



ハートで
ぬくもりと安心を
お届けします

さくらだより

第 38 号

2016年 7月15日



特集

こども食堂

- FREE フリー
夏の危険にご用心!!
- サービスの色々
グループホーム
- テーマ
未来の介護
- 会計報告
- リレーコラム
- 編集後記

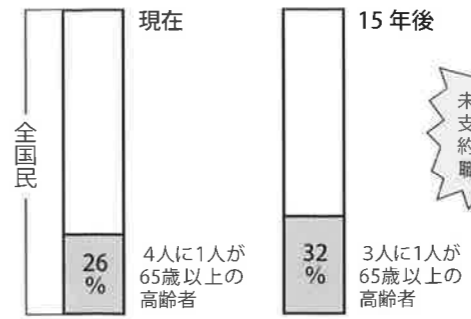
テーマ
THEME

未来の介護

未来の介護では、原段階で予定している施策を全て実行しても、30万人の介護職員が不足すると予測されています。

未来の介護の問題点

高齢者人口が増加し、介護が必要な人が増えつづける



未来の高齢者を支えるためには、約250万人の介護職従事者が必要!!



すまい

板橋、小栗栖にてサービス付き高齢者住宅で、一般の家のようにだけ、サービスが受けられて、高齢でも地域の中でもとくにくらしていい。



介護・リハビリテーション

- 地域密着型サービスの提供
- 定期巡回
- 訪問介護などにより、自宅で過ごせるように支える



保健・予防

栄養、脳のトレーニング、物づくりなどの予防教室の運営



以上の様々な取り組みによって介護職の負担問題が緩和されいくと考えられる。

10年後の京老

- 要介護となる人数が減り、平均寿命ではなく健康寿命がのびる。
- 地域と連携し、理解を得ることで、介護状態になったとしても、高齢者が地域住民とともに支えあい、過ごしていける。
- 小規模多機能の施設を利用することで、自宅で安心して過ごしていける。

想像する未来の介護

5年後、10年後と未来の介護を考え想像してみます。近い未来に介護ロボットや、身体の負担を軽減するスーツ等が主流となる日がくるでしょうか。しかし、どんなにお助けロボットや身体強化道具を使用しても高齢者・要介護者数は増え続けていき、必要とする担い手不足問題が生じるでしょう。では、その問題を解決するにあたり年齢や障害、認知症にかかわらず、地域に開かれた横断的な利用が可能な、地元根ざした支え合い施設「共生型福祉施設」が充実していくのではないのでしょうか。簡単に紹介させて頂くと、ひとつの敷地内に一般マンションと高齢者マンション、介護施設や保育園が複合するスタイルです。一か所に集中することで自然と人が集まり、コミュニケーションの拠点となります。また、助け合い、共に生活をしていくという未来は遠くないかもしれません。現在、京都老人ホームでも伏見区内に高齢者施設の他に「うづらこども園」、「京都市児童療育センター ないろ」があり、隔たりのない全てがひとつのサービスとして更に地域に求められるよう創造していきます。

SERVICE

グループホーム

認知症対応型共同生活介護

グループホームとは、少人数の認知症の高齢者が家庭的な雰囲気の中で共同生活をおこなう事業所です。グループホーム醍醐の家ほっこりでは、平成14年7月の開所以来、この場所で定員18名のご利用者、ご家族、職員が無数の物語を織り成してきました。今日はその中から2つのお話を紹介したいと思います（事実を元にしたフィクションです）。

ンを刻んでいかれます。しよんぼりした下川さんに、上司の川村さんはにっこりして言いました。「下川君、それでいいんだよ。下川君が台所に立っていることで、助け甲斐を感じてご利用者がいきいきされるように思うよ」

ご利用者がグループホームの主人公なんだね

4月のある日のことです。慣れたショートステイの仕事からグループホームに異動してきた男性職員下川さんは昼食つくりで張り切っていて包丁を振るっていました。しかし、下川さんは家でほとんど料理をしたことはありません。それを見ていたご利用者の白河トシさん。「お兄ちゃん、手元、危ないよ」と声をかけ、包丁を手にすると鮮やかな手つきでニンジン



STORY 2 「みんなで看取る」

女性職員梅崎さんには就職1年目の終わりに悲しい出来事がありました。自分が初めて担当のご利用者として受け持った大浦巳代乃さんが99歳で亡くなられたのです。

大浦さんは醍醐の家ほっこりが開設された年に入居され、ずっとグループホームの移り変わりを見て来られました。その年月の間に大浦さんは少しずつベッドで過ごされる時間が増え、言葉を話されることもなくなっていました。そして最後の数年はベッドから離れることもほとんどありませんでした。「大浦さんに最期までこのグループホームで過ごしてほしい。きつとそれが大浦さんの願いだから」

