交流会で飛び込み紹介。その場で署名してくれる参加者も。写真は会場にいる400名の民医連の仲間と訴えているひとコマです。



たくさんのカンパをありがとうございました。(共和会・門)

## 産業医による職場巡視うけました

～ああす本部・ああすこうなん～

6月6日(木)午後には産業医による「職場巡視」が行われました。当日は、産業医である安藤医師と遠藤保健師(いずれも東神戸病院)による地域福祉ああす本部とヘルパーステーションああすこうなんの建物、設備、環境、健康管理などについて調査が行われました。概ね良好との評価を得ましたが、いくつかの指摘もあり、法人としての対応を進めたいと思います。

<主な指摘内容>

- \*建物古く天井のモルタル部分の剥げ落ちがあり対策が必要。
- \*棚の上に書籍などが積み上げられており落下の危険性もあり対策が必要。
- \*書庫の2段積み、その上に書類等が置



かれており、棚の固定等が必要。

\*階段の照明を明るいものに。

\*健診後のフォローは産業医と相談しながら介入できるところはしていく。

\*身体介護などに携わる全職員への腰痛健診のすすめ。

\*月 45 時間を超える超過勤務の管理を。

\*法律で定められた救護用具設置と設置箇所の明示。



## おすすめグルメ

東灘区本山中町「ああすこうなん」のご近所にあるコーヒー店「おが珈琲」です。お昼の日替わりランチは700円。毎日メニューが替わり、おかずとスープとライスのセットです。食後に150円プラスでドリンクセットもできます。ランチタイムは(11時30分～14時30分)です。本格派珈琲が飲めてランチはお得です。(こうなん・山根)



### やえちゃんち Special

## お腹にやさしいソーメン流し

毎週木曜日午後2時から4時まで高齢者の居場所「やえちゃんち」を行っています。第5木曜日はスペシャルと題し特別な取り組みをします。8月は猛暑で食欲の落ちたお腹にやさしいソーメンパーティーを行いました。いつもは午後2時からですが、お昼にソーメンをとのことで午後1時から開始しました。



12時から準備、まずソーメン流しの器具を組み立て、トッピングに卵、ハム、きゅうり、トマトを切り盛りつけるなど用意をしていると、参加者が次々と集まり、12人くらいになったところで



ソーメンを湯がきはじめます。「普段は一束しか食べないからそんなに食べないよ」と言われたのでまずは5束から。少しずつソーメンを流し、キャッチ「のどごしが良くおいしいね!」と言いながら箸が進み、合計18束湯がくことになりました。

「うまくとれなかったわ～」などワイワイ言いながら楽しい時間を過ごすことが出来ました。ソーメンの後は、お茶を飲みながらおしゃべり。午後3時終了の予定が、気付くと4時になろうとしていました。(山口洋子)

\* O×クイズの答え①O②×(色々なものが開発されている)③O④O

⑤O \*漢字穴埋めの回答①体②育

## NEW FACE

### 心からの“ありがとう”を

< こうなん・津田和子さん >

はじめまして、津田和子です。宜しくお願ひ致します。私が介護の仕事に携わることになったのは、9年前に家の近所にある施設の生活支援のパートに採用されたのがきっかけです。働きながらヘルパー2級の資格を取りました。ご近所の高齢の方にも良くして頂き、恩返しができないかと思い、生活支援と訪問ヘルパーのWワークを始めました。



「ああすこうなん」で、初めて同行に行かせ頂き、利用者様に携わるスタッフの方が、それぞれに協力し尽力された結果、利用者様は幸せそうでした。

私も責任を持って仕事にとりくみ、心から“ありがとう”と言ってもらえるチームの一員になりたいと思ひます。

### 先輩から刺激を受けて

< 灘・岡野美保さん >

6月からああす灘でヘルパーとしてお世話になっています。先輩は明るく向上心のある方ばかりで勉強会等でお会いしてお話を聞くのは刺激になっています。先日の歓迎会では普段なかなかお話しできない

方々と交流することができ楽しい時間を持てたことに感謝しています。今後ともどうぞ宜しくお願いします。



知ってて便利



### 布団ってどれくらい干せばいいの?

大人が7時間眠ったとき150gの汗が出るので、敷き布団は4時間干せば、150gの水分が蒸発します。ですから、朝10時に干し、お昼に裏っかえし2時間干せば十分です。夏はこの半分でOK。



そうなんだ!

