

さくらだより

第11号

2009年6月1日

社会福祉法人京都老人福祉協会 京都市伏見区深草大亀谷東古御香町59番地・60番地 TEL.075-641-6622 FAX.075-641-6746

安心・安全、健康的で
心豊かな食生活のために



この度、京都府より、府内産利用を積極的にすすめる「たんとおあがり 京都府産」施設（京都府産農産物利用推進施設）として認定されました。



審査基準概要

次のすべてを
満たしていること

- 施設の給食に、京都府産の野菜等を四季毎に30日又は30品目以上利用
- 施設の給食に、京都府産の米を年間の米の利用日数の概ね50%以上利用
- 施設の利用者に、府内の産地や食文化等の情報を四季毎に1回以上発信



ことば 継続は力なり

副理事長 三代 修

「Thought, action, continuation」(考える事、行動する事、継続する事)

「人生で大切な事は？」という問いへの答えだ。答えたのは歌手の郷ひろみさん。NHKの「英語でしゃべらナイト」での発言である。

この春、京都老人福祉協会として30人を上回る新任職員を迎える事が出来た。ここ数年の介護人材離れが言われる中で多くの仲間を私達の職場に迎えられた事は本当に嬉しい事だ。新しく社会人のスタートを切る人たちも多く人生の目標をもって進んでもらいたいと思う。私自身の新社会人の時の事をふり返れば、人生の目標は霧のかかった状態だったように思う。「福祉の職場」に役立つ仕事。社会進歩につながるという理想はおぼろげにあったがどうすれば実現できるのか、個として組織として。目標を意味付け、現実には直面し、働きかけ、立ち止まって考え、また歩き始める。人生を通して続けていく事は大変な事だと思う。組織も同じで京都老人福祉協会も創設52年を迎えている。創設の思いを引き継ぎ今年迎えた30名を含めた次世代にバトンタッチしていかなくてはならない。時代は地域密着、個別ユニットケアをキーワードに加え、どんどん動いている。継続と共に創造も大切だと思う。歩き続けよう。一緒に。

「継続は力なり、されど惰性の継続は退歩なり」

瀬古利彦「マラソンの真髄」より



ハートで
ぬくもりと安心を
お届けします
京都老人福祉協会

継続

憧れのプチトマト

特養 田中(仁)

ご利用者のNさんとは新人の時に出会いました。

私が入職した同じ日に入居されたこともあり、勝手に親近感を持って、心の中で「同期」と呼んでおりました。

Nさんは名前で呼ばれるより、「ばあちゃん」と呼ばれることを好まれ、「田舎もんだから」が口癖で、もんぺが大好きな方でした。

普段は杖を使って歩かれるのですが、「手をつないで歩こ」と、節くれ立った大きな手を職員に差し出され、手をつないで一緒に歩くとニカーッと大きな口を開けて笑う方でした。

ホームでの生活に慣れてこられた頃、突然荷物を風呂敷にまとめ、「帰らせて頂きます」と言われたり、また居室に閉じこもってしまわれる事も。少しでもフロアに出て来てもらえるように、フロアのベランダでプ

チトマトの栽培を始めました。

芽が出て、実をつけてもまるで無関心でしたが、実が熟するにつれて、「トマトはな」と話をしてくださる機会が増えました。「トマトの葉は臭い。実を採られまいとするトマトの知恵だ」と、トマトを採るたびに葉を触り、人の鼻に近づけては「ニカーッと」笑われる顔を今でも思い出します。

声に耳を傾けるだけでなく、思い(想い)にも耳を傾けることの大切さを知りました。

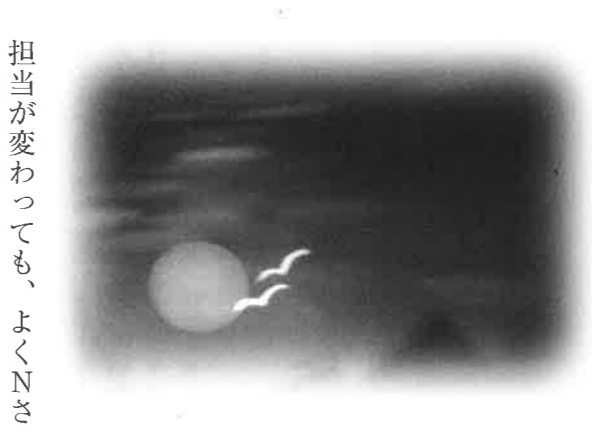


夜間、巡回に訪室すると、「ドロボー！」と、よく叫ばれました。

安否の確認は大切なことですが、夜間に部屋に入るということは、ドロボーと同じなんだと気付かされました。彼女の部屋に入る際は、廊下の窓からこっそり覗いたり、カーテンの隙間からそっと覗いていました。また、廊下の窓にも時々鍵がかかっていることがあり、戸締まりは大切なことですが、ここだけは開けといてと、何度心の中で叫んだことか。

