

# ああす TIMES

2020年1月 No.35

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](mailto:info@npo-earth.org)

URL <https://www.npo-earth.org>

発行責任者 細谷 禮三

## 智恵と力をあわせ より良い年に！

新年 明けまして おめでとうございます  
ます 良いお正月をお過ごしのことと  
思います

昨年、高齢者の居場所“やえちや  
んち”に加え“秋を食べよう会”を開催  
し、地域の高齢者や障がい者を支援する新たな試みが始まり  
ました。地域福祉会ああすの最重点課題である職員の確保  
にも力を注いで参りましたが、思うようには進んでいません。  
そんな中でも、みなさんの奮闘と努力によって利用者さんが  
住み慣れた街、住みなれた家で暮らし続けられるよう支援を  
行うことが出来ました。心より感謝申し上げます。



介護保険制度が始まって 20 年、「介護を社会全体で支える」という初期の目的から少しずつ離れていっているように感じるのには私だけでしょうか？「保険あって介護無し」とならないためのとりくみが求められています。

今年には地域福祉会ああす創設 20 周年の年でもあります。漢書によると子年は新しい生命成長に向かって種子が膨らみ始める状態を表しているとされ、未来への可能性を秘めた干支と云われています。今年がみなさんと地域福祉会ああすにとってより良い年になるよう智恵と力をあわせましょう。



2020年1月  
理事長 細谷禮三

私たち “子年” 生まれ  
今年もよろしく  
お願いします



### 健康が一番！



あけましておめでとうございます。今年  
は 5 回目の年女で還暦になります。干支と  
言えば厄払いと年賀状ぐらいしか思い  
ついたことがありません。今年の抱負  
といえば、健康が一番です。5 回の年  
女の間に 4 人のこども

## 「共和会・研究所・互助組合・ああす」 2020年新春のつどい 気づかない貧困 地域の福祉力を高めよう

日時 2020年1月11日(土)  
午後2:00～午後5:00(開場1:30)

会場 兵庫県中央労働センター大ホール

第一部 新春学習会

講師 寺内 順子さん

<講師プロフィール>

○ 1960 年生まれ。仏教大学社会学部社会福祉学科卒業後、妻中の障がい者施設に勤務。1991 年大阪社会福祉推進協議会入局、現任事務局長。主な著書は『明日もやっぴりきものを着よう』(2013 年、日本機関紙出版センター)『基礎から学ぶ国保』(2015 年、同)『検証！国保部道庁県単位化問題』(2016 年、同)  
大阪社保協ハンドブックシリーズ他多数。



第二部 新春のつどい

を授かり、2人は結婚し、末っ子も今年就職します。これからは主人と2人で健康に暮らしていきたいと思っていますが、8年前に北海道から私の母が「1人では不安」と家に来ました。まだまだゆっくりとは出来ないようです。(工藤裕美)

### ・ 周りの方々を大切に ・

早いもので4回目の年女を迎えました。幼い頃48才と言え  
ばすごく大人のイメージでした。12才の頃の記憶はうすく24才・36才  
は両親への反発から、独立し結婚、離婚を経験しました。そして父の  
介護、交通事故などで3か月間入院しました。これまでの私の人生は  
波瀾万丈だったと思います。



これからの12年間は穏やかに私の周りに居て下さる方々を大切に  
して、しっかりと自分を高めていきたいと思っています。

(西本真弓美)

### ・ なにごとともコツコツと! ・



子(ねずみ)は牛の頭の上に乗る、神様の前に着いた瞬間にピョンと飛び降り一番になったという干支の昔話を  
知っていますか?子(ねずみ)は、ずる賢い、勤とひらめきが鋭い、  
コツコツとお金を貯める等々色々と言われている、私には当ては  
まらないなあと子(ねずみ)年の性格を調べて思っています。今年  
は私の干支、子

(ねずみ)年。私の今年の抱負は、コツコツとお金を貯める、コツコツと仕事に取り組みたいです。(山下マキ)

