

さくらだより

第28号

2014年1月15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.075-641-6633
<http://kyoro.or.jp/>



CONTENTS

今年も、きつとウマ〜ン〜ン	2
新年祝賀式	2
伏見エリア 高齢サポート・東高瀬川 (京都市東高瀬川地域包括支援センター) 次世代につなぐ	3
特集 共生〜ともにしきる〜 つどいの広場	4
サークル活動	5
リレーコラム 生きることの幸せ	6
「顔の見えないご利用者」との 関係づくり	6
うづら保育園 60周年記念式典	7
編集後記	7
きつちんさくら 藤城学区社協料理教室	7
特養 季節を感じられる場所	8
深草エリア ハローウイン 仮装パーティー	8
醍醐エリア 「敬老」	6



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

今年もきょうじゅんぱんへん

京都老人福祉協会理事 川田雅之



十年一昔という諺がある。世の中の移り変わりが激しく、十年も経つとまるで昔のことのようになってしまうことを意味する。また、歳月の流れを十年を一区切りとして考えることをいう。

振り返ると、約十年前の2003年の6月に「2015年の高齢者介護」が高齢者介護研究会によって報告された。これは、団塊の世代が65歳以上になりきる2015年までに実現すべきことを念頭において、今後の求められる高齢者介護の姿を描いた提案であった。高齢者介護に携わっている者にとっては非常にセンセーショナルな内容で、そんな時代が来るとは想像もできなかった。しかし、あと1年後には2015年、その時を迎える。

が模索されている。できる限り住み慣れた地域で、最後まで尊厳をもって自分らしい生活を送るために、福祉のみならず、医療や地域社会も含めて支え合う。この仕組みづくりは「地域包括ケアシステム」と言われ十年後を想定しているが、投げかけられている内容は喫緊の課題である。

長い年月の間、何の変化もなく同じ状態であることを十年一日という。しかし、変化が激しい今、十年間同じ状態であることはあり得ない。むしろ十年というスパンは、5年前と5年後で10年と区切りを付けた方が理解しやすいのではないだろうか。たとえば、自分のことを考える場合、5年前は何をしていたのか？ そして、5年後はどうありたいか？ と考える。すると、過去が未来に脈々とつながっていることを感じる。当協会について考えると、5年

前の2009年には、深草中部地域包括支援センターを開所した。この年はそれに引き続き、小栗栖の家を開設し、うづら保育園の事業継承を受けた。

思い返してみると、この時期は伏見区という地域での地域包括ケアシステムの先鞭をつけた時期であった。それでは5年後の2019年、当協会はどうなっているのだろうか。地域包括ケアシステムの進展とともに地域包括支援センターの役割は拡大していくだろう。保育園に始まった児童分野は、京都市児童療育センター「なないろ」の受諾につながったが、より障がい分野への支援は強めていくだろう。私達は、地域の皆様が、24時間365日を通して、誰もが豊かで安心できる人生を送ることができるよう支援している。特に、福祉法人としての原点は、生きにくさや生きづらさを感じている方々に目を向けることだろう。これからも目指す私達の方向性は、当協会のカレンダーに書かれているこの言葉とともにある。「もっと、ずっと、この町で」

新年祝賀式

新年明けましておめでとうございます。

1/1(元旦) 施設では毎年恒例の新年祝賀式が執り行われました。

今年の祝賀式は、会場が一杯になる程、養護、特養の入居者が参加されました。

入居者それぞれ「今年はどうかな？」「今年はこの年ならいいな」等、期待に胸をふくらませておられる表情が伺えました。

今年も、職員一同よりよいサービスをお届けし、地域の方をはじめ、多くの方との繋がりを大切にをモットーに皆様と共に歩んでいきたいと思っております。



見エリ

高齢サポート・東高瀬川
(京都市東高瀬川地域包括支援センター)

次世代につなぐ



地域で暮らし続けたい

近年、高齢者の一人暮らしや高齢者世帯が多くなった事で町内会の役を担えず自治会からの脱退が増えています。古い家が壊されがレージになり、おきな土地にはマンションが建ち、新しい住人は増えるものの個人情報保護法やプライバシーの問題で昔ほど近所付き合いがなくなり、地域のつながりが希薄になってきました。京都市では平成24年度から「一人暮らし高齢者全戸訪問事業」を開始しています。地域からの孤立を発見し地域の見守り組織につなぎ、認知症やその他、生活に課題がある高齢者に対して各種関係機関につなぐ支援をしています。