巡回は大切ですが、それはこちらの都合であって、利用者さんに気付かれないように部屋に入ることの大切さも学びました。また、何かあるたびに、「今度は、ばあちゃんがこさえた。おかほ(かほちゃ)を持ってくるから」と、口癖のように言われていました。

昔のことだと否定するのではなく、昔話に同調し、その方の今(現在)だけでなく過去を知ること大切なことなんだと、Nさんを通して新人の頃に数多くを学びました。知り得たことは私の財産になっています。



担当が変わっても、よくNさんに会いに行きました。「ニカーッと」笑われる顔に会いたくて、新人の時の気持ちに戻りたくて……

Nさんは、昨年一〇〇歳の天寿を全うされました。あの笑顔を見ることはできないけれど、プチトマトを見るたびに、あの鼻を突く匂いが甦ります。多くの利用者さんと出会い・別れを繰り返し、喜びや悲しみ、そして学びと反省の繰り返し。

プチトマトが熟すように、私も自身も育っているのかなあ。

「ばあちゃん、私はちゃんと立派なトマトになっっていますか？」

継続

関わりの継続

東高瀬 田中(悠)

京都老人福祉協会に入職してもうすぐ五年。

右も左も分からないところから介護の仕事を始め、今に至ります。

入職して、ほどなく一人の利用者の方が新規でご利用になりました。その方は自分の身の回りのことがとても気になり、何か心配されている様子でした。一日中、「ちよっとー」「ちよっとー」と職員を呼び止めて同じ訴えを繰り返される方が多くありました。そのたびに対



応させて頂いていましたが、最初は自分自身の至らなさもあり、繰り返しされる訴えに対して、「さつきも同じことを言っはりましたよ」などと声をかけるのですが、「そんなもん、気になるから言うてるんや!!」と、その方を怒らせてしまうことがよくありました。

あまりに怒らせてしまうことが多い、この仕事に向いていないのではないか。何度もそう思いながら、その方がご利用の時は自分がどう関わらせてもら

ったら良いのか分からなくなることもありました。そんな中で、その方を苦手に感じて接していることに気付きました。「苦手だなあ」と思う気持ちから、いつのまにか言葉もきつくなり、その方の気持ちをあまり考えられ



いないことが相手にも伝わっているのかもしれない。そう思うようになりました。

ある日、同じように訴えを繰り返してられるその方に、こ

う声をかけてみました。「さつきも言っはりましたよね。よっぽど気になるのですね。わかりますよ、私も一度気になると、居ても立ってもいらなくなることはありません」と。

最初はあまり聞いていらつしやらない様子でしたが、それからはその方への対応を苦手だと意識せず、どんどん声をかけ続けました。

するとある日、「あんたもそん

なに気になるか？」と、返事がかえってきました。

「そうなんです。私はせっかちなので一度気になったら早く早く！って思ってしまうんですよ」

私がそう言うと、その方は「ほな、一緒やな」と笑って言うて下さいました。

今まで笑顔なんて見せて下さることがなかったのが驚きでしたが、本当に嬉しい瞬間だったことを今でも覚えています。

この仕事に向いていない、と思っ諦めていたらこの笑顔を見ることはできませんでした。悩みながらも、どうしたらいいのか自分と、相手と向き合いながら考え、続けていくことで見えてくるものが必ずあるのだと、私はその利用者の方から教わりました。



継続

暗黙のルール

養護 小林

現在、養護老人ホームには七六名のご利用者が生活されています。建物は二階建てで、一階は概ね介護が必要な方、二階はほぼ自立した方です。

二階の女性利用者の方は、毎朝六時には起きて布団をたたみ、掃除を始めます。これは、昔から受け継がれていることだそうで、畳を拭く方、窓を磨く方、掃除機をかける方それぞれです。

冬の寒い時期であれば、私ながら布団から出られないと思うのですが、利用者さんは毎日欠かさずに掃除をされるのです。ま



うになつてきました。明治、大正生まれの方々とは、考え方や生活習慣なども変わってきていますが、先輩利用者たちがされてきた良い習慣が絶えることなく続いてほしいと願っています。住まいが綺麗なことはとても気持ちの良いことですから。