その思いを共有したご家族、グループホーム職員、法人内の看護職員、そして主治医をはじめ多くの人が大浦さんの毎日を支えました。梅崎さんはそこから「ご利用者の暮らしは、ご利用者自身と多くの人の協働により支えられているチームワークの成果なのだ」という事実を肌身で感じました。

梅崎さんは大浦さんが使ったおられた部屋を掃除した後、出窓に飾られた大浦さんの写真に向かい語りかけました。「大浦さん、大切な学びをありがとうございます」

最期まで寄り添って見られることもグループホームの良さだと思います。



まだまだお話ししたい物語がたくさんあります。もし、そんなお話を聞いてみたいと思っただけなら、いつでもグループホーム醍醐の家にお越しください。ご利用者と職員はいつでも温かく皆さんをお待ちしています。

特集

子ども食堂

5月号

以前、さくらだよりの特集で取り上げられたように、貧困状態にある子どもは今日日本で約6人に1人の割合で存在しています。とりわけ、一人親家庭の貧困率は50%を超えているとも言われ深刻化しています。親が働いていないからではなく、就労収入が低いワーキングプアに陥っているというケースもたくさんあります。その他にも十分な社会保障が届いていない、養育費がもらえていない、など理由はさまざまです。家庭が貧困であるところを補おうとするため長時間労働となり、子どもだけでご飯を食べる「孤食」という現状につながっていきます。子育ての両立ができないことが子どもの貧困に繋がっています。父子家庭での貧困も深刻で、行政支援は乏しく、企業や会社の理解も薄く、相談する相手がいない、孤立してしまうケースがあります。

子ども食堂ってどんなもの？

貧困の連鎖を断つ取り組みの一つとし、おいしい食事・幸せな時間・地域との繋がりが、一人親家庭へ実家のような居場所を提供する「子ども食堂」が各地域で試みられています。

子ども食堂での「食育」の取り組みは、どうしても地域コミュニティとの繋がりが希薄になりがちな都心を中心に、各地に広がりつつあります。貧困のせいでお腹をすかせている子どもや、孤食が日常になっていく子どもにも、賑やかな食卓を提供することで孤立しがちな親子を支援しています。

全国の動き

子ども食堂は、無料もしくは安価な食事を提供し子ども一人でも入れる食堂です。2012年8月に東京大田区の青果店が始めた取り組みがじわじわと広がり、3年ほど前から増え始め、首都圏だけでも38か所あります。国の支援はなく、民間企業や一般の人からの寄付を募る基金を立ち上げています。京都では嵐山で園児の父親たちの「おやじの会」メンバーが企画し開催されています。

藤城の取り組み

京都老人ホームのある藤城学区でも「子ども食堂」の取り組みが始まっています。2月と3



言われています。私たちがフィールドとする伏見区で何ができるか、各自考えてみてはいかがでしょう？

例えば地域の空き家を活用。そして、まずはご近所や自治会にご挨拶に行き顔の見える関係を作ります。手土産にはもちろん就労支援事業のワークパートナーYUIのケーキを宣伝にお渡しする。

児童館や役所にて主任児童委員さんを教えてもらいご挨拶し、信頼関係の構築・社会資源とつながる。

子育て中でちょっと疲れたお母さんに声かけし、母親支援を行う。保育園には行っていないが、遊びたい子どもに声かけし、子ども支援を行う。最初は相談から始めていき、興味のある方はみなさんお越しいただき、実態把握やアセスメントを行う。子ども・近所のおじさん、おばあちゃん、お兄ちゃん、お姉ちゃん、など声をかけあえる関係づくり。コミュニティワークを実践していき、地域の中で「今日はご飯を食べていく?」「今日だけ預かってほしい」「田舎からたくさんお米をもらったから使ってくれない」こういったつながりが子ども食堂とおして出来る上があるのではないのでしょうか。

現在は核家族が増え、昔のような地域のつながりが薄れてきました。このような社会で子ども食堂は近所付き合いの場になっていくのではないのでしょうか。

月にプレイイベントが万帖敷会館で、フードバンクの取り組みなどをされているセカンドハーベスト京都さんやいろいろなプロジェクト京都さんなどの協力のもと開催されました。

京都老人福祉協会での取り組み

京都老人ホームは、今までのプレイイベントや6月24日に行われた藤城子ども食堂で協賛として関わりました。



現在主となり取り組んでおられる、下司さんにインタビューを行いました。

・藤城子ども食堂を始めたいと思われたきっかけ
私には、地域の小学校に通う娘と、支援学校に通う息子がいます。主人は帰りが遅く、ほぼ手伝いがない状況の中、テレビで子ども食堂の取り組みを知りました。管理栄養士としており、日ごろから子どもにとって食事は重要だと思っていましたので、ぜひ自分が住む地域にも子ども食堂を作りたいと思い、NPO法人いろいろなプロジェクト京都さんに投げかけたところ、お力を貸していただきブレで食堂を開催することができました。

