

ここひろば



令和元年10月号

ここひろ青梅

東京都青梅市東青梅4-17-42 袖木沢ビル1F
TEL: 0428-23-8220

地域ケアサポート館 福わ家・小規模多機能ホーム
東京都青梅市藤橋2-614-18
TEL: 0428-30-0512

地域ケアサポート館 福わ家・グループホーム
東京都青梅市藤橋2-614-6
TEL: 0428-78-2100

地域ケアサポート館 福ら笑(ふらわー)
小規模多機能ホーム・グループホーム
東京都羽村市川崎1-7-8
TEL: 042-555-6678



ここひろば （まはつめくま）

Just Culture (非難から対話の文化へ)

テレビのワイドショーなどを見ていると、個人や組織に対して説明責任を持たせ、うまくいかないときには非難したり責任を押し付けたりして、人が立ち上がれなくなるまで追い込む場面を目にする。そんなことをするニュース番組に、最近ではすっかり興味を持ってなくなってしまった。僕はもともと人が責められるだけの様子を見たくないのかもしれない…

こんな前置きをしておきながら、実は先月から介護事故ゼロ運動を始めました。しかも、事故を引き起こしたスタッフは、無事故日数をストップさせただけではなく、名前まで掲示されてしまいます。まるで人を責めているかのようにもとれる取り組みですよね。これにはスタッフも驚いて、犯人のつるし上げか！などの意見も出たようです。スタッフにそう思わせてしまったのは残念、まだまだ対話より非難、という意識が強いのだろう。

私がこれまで目指してきたことに、誰も排除されない社会をつくるというのがあります。ここには当然認知症や障がいを持った当事者をはじめ、スタッフの一人一人も含まれます。非難だけでは排除しているのと同じですよね。事故ゼロ運動のそもそもの目的は、事故をなくしたいということであり、非難をして特定の個人を責め立てることではないのです。事故はだれだって怖い、だけどその経験談はチームの話し合いにはとても有益なはず。チームで、良いことも悪いこともオープンにして、事故をなくすために事故の当事者を交えて話し合うことが大切なのではないだろうか。乗り越えるべきものがあるならば、当事者だけではなく、チーム全員で乗り越えるものでなければならぬと、そのように思うのです。

孔子の言葉に、「罪を憎んで人を憎まず」という言葉があります。人を憎まず罪を憎め、とも言い換えられます。罪をしっかりと憎むことができないと、事故ってなくならないんです。これはもはや精神論ではなく専門性の話。たくさんの利用者さんの生活や人生、そして命を守るために、私たちは今日も心を通わせ合いながら対話し続けます。

井上 信太郎



8月号で「中央アジア・キルギス共和国へ杖を送りたい！」と声をかけさせていただきましたところ、数十本の杖がここひろ青梅へ届きました。皆様のご支援、本当にありがとうございます。目標の杖200本まではまだ達しておらず、今後も杖の引取りをさせていただきます。引き続き皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

お~ちゃんフェスタ2019~ここひろタピオカミルクティ~

今年も「お~ちゃんフェスタ」にここひろ青梅が出店させていただきました！
「お~ちゃんフェスタ」とは、もともとは「おうめ市民ふくし祭り」という名称
でした。2012年にゆるキャラ・お~ちゃんをマスコットにして、名称が
「お~ちゃんフェスタ」になったそうです。

青梅市社会福祉協議会と青梅市が主催で、ボランティア団体、市民活動団体、
施設企業などが地域や世代を超えて交流できる場となっています。

各団体が工夫をこらしたお店を出したり、フリーマーケットを開催する方々がい
たり、ステージ出演をする団体もいて、この日は青梅市役所の駐車場が大賑わいにな
ります。

ここひろ青梅は流行にのって「タピオカミルクティー」を販売し
ながら、電動車いすの試乗会をしました。ヘルパーと一緒にご利用
者さまが来てくれたり、他事業所の皆さまから声をかけていただ
いたり楽しい1日となりました。タピオカミルクティーも完売しまし
た！足をお運びいただいた皆さま、どうもありがとうございました
！