## ・・よろしくお願ひ もうしマウス・・

なんと?! 年女の感想を200字くらいでと。いやいやその前に ホントにああすで1周まわって2周目になる?間違いないか、多分そう。入職時あのことからああすの発展と共に体型も揺るぎない成長をとげてきました。



当時は介護職ブームなのかたかさんの介護員さんがいました。が時代はかわり2周目に走っているランナーも、息が上がリ、我が足も言う事を聞こうとしない中、バトンタッチもなかなか難しく、ランナーが見えてこないなんて事にならないように元気モン集まれ!以後よろしくお願ひしマウス。(長谷川歩)

## ・・「ありがとう」の 一言が癒やしに・・



私が介護員になったのは、義母が亡くなった後で、介護を必要とされる方に、お役に立てればと思ったのがきっかけで、資格を取得し平成16年にああすに入り仕事をすることになりました。

仕事を始めて15年になり義母に教えられたことの他にも利用者様から沢山教えられることがあり、常に勉強です。そんな中、利用者様から「ありがとう」の一言が癒やしになり、またがんばろうと思います。これからも少しでも長く続けていきたいと思っています。(小山礼子)

## 2019年度 「権利擁護と虐待防止」研修 ～ロールプレイでよりリアルに考える～

9月18日(水)19日(木)の両日「人権擁護・虐待防止」の研修会を開催し、73名が参加しました。



育成委員会で企画してから3年になります。講師からの受講も大切ですが、なかなか自分たちの身近に感じず、その場限りで分かった風に終わってしまう傾向が有り、職場や現場で身近におこっていることをテーマにしていくことで、理解を深める研修をしていきたいと企画しています。基本は、対人援助職であり援助者は、利用者主体であることを重視した研修をしています。ロールプレイングを使いよりリアルに考える研修としています。

今年度の研修でのロールプレイングは、極端という意見も出ましたが、これはあるところでの実話でした。本当にあり得ないことがあり得ている現場があるので、

研修を通して再度自分たちの日常を振り返る研修でありたいと思います。(藤原久美子)

## やえちゃんちスペシャル お好み焼きパーティー

10月29日、今年最後の「やえちゃんちスペシャル」強い要望があったお好み焼きパーティーを行いました。何人の参加があるか分からないため、とりあえず15人分用意。12時30分からキャベツを切ったり生地を作ったり、ホットプレートも2台用意。

時間がたつにつれどんどん参加者が集まり25人もの参加となり、用意していた材料では足りず買い足しに走りまわりました。



「子どもが小さい時はたこ焼きやお好み焼きをよくしていたけれど、子ども達が大きくなり夫婦2人や1人暮らしになると、たこ焼き、お好み焼きで食卓を囲むことが無くなってきている」と話される方が多く好評でした。参加者から「決まった人だけが焼くのではなく誰でもが焼くようにすれば、みんなで話しをしながら食べられるのに」との意見があり今後の参考にしたいと思います。



スペシャルの時はたくさんの人が来ていただけるのですが、普段のやえちゃんちへの参加はいつも3~4人です。毎週木曜日の午後2時から4時までやっていますのでお気軽にお越し下さい。お待ちしております。(山口洋子)

## 初めての分散会討論

### ～2019年度上半期経営検討会～

11月10日(日)9時30分より野の花サロンにおいて、上半期経営検討会が開催されました。参加は、所長・サ責・居宅管理者と理事・監事あわせて26名中19名参加、共和会からも山本総務部次長が参加しました。訪問



介護事業・居宅介護支援事業報告、上半期経営結果について報告があり、その後、ああすの検討会としてははじめて3グループで分散会討論をしました。テーマは、①件数減の要因は何か②私たちは利用者さまの暮らしを守られているか③今後のああすの事業運営の課題は何かの3つで、6~7人のグループで参加者全員が積極的に討論に参加することができました。





分散会討議では、件数減については、やはり私たちの力不足・人手不足が大きい。身体支援は研修には意欲的に参加するが実際の稼働になると躊躇するケースが多い実態などりがアルに出されました。