れに掃除の苦手な方や施設での生活に馴染むのに時間のかかる方が入所された場合は、同じ部屋の方との間で揉め事になることもあります。そのような時は、間に入って話を聞くのですが、よほどのことが無い限り、口を出したりはしないようにしています。引き継がれてきたルールを守り続けているのは、生活の主体者である利用者の方々なのです。

養護老人ホームのご利用者も最近では昭和一〇年代後半や二〇年代生まれの方が入所されるようになってきました。明治、

継続

朝のひやひや

春日 柚木

醍醐の家ほっこりと春日丘センターの全体での朝礼には、「今日の朝のひとこと」の時間がありません。簡単に言うとは毎日交代で行なっている「三分間スピーチ」です。

人前で自身の体験や思い等を話すことを毎月一度行なうという経験を続けることで、人前で話すことに慣れるように、また自分も含め職場の人々が、どういった思いで仕事に向き合い、取り組んでいるかが確認できる時間となるようにとの目的で始められました。

話すテーマについては特に決まりはなく、日々の仕事で得た経験から感じたこと、研修に参加して学んだこと、プライベートな時間での体験談、家族や友人との交流で感じたこと等、色々な話が出されます。

職員の年齢の幅も広く、福祉職場での経験年数にもひらきが

あり、同じ職場に色々な経験をした人がいて色々な見方や感じ方があることを知る機会にもなり、自らも考え、刺激を受ける時間になっています。笑いもあれば、時には涙もあり、スピーチひとつにも一人ひとりの個性が表れています。「緊張するから嫌やわ」、「言いたかったわ」とうまく伝えられなかったわ」といった声もありますが、「継続は力なり」と言われるように、これからも続けていくことで職員一人ひとりの力となり、サービスの質の向上につながればと思っています。



継続

美味しい食事を提供し続けていきたい

春日 柚木

一月二〇日に「第二回キッチンさくら料理コンクール」が開催されました。一位には春日丘センターの「豆腐と鮭のふわふわ揚げ」(遠藤調理員作)が輝きました。ちなみに二位は京都老人ホーム、三位は春日丘センターと一九名の参加者の中から一位と三位を受賞するという結果でした。

物価の高騰により、昨年一月から昼食の食材費が六五〇円に値上げされました。ご利用者さんに一五〇円もの値上げのお知らせをする時は心が痛む思いでしたが、いつも「春日丘の食



事は美味しいなあ」と言っていた。ただいとお、今回の値上げにもご理解をいただき、とても嬉しく感じました。

春日丘センターでは、「味」以外にも、「食材」、「手作り」、「視覚(色どりとボリューム感)」、「季節感」、「ひと工夫」といった点にこだわって食事を作り続けています。そして、ご利用者さんの声を食事に反映できるように努めており、今後もそういった姿勢は守り続けていきたいと思っています。

「食べること」は、人間の健康を保つ源であり、基本的(生理的)欲求のひとつです。ご利用者さんに限らず、「食」は多くの人の生活の中の楽しみの最たるものであると言えるでしょう。ご利用者さんに喜んでいただけたら嬉しい食事、満足していただける食事を今後も提供し続けていきたいです。

おすすめレシピ

豆腐と鮭のふわふわ揚げの作り方

【材料】4人分

- もめん豆腐1丁
- 卵1個
- 小麦粉少々
- 油
- 塩鮭2切れもしくは鮭フレーク
- 片栗粉少々
- しょうがの搾り汁少々



- ①もめん豆腐は重しをしてしっかり水切りをする(前日から)。
 - ②塩鮭を焼き、身を細かくほぐし、皮も細かく刻む。
 - ③と②を混ぜ、そこに卵、片栗粉、しょうがの絞り汁を加えて混ぜる。
- これを団子状にし、小麦粉をつけて160℃の油でキツネ色になるまで揚げる。



※塩鮭の塩味が付いているので調味料は入れないが、好みで醤油を入れても良い。
 ※鮭の代わりに明太子を入れるなどアレンジしても美味しいかも。
 ※材料費は一人分が約79円とリーズナブル。
 ※作り方はとっても簡単！ぜひお試しください。

継続

毎日がデイサービス。 三六〇歩のマーチ

京老居宅 堀田

今回は、深草センター
ほっこり、デイサービス
をご紹介します。

開所七年を迎える深草センタ
ー、開所当時としては、珍しく、
ユニット型デイサービスを取り
入れて、町型デイサービスとし
て、地域とともに、取り組んで
きました。

通常のデイサービスは、一つ



のフロアを区切らずに全体が見
渡せるように過ごしていただい
ている例が多いと思われませんが、
ユニット型デイとは、フロアを
三つにわけ、一般型デイニフロ
ア、認知症対応型一フロア、そ
れぞれのお部屋で、グループご
とに過ごしていただくのです。
各フロア、一日一〇名ずつ。
トータル三〇名利用。