### 「昭和」は第2候補だった?

「昭和」という元号は、新元号を決める時、第2候補で第1候補ではなかったんだって、政府が発表する前に新聞が先に報じてしまったので急遽、第2候補の昭和に変えられたんだって。ちなみに第1候補は「光文」だったそうです。候補はいくつか用意してるんですね。



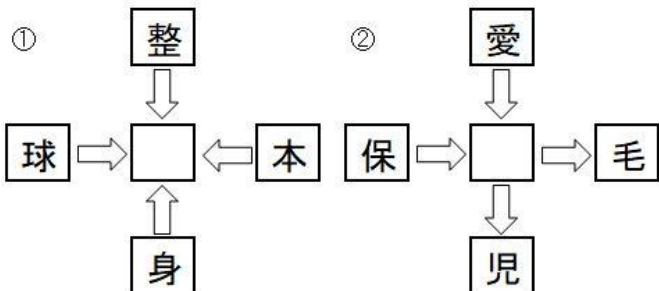
まる ○ Or ×

※介護員の心得・・・○か×か

- ① 利用者の解決すべき課題の把握について、利用者及び家族に面接しなければならない。
- ② 課題分析票の様式は全国一律である。
- ③ 課題分析項目には、ADLとLADLは含まれる。
- ④ 利用者の被保険者情報は必要。
- ⑤ 生活ニーズとは、生活を営む上で困っている状態と、その状態を解決する目標や結果を指す。

### 漢字穴埋めクイズ2題

空白部分に漢字を入れ熟語を完成させて下さい。



## クロスワードパズル

【ヒント】 夏を象徴する花の様子

下の回答欄にAから順に記入してご回答下さい。正解者の中から抽選で5名の方に図書券を進呈します。応募は、ハガキ・FAX・メールにて本部(ニュース係)まで。

1		2		3	4		5
	A					P	K
		6	7				
8	B		E		G H		
						10	11
12			13	14			
				L	N		
	15	16				17	18
19				D			O
			I		J		
		22	23				
			M				
24	F					25	C

#### 【ヨコのカギ】

- 1 死体のまま蘇った人間の総称。ホラー映画に登場
- 3 神戸の三宮の東に位置する。町名がついたのは明治32年。かつては海岸線に近く「摂津大観」によれば、旧字名・磯ノ上と呼ばれていたという。
- 6 事前に準備することなく、その場の成り行きで物事を決めること。□□□□勝負
- 8 レコードの音を再生する□□□□器
- 10 ほろのりと酒に酔うこと。ほろよい。□□□□を帯びる
- 12 本来、「白=無」「□□=有」の意味であった。
- 13 乗り物、部屋などを、一定期間、特定のグループや団体だけが利用すること□□□□バス。
- 15 大地に横たわり抗議の表明をする行為。1960年代に核軍備に反対して米国の市民グループが始めた。
- 17 「ひらがな」では、仕事もしないで遊び暮らすこと。「漢字」では野や野原のこと。
- 19 袖の下。まいない。
- 20 検査のために便をとること。
- 22 鉄分を多く含んだ粘土。
- 24 美術品・著作物などの原作品とそっくり同じ物を制作すること。

25 □□□、午後、夜間、

#### 【タテのカギ】

- 1 家などを建て増しすること。
- 2 □□□テープ、□□□カセットなどの略。
- 3 はりと□□□
- 4 □□□□網漁法。トロール漁法ともいう。
- 5 紀伊国屋文左衛門は、これを紀州から江戸に運び一大富豪となった。
- 7 担当者会議を略し□□□□。
- 9 タイ科の大型魚。別名チヌ。
- 11 期限や期間を、後日に延長すること。□□□□資産。
- 14 ピン札。2019年4月に新しい紙幣の肖像が発表されました。
- 16 色が薄くなったり古ぼけたりすること。
- 18 灯油を燃料として灯りを得る用具。ランプ、カンテラと同類。
- 19 木・竹片に文字などを記し、二つに割って双方が半分ずつ持ち、後に合わせて証拠とするもの。
- 21 バラ科の多年草の一種。赤く愛らしい、ふっくらとした部分は果実ではないと言う事をご存知ですか
- 23 二枚□□、巻□□、ヒザラ□□、ツノ□□

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q

前号の答え「タイヨウニ ムカッテサク ヒマワリノハナ」でした。回答は16名の方から。次の5名の方に図書券をお送りします。一井光義さん、志方和美さん、堀米明美さん、横野慧子さん、渡邊順子さん。

認定NPO法人 認知症予防ネット神戸  
認知症予防と認知症の人にやさしいまちづくり  
講演会



講師 古和 久朋 先生  
神戸大学大学院 保健学研究科 教授

## 認知症の治療と予防は どこまで進んだのか？

今、誰もが認知症になりうる時代 認知症の治療と  
予防について、みんなで考えてみませんか？

日時: 2019年11月30日(土)  
開場13:30 開演14:00 終演16:00  
場所: コープこうべ  
生活文化センター ホール  
参加費: 500円 ●定員300名



## ヘルパーさん募集中

～お知り合いをご紹介下さい～

ヘルパーさんを募集しています。皆さんのお知り合いのヘルパーさんをご紹介下さい。高齢者や障がい者が安心して暮らせるようサポート体制づくりにご協力下さい。