ここひろ青梅 矢萩



【羽村市川崎】地域ケアサポート館・福ら笑 小規模多機能ホーム/グループホーム



秋の月を見ながら一句

こんにちは。気持ちのいい秋風が吹き渡るころとなりましたね。
食欲の秋、スポーツの秋 読書の秋... 皆さんはどんな秋をお過ごしですか？
さて、福ら笑ではお月見、敬老の日のお祝い、お彼岸など9月の年中行事を
行う事が出来ました。

「明日は十五夜だよ」

何気ないひと言から月見れば 千々にこそ 悲しけれ わが身一つの 秋
にはあらねど

大江千里の一句を読む利用者様

「筆で書いてみませんか？」 「いやあ~書けないわよ」

時が経つと書いたご本人も...「誰が書いたのかしら？」 「何て書いてあるの
読めないわ」達筆すぎるがゆえの一幕も (*´∩`*)笑

少し前の事は忘れてしまう事が多いです。でも私達がしっかり覚えていま
すよ。私達は以前の暮らし、昔の事、わからない事があります。何十年も前の事
は忘れない、しっかりと覚えている利用者様です。そこから私達は学び教えて
もらう事が沢山あります。

福ら笑 村山



中秋の名月で一句



今日の夕飯よ



お揃い

敬老会に参加して～利用者様からのお手紙～

9月16日 今年は敬老の日に敬老会を行いました。

福わ家で行う敬老会は、地域の方々にもお声掛けさせて頂き、福わ家のご利用者様と一緒に、ご家族様・地域の方々・スタッフでお祝いをさせて頂いています。

お琴や合唱、曲に合わせての運動、最後はお囃子と、短い時間ではありましたが、声を出したり、体を動かしたり、笑ったりとみんなで楽しいひと時を過ごすことができました。

お囃子をみたご利用者様の中には「何十年ぶりにみたよ。よかったよー」と喜びの声も。また来年も元気な姿で集いましょう♡

敬老会を行うにあたり、地域の方々や、ご家族様には、皆さんで食べるお赤飯や天ぷら、厚焼玉子等を作って頂いたり、設営のお手伝いをして頂いたりご協力いただきました。

本当にありがとうございました。

今回、お手伝いして下さったご利用者のご家族様から感想をいただいたのでご紹介します。



♡利用者ご家族様の感想のお手紙♡

少し早めに福わ家に伺うと、グループホームの台所では地域の方々(シスターズの皆さん)、グループホームのお年寄り、スタッフの方々が大きな鍋を囲んで忙しそうに敬老会に参加する皆さん用のお弁当を作っていました。100個以上のお弁当を全部手作りするなんて凄いです。そしてとても美味しかったです。

私の母もグループホームでお世話になっており、スタッフの方のフォローで盛り付けの手伝いをしていました。何もできないと思っている母が小さなことでもお手伝いができるのは家族としてとても嬉しいことです。私が学生の頃、母が毎朝お弁当を作ってくれたことを思い出しました。

お年寄りの皆さんが好きなこと、やりたいことができるようにスタッフの方々がフォローして下さっている様子を見て、母が福わ家にいると自分の家にいるより落ち着ける理由が分かったように思いました。

式典にはホールに入り切れないお年寄り、地域の方々、家族の皆さんが参加されていることに驚き、皆さんの笑顔に私の心もとってもあたたかくなりました。もちろんお年寄りが中心ではありますが、地域の皆さん、家族も参加して楽しめる敬老会は素敵だと感じました。これからも母とだけでなくお年寄りの皆さん、地域の皆さん、スタッフの皆さんと一緒に行事に参加できることを楽しみにしています。