センター長の西本さんに
伺いました。

●開所して七年、いかがでしょ
うか？

交通の便利のよい、通いやす
い町型の通所施設として、地域
に根ざしてサービス提供を行な
っています。稲荷方面などは、
細い道、一方通行が多いので、
大きな車の送迎でなく小型の車
を駆使しています。結果、送迎

居ても一人、ここに来たら、た
くさんのお仲間がいて、一緒に、
お風呂や、お食事をとって、楽
しく過ごせます。一人暮らしが
続けていられるのは、ここがあ
るおかげだと思っています。年
のせいか膝が痛くなってきました
けれど、歩かなくなるとは、歩け
なくなってしまうので、ここへ
の往復はいい運動です。職員さ
んは、みんな親切で優しいし、
お名前をおぼえる事ができなく
て申し訳ないけれど、お仲間の
顔がみえないとさみしくなりま
す。頑張つて通い続けますよ」

●職員さんのお話
「Mさんは、病気がしい病気も
なく、センターの都合で休むお
正月や、ご本人の健康のための
定期受診以外は皆勤賞です」

Mさんのお宅は、深草センタ
ー近隣のマンション、歩いて一
〇分弱。大きなスーパーや、飲
食店も立ち並んでいるため、夕
食の調達や買い物にも大変便利。
人が生活する上で、スーパー
や駅、学校、医療機関は、大切
な地域資源です。

深草センターはまさに、Mさ
んにとって、歩いてすぐ
のスーパーと同じ位置づ
けの、コミュニティ資源
となっています。

深草ほっこの職員は、
ご縁があつて、Mさんが
在宅生活を続けて行く道
を、お供する事になりました。
五年前から考えられ
ば、長い道のり、紆余曲
折がなかったといえれば嘘
になります。でももう五
年、あつという間の五年。
ケアマネさんや深草デイ、
深草ヘルパーとの二人三



回数が増えてしまっていますが、乗
車時間を短時間にして、ゲスト
の皆様の負担軽減をはかってい
ます。デイ利用日の朝には、必
ずお迎えの確認の、電話もさせ
ていただいています。また車に
乗るより近いという方は、職員
がご自宅まで伺い、一緒に歩い
て、デイまでお越しいただいて
います。



このデイサービスの特徴とし
て、お客様、ゲストとして、丁
寧な対応を心がけています。

●頑張るデイのゲストMさん

Mさん（女性）は、二〇〇三
年から、デイサービスをご利用
されています。

初めは、週一回、しかし変化
するお体や症状に応じて、デイ
やヘルパーの回数が一回ずつ増
えて、今は毎日デイ職員のお迎
えで、往復歩いて、デイを利用
されています。
「私は、一人暮らしだし、家に

脚ならぬ、四人五脚は、今も続
いています。家族の方や、主治
医の先生、大勢の人の応援やエ
ールをうけて。

三六〇歩のマーチならぬ、
たまの休みを挟みながら、
三六〇歩のマーチ♪

Mさんは今日も深草ほっこり
の道を元気に歩いています。

Mさんに限らず、深草ほっこ
りの職員は、ゲストの皆さんと
一緒に歩き続けていきたいと思
っております。

平成18年4月の介護保険制度の改正により施行
された地域密着型サービスのひとつとして位置づ
けられた介護サービスです。認知症である要介護
者に対して、自宅からの送迎をはじめ、食事・排
泄・入浴等の介護や簡単な機能訓練などを提供し
ます。
※要支援者は介護予防認知症対応型通所
介護のサービスを利用することができます。

認知症対応型通所介護とは、

継続

タスキに たくして

医務室 池乗

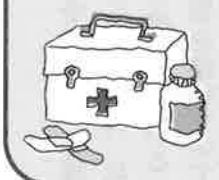
青葉若葉の季節となりました
が、私は毎年お正月に、楽
しみにしていることがあります。
それは、「箱根駅伝」です。
一人ひとりが役割を果たし、
伝統と重みのある一本のタス
キを次から次へとつないでい
きます。一人でも脱落すると
そのタスキは最後までつな
りません。伝統あるタスキを
ランナーが必死でつないでい
く姿をいつもテレビの画面を
通して一喜一憂しながら応援
しています。