利用者のくらしを守れているかでは、介助者の貧困により利用者の財産や年金を家族が当てにしており、利用者も気にして必要なサービスが十分に組めないケースも多く経験。法改正もあり守りたくても守ってあげられない実態、介護難民が生まれる状況がリアルに出されました。

事業運営では、社会に対しての地道なアピールが必要で、全体学習会など、ああすで取り組んでいることを外部にも発信してアピールしていくことも大事。また、常勤採用を進めているが非常勤の確保も大事、高齢の非常勤ヘルパーにどう活躍してもらうのか。40代の職員の今後を守っていくことも重要との意見も多く出されました。



困難事例に取り組んでも家族の介護力などで施設に行く傾向も強く収入につながらないケースもあるが「それがああすだ」と言えるようにしたい。など、大いに語り合うことができました。(M)



## 認知症の治療と予防はどこまで進んだのか

開催日 2019年11月30日(土)  
講師 古和 久朋(神戸大学院保健学研究所教授)  
会場 コープこうべ生活文化センター

毎年恒例の NPO 法人認知症予防ネット神戸主催の講演会です。

今はだれでも認知症になる可能性があります。早期発見し治療も早期に始める。そのために認知症チェックする事、適切な治療を受ける事が大事です。早期の認知症にその人の状態にあわせた薬(数種類)を処方します。同時に生活習慣も見直し、家族には介護保険など利用し介護の軽減をしながら認知症の進みを遅らせ、また改善の例もある事の講演でした。(長谷川歩)



## おすすめグルメ

カジュアル中華  
「老虎菜」(ラオフツァイ)



私のおすすめは、甲南本通り商店街アーケードを南に抜けて徒歩1分のところにあるカジュアル中華のお店です。分店がオーキッドコートにありますが、こちらはちょっとお高めです。

ランチメニューは、前菜盛りのおとメイロンが木製プレートで出てくるのですが、麻婆豆腐・野菜のあんかけ・海老のパリパリ春巻き等々どれも美味しいです♪

ビールなど飲みながら、楽しいひと時を過ごされてみてはいかがでしょうか。

交通機関からは、摂津本山駅から徒歩15分、阪神青木駅から徒歩10分。月・木・金だけのランチ1,000円~2,000円ぐらい。予約した方がいいと思います。電話078-453-5777(本部・堀米)



## 秋を食べよう会

~地域支援事業プロジェクト~



11月23日「秋を食べよう会」を開催しました。紅葉が映える良き日に開催できたことは日頃の皆様の精進の賜物と感謝の1日でした。利用者様10名とボランティア16名の参加で盛り上がりました。

メニューは、鯖の西京みそ焼き、藤原部長が前日に仕込みをしてグーな味付けで好評でした。豚汁は具沢山で栄養満点、ここまでは良かったのですが、何故か炊き込みごはんの炊飯器が3台誤作動で硬めになって皆で知恵と汗をかきかき何とか間に合いました。味付けはよし!・送迎隊は、皆様を無事会場までお連れできましたが、お一方お迎えが大変遅れてご迷惑をお掛けしました。河田様の楽しい歌と体操で心も体もリフレッシュして、テーブルの飾りもお土産に持って帰って頂きました。初めての企画、皆様のやさしさで大成功の取り組みでした。(藤原みゆき)



まる      ぼっ  
○ 0r ×

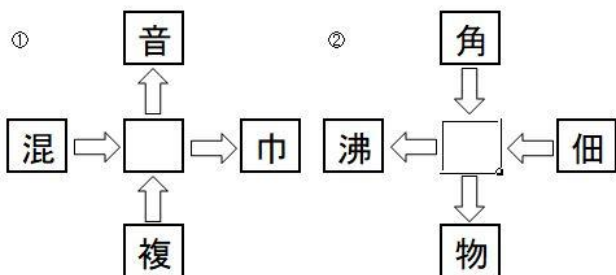
※介護員の心得・・・○か×か

①耳垢栓塞の除去はしてもよい。  
②血圧測定、検温は測定できる。  
③巻き爪の爪切りはしてもよい。  
④ストマパウチに溜まった排便処理は出来る。  
⑤利用者に頼まれ、軟膏や湿布を塗布したり貼用してもよい。