実際、訪問活動をおこない生の声をお聞きすると、多くの方が「この家で最後まで暮らしたい」と希望されています。一人暮らしを続けるためには、心身の機能が

低下しないように元気なうちから介護予防に取組み、健康寿命を延ばすことが大切です。それともう一つの課題は認知症です。現在認知症の方が420万人、軽度認知障がいの方が400万人おられます。認知症の一人暮らしの高齢者も年々増えておられます。その方々が地域で暮らし続けるためには地域のみなさんの見守りや助けがなければ実現しません。

そこで東高瀬川地域包括支援センターの活動をひとつ紹介させていただきます。

認知症サポーター講座

平成22年から小学校6年生を対象に認知症サポーター講座を開催しています。今年で4年目を迎えました。認知症について正しい理解と認知症の方に、よりそうやさしい気持ちを持ち続けてほしいと願っています。



認知症サポーター講座風景

この講座は総合育成支援教育の一環で伏見区社協を介して講座を担当することになりました。6年

高齢サポート

「高齢サポート・東高瀬川」は京都市の事業を委託され平成18年4月に開所しました。担当学区(竹田・住吉)の高齢者とそのご家族の相談窓口として機能しています。3人の専門職員(主任ケアマネジャー、社会福祉士、看護師)と介護支援専門員が各分野の視点から連携し一体的に皆様を支援しています。

介護に関する心配ごと、健康や高齢者の虐待・消費者被害・自立した生活を継続するための介護予

生のサポーターは地域の一員として地域の支え手になります。毎年講座を開催することで、年々オンラインリング(認知症サポーターのあかし)が町に増えていき、いずれは地域のすべての世代が大切な人を支えるサポーターになります。数年後、一人暮らしや認知症高齢者が「住み慣れた家で最後まで暮らしたい」との願いが実現していることを期待しています。地域のコーディネートも包括の役割の一部です。

防に取り組み、地域のケアマネジャーの支援や様々な機関とのネットワークづくり、地域の団体(自治会・民生児童協議会、老人福祉、医療や生活に関する相談、福祉員、学区社会福祉協議会、小学校など)と連携することで担当学区の皆様がいつまでも住み慣れた地域で健やかに暮らせるための活動をしています。



平成24年2月に愛称「高齢サポート」とシンボルマークが決められました。

特集 共生

——ともに いきる——



私たちが生活するこの地域には、たくさん子どもや様々な大人がいます。昔は祭りが近づく大人も子供も集まって練習を始めるとは楽しく、その時の思い出が子ども心に深く刻まれてい

ます。多くの人に色々なことを教えてもらうということはとても大事なことでした。そういった場所地域に暮らす意味や互いに支え合うといった事を自然と身につけてい



ったのではないのでしょうか。ところが近年、都市化がすすみ核家族化や少子化に伴い地域との関係が希薄になり、地域で暮らしている意識や地域の中の支え合いという感覚も弱くなっているような気がします。ちょっとした子育てや介護の悩みを支えてくれる関係の付き合いや環境が薄れてきている世の中になってきているように感じます。

加してもらったことからスタートしました。用意したプログラム中心だった1年目から3年を経て、2階のご利用者さんが世話人をしてくださったサークル活動も生まれてきました。活動をしていく中で交流を通して、また参加を重ねるごとに関係が深まっています。

小規模多機能・つどいの広場・地域の方々が一緒に参加できるサークル以外の大きなイベントとして、創立記念日、夏祭り、地域感謝祭、餅つき等があります。

ご利用者さんがイベントやサークルを通じてお子さんと関わっていく中で、「青木さん、おはよう」「さっちゃん大きくなったな」と、お顔やお名前を覚えて、声を掛けられたりもします。また、普段感情を表に出されない方が、お子さんを抱かれると笑顔になり嬉しそうにされます。それは、職員が引き出すとしても決して出来ない表情です。