私は今、訪問入浴サービス
という仕事に携わっています。
現在は民間が優勢の事業にな
っており、社会福祉法人は人
員不足などの理由で事業から
撤退せざるを得ない状況があ
ります。その中であつて京都
老人福祉協会（以下、京老）
の訪問入浴サービスも、苦勞
しながらも人と人とのつなが

りを大切にし、利用者さんに
いかに喜んでお風呂に入つて
いただけるか、満足してい
ただけるサービスを目指して踏
ん張っています。利用者さん
との気持ちの行き違いから涙
を流したこともありました。
職場のスタッフに悩みを相談
しながらサービスをこなすこ
ともありました。そうして、
少しずつですが利用者さんた
ちとの信頼関係を築くことが
できてきたように思います。

オペレーターを中心に、介
護職員、看護職員がチーム一
丸となつて心を合わせ「事故
のないように」「満足してい
ただけるように」「ありがと
うと言っていただけるよう
に」。

京老の訪問入浴サービスと
いう、伝統と誇りのある大切
なタスキを次の人たちにしっ
かりと渡せるように「京老に
いつまでも笑顔あり」の心意
気でこれから
も頑張ってい
きたいと思
います。



さっちゃん
さくら

継続から生まれること

給食事業部 熊谷

私が介護予防の事業に取り組んでから、早三年が経とうとしている。

最初、介護予防事業と聞いても、どんな事業なのかイメージできず、手探り状態から始めた。まだまだ、現在もこの事業について、日々試行錯誤の連続である。ある程度の内容や教室の進め方の土台作りはできてきたけれど、回数を重ねていくにつれて、新たな課題も見えてくる。

いろいろな地域でまた教室で同じ内容の話をさせていただいても、その時々参加者の反応は様々であり、特に参加者の方々の反応があまり感じられない場面に出くわすと自分の行ったことについて振り返りを行い、自分の話した内容がその時の参加者の方にあっていたのか、また参加者の方々は何を求めておられるのかと、そうして考えていくといろんなことが頭の中を過つてくる。そして、あらたな発想が生まれ、そのことをまた実践しようと思う。初めは人前で話すのが精一杯だったのが、継続していくことで見えてくることがいっぱいある。

続けていることには、それぞれに続けている意味が何かあるだろう。例えば生活のためなのかもしれないし、自分を満たすためかもしれない。また誰かのために続けていることもあるかもしれない。そのことが好きだから続けられたり、自分の気持ち、意志に大きく左右されると思う。けれどそれ以外にもその人の置かれている環境や立場状況にも関係するのかもしれない。

私は、小学校の時から栄養士になることが夢であった。当時は、栄養士がどんな仕事をするのかわかっていなかった。その夢を実現した時、また次の目標に向かって進もうとし、その資格を活かして職につくことが次の目標となった。そんなことを繰り返し、最終私は学生の頃、実習に行った老人ホームで働きたいと思った。そしてその実習先のご縁で、この法人にお世話になることになった。私の場合、今取り組んでいる事業ができるのも、その時々思いは違っても幼い頃の栄養士になりたいという思いの継続である。その思いや目標が自分の年とともに変化はしているが、やはりいつまでも食に携わる仕事をしていきたいと思っている。継続し努力することで、自分の目標としていくことが達成され、それで終わりかというところでなく、また続けることであらたな発見ができ、視野も広がる。続けていたことをやめてしまうとそこで終わってしまい、そこからは何も生まれない。

人生の中で満塁ホームランを打つような場面はそうそう起こることはないだろう。でも継続していくことで、チャンスが訪れるように思う。チャンスはいつくるかわからないから日々の積み重ねが大切だと思う。チャンスを目の前にしても気づかなかつたり、力不足では、意味がない。

どんなに能力のある人でも、日々の業務に取り組みを重ねて仕事の質を高めていくのではな

いだろうか。

そして、今私が地域の仕事を受け入れ、介護予防の事業が少しずつ拡大できているのは、私を取り巻く環境や人のお陰だと感謝している。私自身だけでなく、まわりも仕事を続けていくから、新しいことが始められ、生まれるのだと思っている。

今後も自分に与えられた仕事を大切に続けていき、継続することの喜びを感じ、継続することでも人にも喜びを与えられるように歩んでいきたい。

社会福祉法人 京都老人福祉協会グループ

新規事業所紹介

- ◆まちかど相談スポット中部
伏見区深草直達橋4-367・368
- ◆京都市深草・中部地域包括支援センター
TEL 642-5155
- ◆京都市伏見区地域介護予防推進センター
TEL 641-2543
- ◆小栗栖の家ほっこり
伏見区小栗栖牛ヶ淵町30 TEL 575-2466