介護保険のおいしめ

ど

どんな時に区分変更するの？

以前より要支援者及び、要介護者の認知症症状が進行してきた。身体能力が低下してきた、など感じる事があったらケアマネジャーに相談してください。区分変更をすすめられるかもしれませんが、介護保険では、介護度により受けられるサービスの量が変わってくるためです。入院された時も、入院前の状態より身体能力が低下したと感じたら区分変更をお勧めします。症状が落ち着けば入院中でも区分変更は可能です。退院後新しい介護度が決まっていれば、受けられるサービスが広がります。

福ら笑 太田

心のひろば・大運動会～笑顔は人を幸せにする～

9月19日に”心のひろば 大運動会” 3事業所（ここひろ青梅、福わ家、福ら笑）合同運動会を行いました！

笑顔で接する事は、ご利用者様への安心につながる。私たちスタッフは環境の一部！私たちの笑顔でたくさんの人を笑顔に・・・笑顔の連鎖を期待して？

(´▽`*)?この企画を考えました！

テーマは「笑顔」～笑顔は人を幸せにする～

チーム編成は、事業所対抗ではなく、3事業所 MIX チーム！自己紹介から始まり準備体操は”フォークダンス”代表がイメージしていた踊りとは違いジェネレーションギャップだっ・・・とつぶやいておりました（笑）それでも音楽に合わせ息の合った踊り♪ケガをしないよう準備を整え、いざ競技スタート！！

事業所ごとの交流は普段中々ないのですが、やはり優勝チームには”景品”がある！と聞くと・・・チーム丸となり、チームワークを発揮しておりました。

競技の中で盛り上がったのがみなさんもお存じの「じゃんけん列車」テーマ：笑顔にちなんでルールをもうけました。ハイタッチをし、相手を笑顔にさせてからじゃんけんをするというルール。色々な所から笑い声、勝った列車からは「イエーイ」と体育館の中に声が響きました。逆に苦戦していたのが、「ジェスチャーゲーム」です。1人の人がジェスチャーをし、もう1人の人が答える。言葉を発せない故に、相手の事をよく知らないと、何が言いたいんだろう…何を伝えたいのだろう…何をやっているのだろう…と四苦八苦するチームが続出でした。ご利用者様への支援にも言える事ですが、相手の事を思い、その人はどんな人だろう？と知ること、理解すること事が大事な事だな。と改めて学ぶことができました。



福わ家 糸井



ここひろ青梅勤務:野崎幸子

私がヘルパーのお仕事をさせていただくようになったのは57歳の時でした。主人の父が脳梗塞で倒れ寝たきりの状態になってしまい、私も介護のお手伝いをせざるを得なくなりました。なんの知識も経験もないままに自己流でなんとかお世話をしながら、こうした経験は年齢を重ねれば多くの方が経験するのではないかな、と思いました。だとしたら、それなりに訓練をし、知識を得たいなと思いました。

それがこの世界へ入れていただいたきっかけです。そんな私も今ではヘルパーとして働かせていただくのは気が引けるような年齢になってしまいましたが、おかげさまで足腰丈夫なのでもう少し続けようと思っています。この年でまだ人の役に立てるのだと思うと、それだけで気力が湧き、生き甲斐を感じています。もうしばらくよろしく願いします。

スタッフ紹介
ゆめきもち



ここひろ青梅勤務:矢ヶ部八重

私は20代前半、スキューバーダイビングにハマっていました。その頃は病院で働いていたので、土曜日の午前中は仕事、家に帰ってダイビング器材一式を車に積み込みショップのある中野へ…。

その日はショップの2Fに泊まったりして伊豆の海に潜りに行きました。今思うと、よく続いたなあ、体力的にも金銭的にも…。

潜った後は温泉に行ったり、花火を見たり、キンメの煮付けを食べ、ボーリングをして、本当によく動いていました。

部屋の模様替えをする時にいつも思うんです、『魚本』を見ながらあの頃のことを…

ダイビング器材一式は、クローゼットの奥の方に眠っています。