## 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。



### 知ってて便利

卵って、食べても栄養たっぷりですけど、美容/パックにもなるんですね。まず卵1個を卵白、卵黄に分けます。洗顔後この卵白を垂れないようにくるくる顔にマッサージ。(卵白には塩化リゾチーム酵素含まれる)肌の再生と殺菌効果があります。あとはぬるま湯で流すだけ。

卵黄は、レシチン、ビタミンEが含まれています。卵黄1個分に小麦粉大さじ2、水大さじを加えて垂れない固さに練る。お顔全体に塗り(目と口まわりは避け、10分ほどしたらツツパリ感が出てきます。で、同様にぬるま湯で洗い流します。

そうなんだ!

板子ヨコの溝は食べやすいように割れるようになるためではなく製造時、型に入れた際に、はやく固まる様に表面積を増やすためと、溝があるため型からはがしやすいという利点があるんですって

・○×クイズの答え：①×(耳垢が大きな固まりになって外耳道に栓のように詰まっている状態で医療行為) ②○③×(巻き爪の処理は看護師) ④○⑤×(医療行為に当たらないため介護員はできない)  
・漢字穴埋めの答え：①雑②煮

## クロスワードパズル

[ヒント] お正月、こども達の楽しみは?  
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(ニューズ係)まで。応募〆切りは2月15日とします。

1		2	3		4		5
	I					D	E
		6		7			
	K						
8	9		10			11	
	C	P					
12		13			14		
		L				F	O
	15			16			
17			18			19	20
	M			Q	J		H
		21			22		
							G
23				24			
	B				N		

### 【ヨコのカギ】

- 新年に初めてみるゆめ
- 選挙に勝つと、これに目を描き込みます
- だいぶ。かなり。「年の割には□□□□(と)老(ふ)けて見える」
- 奈良公園が有名です
- 日照が良く隣の騒音の影響も受けにくいなどの利点の有る部屋
- ダンスの中などを片付けて出てきた品物
- 赤穂浪士が討ち入った屋敷は
- 東京にある米軍基地。沖縄と違い国有地を使用
- ある日、森の中、何に出会った
- 笑顔になるとあばたも□□□好きになるとあばたも□□□
- そのようなものが存在するはずがない、そんなことが起こるはずがない、という意味の表現
- 赤穂では赤穂浪士と赤穂□□□が有名
- 他人の目を気にして、うわべを飾ったり体裁(ていさい)を取りつくらったりすること
- 特別措置法を略して□□□法という
- 秘密の内容などがそっくり他に漏れてしまうこと

### 【タテのカギ】

- さまざまな分野において幅広い知識を持っていること
- 冬至の日にこれを入れた風呂に入ると、その冬の間風邪を

- います
- 名誉 能力や行為について、すぐれた評価を得ていること
- 外力が加わって変形した物体が、もとの形に戻ろうとする力。□□□□性
- 明るく鮮やかな赤紫色。紅紫色(こうしよく)とも呼ばれる。最近のコピー機などには必ず入っている色
- 漁網などについている浮き。漢字では浮標
- 糸やゼンマイなどを使って物を動かす装置、仕掛け
- わし座のアルタイルという名前前で呼ばれている星。天の川をはさんで織姫星があります
- 語源は、自家製の味噌の味を自慢することから生まれた言葉だそうです
- 光や色などが互いどうつり合うこと。「所々の叢林の紅葉と□□□□している美しさは、ほとんど何と形容して好... 芥川竜之介「秋山図」(少し難しいですがガンバツテ)
- 秘密の司令部。隠れ家のこと
- 種から芽を出して間のない草や木。稲の□□□
- 韓国語のオトツクがなまった言葉。どうしよう?とかどうしたら?の意味
- 割合。百分□□□。

前号の答えは「ゾウゼイデ フトコロサミシ アキノソラ」でした。回答者の中から抽選で、次の5名の方に図書券をお送りしました。渡邊順子さん、田辺英子さん、堀米明美さん、青柿早苗さん、佐藤由佳子さん