つどいの広場

つどいの広場は0〜3歳くらいまでの子育て家庭の親子さんが気軽に集い、打ち解けた雰囲気の中で語り合い、相互に交流するための場所です。数多くの遊具が揃っていますので楽しく安全に過ごして頂けます。保育士や子育てアドバイザーが育児相談に応じるほか、地域の子育て支援に関する情報の提供や子育て講座等も開催しています。開所日は日曜、月曜、祝日を除く午前10時〜午後4時までです。開所時間内であれば、自分の都合の良い時に来て、自由にお帰り頂けます。



子どもとお年寄りとの関係性を築き深めていくことが、相互に良い影響を与えていると感じています。

また、お母さん方や地域の方々にも高齢者や認知症についての理解を、講習といった形ではなく、一緒に時間を過ごすことで体感で知って頂くことが一番と思っています。

サークル活動を通して& カフェ紹介

親子さんや地域の方々、ご利用者さんやそのご家族が、趣味を通じてサークル活動に取り組みされています。クラフトサークル、フラワーサークル、歌サークル、お菓子サークル、手芸サークルと様々です。各サークルでは指導者の存在の人は少なく、得意な方や育児休暇中のお母さんが経験を活かして教えて下さったりしています。

普段はつどいに来て、支援されていた方が支援する側になったり、支援していた方が支援されたりする関係性が自然と生まれてサークルが成り立っています。そのような様々なかかわりの中でお互いを理解し、助け合うことによって、稲荷の家が目指してい



ほっこり運動会



クラフトサークル



手芸サークル〜コタツでほっこり編み物〜



サークル活動

ほっこりでは、1階の利用者さんと2階の利用者さん、地域の方々とのつながりをつくることのできたらいいな、ということでフラワーアレンジメントやクラフト、うたサークルなどのサークル活動を行っています。



ぬか漬け



きっちんさくらと協力し、ほっこりカフェを開いて、惣製やパン、お味噌を作っています。

る共生が出来ているのです。また、不定期ですが、きっちんさくらと協力して、ほっこりカフェを開いています。

稲荷の家ほっこりでは全く違うサービスが一つの建物の中にある事で、共に助け合うという「共助」の関係を築くことを大切にしています。

サークル活動でも見られるように、ご近所の方、子育て中のお母さんや小規模のご利用者さん、そのご家族が稲荷の家ほっこりを通じて知り合われ、そこでそれぞれ得意なことを支援して下さっています。

すべての人が、役割を固定化されず、もっている能力を出し合っている、時には支える立場に、しんどいときには、支えられる立場になれる場所、稲荷の家ほっこりは、そうしたあるがままの自分を気軽に出来る場所でありたいと思っています。

私たちが考える本当の意味での共生とは、児童・高齢者だけでなく障がい者であってもそとでなくとも分けへだてなく共に暮らしていく社会づくりを指します。



リレーコラム

生きることの幸せ

担当部長 荒竹孝一



「小さきは 小さきままに 折れたるは 折れたるままに コスモスの花咲く」

昨年11月に107歳で他界された早地三郎氏(教育学者、しいのみ学園創設者)が詠まれた歌です。生涯現役にこだわって亡くなる2週間前まで講演活動をされていたそうです。

歌の意味は、「いてくれるだけでいい。生きていくだけでいい。一人ひとりが自分の能力の最大限を出して生きるというのは、そういうことです。皆が列になつていい学校、いい会社を目指すようなことをしては、自分の能力を最大限に出すことはできない。小さきは小さきままに、折れたるは折れたるままに、自分のできる一杯の立場で生きる。それぞれの立場でできることをやり、人に喜ばれ、役立つ存在になることが、人が生きる目的だと私は思います。」と、氏が言われたそのままだと思います。

私たち一人ひとり違いはあるけれど、それぞれが役割を持ち、誰かに頼りにされていることを実感しながら生きることが幸せなことなのだ。

京都老人福祉協会は昭和32年に定員36名の養老施設から始まり、今年で設立57年を迎えます。高齢分野を中心に時代や社会のニーズに合わせるかたちで、障がい分野、子ども分野と少しずつ事業を拡大してきました。この間にも介護保険制度の導入など大きな変化があり、今後も国の制度はめまぐるしく変化していきますが、私たちの仕事である「人の暮らしを支援する」ということには変わりはありません。これからも高齢、障がい、子どもの分野を問わず、地域で必要とされる福祉的なニーズに貢献できる法人を目指していくとともに、「京老さん」「ほっこりさん」と地域の方に親しまれ、頼りにされる存在でありたいと思います。今後ともご支援を賜りますよう宜しくお願い申し上げます。