藤城学区は貧困層はほほいらないと思われていますが、孤食の子もまたは少なくないと思います。貧困もないとは言いきれません。

夕飯の時間が遅かったり、菓子パンやコンビニの弁当などですましてしまうことがある子もいます。共働き家庭も多く、保護者の方も大変です。また、発達の遅れのみられる子どもたちの居場所があるのか、など、居場所づくりとしても子ども食堂の必要性を感じました。

・やってよかったこと
声を上げたことで、同じ思いを持った方々がたくさんいらっしやるのがわかり、一緒にやっていくと輪ができたこと。そして、問題がひとつずつクリアになっていき、子どもたちの居場所を確保することができそうなことです。

・困っていること
地域にとって必要とされ、居心地のいい居場所になるにはどうしたらいいのか。まだまだ始まったばかりで手探り状態です。

事務や会計など、今まで自分がやってこなかったことの対応が大変で、いろいろな人に助けをいただいています。

平成27年度決算報告書

社会福祉法人 京都老人福祉協会

貸借対照表

平成28年3月31日現在

(単位:円)

貸借対照表表体。資産の部と負債の部を比較する表。流動資産、固定資産、流動負債、固定負債、純資産の部など記載。

事業活動計算書

自平成27年4月1日 至 平成28年3月31日

(単位:円)

事業活動計算書表体。支出の部と収入の部を比較する表。人件費、事業費、事務費、就労支援事業費用、利用者負担軽減額、減価償却費、国庫補助金等特別積立金取崩額、徴収不能額、介護保険事業収益、老人福祉事業収益、保育事業収益、就労支援事業収益、障害福祉サービス等事業収益、医療事業収益、その他の事業収益、サービス付高齢者住宅家賃収益、訪問給食事業収益、経常経費寄付金収益、サービス活動収益計、借入金利息補助金収益、受取利息配当金収益、受入研修費収益、利用者等外給食収益、雑収益、その他の補助金収入、サービス活動外収益計、施設整備等補助金収益、事業区分間繰入金収益、その他の特別収益、特別収益計、(当期活動増減差額)、前期繰越活動増減差額、その他の積立金取崩額、支出の部合計、収入の部合計。

資金収支計算書

自平成27年4月1日 至 平成28年3月31日

(単位:円)

資金収支計算書表体。支出の部と収入の部を比較する表。人件費支出、事業費支出、事務費支出、就労支援事業支出、利用者負担軽減額、借入金支払利息支出、流動資産評価損等による資金、事業活動支出計、設備資金借入金元金償還金支出、固定資産取得支出、固定資産売却・廃棄支出、施設整備等支出計、長期運営資金借入金元金償還金支出、積立資産支出、その他の活動による支出、その他の活動支出計、介護保険事業収入、老人福祉事業収入、保育事業収入、就労支援事業収入、障害福祉サービス等事業収入、医療事業収入、その他事業収入、借入金利息補助金収入、経常経費寄付金収入、受取利息配当金収入、その他の収入、事業活動収入計、施設整備等補助金収入、設備資金借入金収入、固定資産売却収入、施設整備等収入計、長期運営資金借入金収入、長期貸付金回収収入、積立資産取崩収入、その他の活動による収入、その他の活動収入計、(当期資金収支差額)、前期末支払資金残高、支出の部合計、収入の部合計。



もっと、ずっと、平和な町づくりをめざして

藤森センターほっこり総括主任 石原将司



私事で大変恐縮ですが、つい先日46歳になったところです。

私の子ども時代と言いますと、1970年代。生意気な言い方ですが、古き良き時代だったと思います。

肉は肉屋で買い、おつかいのご褒美にコロケを買い、魚は魚屋の大将のうんちくを聞かされながら、パンはパン屋で「おばちゃん食パン6枚切り」、もちろん野菜は八百屋で、おじさんの大きなそろばんカッコいいなと思いつつ、ほんまに計算とおつり合っているのかなあと子供ながらにちょっと疑う。「和やか」な時代だったと思います。

子ども時代から今日現在まで思っていること、どんな神社に行っても唯一お願いすること、出勤前に必ず唱える言葉、それは「世界平和」です。普段の私のことを「存じの皆さんからすると、意外に思われるかもしれませんが、【平和】と聞くと、【戦争や争い

「このない世の中」といった意味合いで理解されていることが多いかと思いますが、私の中では「すべての人が平等で、「幸せ」と思える日々をおくれる」という解釈をしています。