今春、高齢・障がい・保育分野の複合施設が新規にオープンしますので、あわせて宜しくお願いいたします。



「顔の見えない」利用者」

との関係づくり

「あんしんサポート...? 何が「あんしん」や!! ちっとも安心にならんわ!!」

たまにご利用者からこのような言葉を聞きます。

私は、夜間対応型訪問介護。あんしんサポート伏見でオペレーターとして勤務しております。オペレーター業務は、24時間365日、ご利用者またはご家族からの通報を受け、状況に応じてヘルパーを派遣したり、電話で相談に応じたりしています。

あんしんサポート伏見は、緊急時の対応をする事業所であるため、ご利用者の日常生活に関わる場面が少なく、関係ができていない状態で介護を行うこともめずらしくはあります。

そのため、なかなかご利用者の意に合った援助が提供できず、冒頭のような声が上がります。

る時があります。

ご利用者と直接顔を合わせる事のないオペレーターとして、ご利用者との唯一の関係づくりは「声」だと思えます。「声」の大きさやトーン、話すスピード...いかに通報者の声を聞き取り、安心して頂けるような声掛けができるか...それが私にできる関係づくりだと思っています。実際、「二人で寂しいので話を聞いてほしい」というような通報を受け、しばらく話を聞いてみると「これで安心して眠れます。ありがとうございます」と言ってくれたこともあり、お役に立てたかな、とうれしく思うこともあります。

顔が見えないため、難しい判断に迫られることが多く、日々緊張感をもっておりますが、これからもヘルパーさんや相談員さん、そしてケアマネジャーさんと連携を取りながら、チームワークを大切に、多くのご利用者の皆様の生活を支えていきたいと思っております。



あんしんサポート



うづら保育園

60周年記念式典

昨年、10月1日をもって創立60周年を迎えました。

うづら保育園では、昨年の年間行事すべてを創立60周年記念行事として子どもたちと一緒に祝いしていきけるように一年前よりプロジェクトチームを作り、内容を考え取り組んできました。その中でも創立の日にいちばん近い9月29日(日)の「運動あそびの日」を創立60周年記念日と致しました。

当日は青空の下、地域の深草小学校の運動場をお借りして、プログラムの始めにお祝いの時間を設けました。子どもたちに創立の意味が理解できる内容にするため、保育園の60歳のお誕生日と設定してお祝いすることにしました。3歳〜5歳児がトラックの中に円になつて広がり、お誕生日のうたを歌ったあと「60歳のおたんじょうび おめでとーございませー!!」と同時に5歳児がクラッカーを一斉に鳴らしてくれました。そして、大歓声の中でプログラム順に発達年齢に合わせた運動あそびの内容を保護者の方に見て頂きました。

「お誕生日のうた」

たんじょう会だよ 阿部直美 作詞・作曲

Musical score for the birthday song. It includes a melody line and lyrics in Japanese. The lyrics are: なんだか むねをはって うたいたく なつちやうよ / なきむし バイバイ おこりんぼうも バイバイ ひつとおおきく / なつたんだよ にここ げんきな うづらほいく えん

※最後の2小節を「うづらほいくえん」に変えて歌います。



うづら保育園60周年記念キャラクター「うづらちゃん」です

60年の歴史を刻んだのも、地域の方々と共にこの深草の地に根を張り、また、うづらから巣立っていった卒園児たちが父になり母となつて、また、うづら保育園を心のふるさと、子育ての原点にしてくれているからだと感じております。

編集後記

老いというのは、出来たことがひとつずつ出来なくなつていく、それに向かっています。年を取れば体力が落ちる、それなりに自分のベストをつくせる目標を持つことが大事! 輝きと明るさを持つて新しい年の始まりにしたいものです。

広報委員 境 友子



藤城学区社協 料理教室

10月20日に京都老人ホームにて、料理教室が開かれました。20名以上参加して頂きました! ありがとうございます。

この料理教室は、藤城学区社協様より毎年10月に依頼されて行われており、毎年違うテーマが設定されています。今回のテーマは「火を使わない料理」であって美味しくクッキングができました。

火を使わない料理ということで、電子レンジや炊飯器を使って調理を行っていきます。火を使わない料理の利点として、ガスの消し忘れもなく、食材を焦がしてしまったりしない、一人分の料理が簡単に作れる、といった利点があります。今回は説明、試食を行ったメニューが全部で10品目ありました! 実際に作って頂いた料理は4品でした。この4品を5つの班(それぞれ職員が1人ずつ担当)に分かれて調理していただきました。各班それぞれ味付けの個性がありました!