「平」とは、高低の差がなく穏やかで安定している。「和」とは、和み穏やかであり、互いに相手を大切に協力し合うということのような意味があります。

かの有名な聖徳太子が考えられた、十七条の憲法の第一條にも「和を以て貴しとなし」とあります。また、「和」は、足し算の結果の値、まさにいろいろな物の積み重ねのよっにも感じます。

世界が平和であるためには、まず日本という国が平和である必要があります。日本という国が平和であるためには、京都府という都市が平和である必要があり、さらには京都市、私たちの事業所がある伏見区が平和でなければなりません。

すべての人が平等で、「幸せ」と思える日々をおくれる、そこには、年齢・性別・障害の有無等にかかわらず、すべての人の平和です。

京都老人福祉協会は、その名の通り高齢者福祉からスタートしていますが、現在では、ことも事業、障がい児者事業でも力を発揮したいと日々頑張っています。が、まだまだ「高齢」「障がい」「こと」でといった別者感が否めません。

私たちが別者感を感じている以上、私の思う「平和」は「すべての人が平等で、「幸せ」と思える日々をおくれる」になかなか近づ

けないと思っています。また、私たち事業者だけで出来ることは本当に微力であることも痛感しています。

「互いに相手を大切に協力し合う」の「互い」とは地域の皆様の方でもあり、冒頭で私の子供時代の買物物くだりでもふれていますが、人と人との交わりなくして地域の平和は成し得ないと思っています。

皆が皆のことを大切に思い、協力し合える、平和な町作りを注ぐ「これが私の使命だ」と、日々生活する今日この頃です。

編集後記

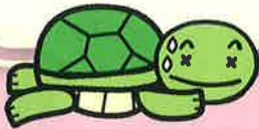
広報委員は各エリア事業の中から一人ずついて、職種も様々で知識や経験を持ち合わせる事ができます。最初は初めましての職員さんが多いですが、記事を作成する事で直ぐに打ち解け合い、黙々と作成するのでは無く、時には和気あいあいとしています。もっと多くの方にさくらだよりを知り読んで頂きたく日々広報委員は取り組んでいます！

広報委員 細野修平

夏の危険にご用心!

毎年夏になると「熱中症」という言葉を聞くことが多くなりますね。ニュースでも熱中症によって救急車で運ばれたり、亡くなったりする方の報道が多くなり、昔に比べて熱中症に関心が持たれているように感じます。学生するとき、部活をしていると「水を飲むな!」と言われた方も多いのではないのでしょうか? その時代は終わりを迎え、こまめな水分補給の重要性が訴えられています。

汗をかくことは、体の熱を逃がして体温が上がりすぎないように調節するために必要なことですが、汗をかけば体内の水分と塩分が失われます。水分と塩分を補給しなければ、血流が悪くなり、脳や体のすみずみまで酸素や栄養が届きにくくなるため、脱水状態になると筋肉のけいれんや頭痛、吐き気、めまいが起こったり、高熱が出たりします。



もしかして脱水? ハンカチーフサイン

体から水分が奪われると手がシワシワになります。手の甲をつまんで離れた時、ハンカチのように形が残ってしまったら脱水のサイン!! (他の症状とも照らし合わせて下さい)



熱中症対策レシピ

梅ごはん

- ・米：1カップ 押麦：15g ・きゅうり：1/2本
- ・むきえだまめ：大さじ山盛り1 (えんどう豆でも可)
- ・ゆかり：小さじ1 ・ねり梅：大さじ1 (たたき梅でもよい)
- ・花かつお：小袋の1/2くらい
- ・ちりめんじゃこ：小さじ山盛り1

炊き立てのごはんにすべての材料を入れて混ぜるだけ! 梅干しに入っているクエン酸は体の疲労を回復させ、ほかの野菜に比べてビタミンB₁とB₂の含有量が抜きん出ているので、摂りすぎた塩分を体外に排出し、糖質やたんぱく質を分解してエネルギーに変えてくれます。彩りもよく、食欲UP!! 子どもさんから高齢者の方までオススメです!!

ひんやりデザート 冷やしミルクゼンざい

- ・ゆで小豆：200g
- ・砂糖：40g
- ・白玉粉：70g
- ・絹ごし豆腐：50g
- ・寒天：200g (出来上がり量)
- ・牛乳：200ml



- ①小豆、砂糖を煮て、冷やしておく。
 - ②白玉粉、豆腐をよく練り、丸めてゆでる。
 - ③寒天と水を煮て、冷やし固まったらサイコロに切る。
- ①②③を混ぜて、牛乳をかける。



給食づくりのお手伝いしてるよ!



熱中症は外だけではなく、室内でも起こります。涼しいところにおいてもこまめに水分を摂るようにして下さい。適切な食事、十分な睡眠をとり、適度な運動をすることで普段から熱中症にならないような身体作りをしていきましょう!