時間通りに料理教室は終わり、皆様に感想を聞いてみました。「おいしい料理を食べただけでなく、周りの方とのコミュニケーションを取る事がとても有意義に感じられる」「年に1回の同窓会みたい」「次回もまた参加したい」などでした!



美味しい手巻寿司

特養 季節を 感じられる場所

季節は移り変わり、肌寒くなってきました。昨秋、特養西館一階では、利用者さんに季節をよりいっそう感じてもらうために紅葉ドライブに出かけました。天候にも恵まれ、色づいた紅葉を眺めながらドライブを楽しんでいただき、桃山城に到着。さっそく紅茶とお菓子で喫茶タイムの開始です。お気に入りのおやつを食べながら、真っ赤な秋色に染まった紅葉を眺めてほっとひと息。普段は外出をされない利用者さんも、落ち葉を拾ってにっこり笑顔。職員と紅葉をバックに記念撮影も行い、大変盛り上がりしました。短い時間ではありましたが、大変喜んでいただけましたと思います。



周りに自然がいっぱいの京都老人ホームでは、都会よりもいっそう木々の色付きを感じることができるとの魅力です。四季のメリハリを感じながら、たくさん思い出を作って笑顔で暮らしていける、そんな場所を提供できたらなと思っています。



職員と記念撮影



草深エリア ハロウィーン 仮装パーティー

深草センターほっこりでは、深草児童館の子どもたちやご家族の方々と一緒にハロウィーン仮装パーティーを行いました。



メッセージカード



アンパンマン

かみしばい [おおきく おおきく おおきく なーれ]

「かみしばい「おおきく おおきく おおきく なーれ」と、『どうぶつたいそう』、『やきいもグーチーパー』、『てをたたきまじょう』、『アンパンマン』といったお遊戯を披露して下さいました。お遊戯が終わった後には、利用者さん一人ひとりからは「きつちんさくらの手作りクッキー」、子どもたちからは「カボチャやおバケのメッセージカード」のプレゼント交換を行いました。

一生懸命頑張る子どもたちを見て利用者さんは、「元気をいっぱいもらいました。私たちがのためにいろいろなことしてくれて本当に嬉しいです」とおっしゃっていました。

利用者さんが地域の方々の関係を築けるきっかけになれるデイサービスであると共により、豊かな生活を送って頂けるにはどうすればより良くなるのかを日々考え、努めていきたいと思っています。



プレゼント交換

醍醐エリア 「敬老」



「オリジナルストラップ」

醍醐の家では、サービスごとにご利用の皆さまに日頃の感謝の気持ちを含めて、敬老の日のお祝いをさせて頂きました。

グループホームでは、ご家族や地域の方々が来てくださり、皆できつちんさくらお手製のお弁当をいただきました。食後は法人内の三線サークル「なんくるないさあ」の演奏を聴き、皆さん大変喜んで下さいました。

小規模は、ちらし寿司をホールケーキの形に見立てて、利用者様と一緒に様々な具材で飾り付けをして美味しく頂きました。そして、無地の袋に職員の作成したハンコを好きな場所に押しつけて頂き、エコバッグとしてプレゼントしました。

デイサービスでは、皆さんと一緒に「紅白饅頭」と「練り切り」を手作りして美味しくいただきました。職員で手作りをしたストラップをプレゼントしました。ストラップをすぐに、杖やカバンに付けて下さり、大変喜んでいただきました。

日頃から、利用者様、入居者様の生活のお手伝いや相談等をさせて頂いています。その中で皆さんの様々な経験や知識に支えられ、勉強させて頂きながら職員も成長していると感じています。



法人内サークル 「なんくるないさあ」



「袋にお気に入りのハンコを」