



さくらだより

第 57 号

2022年6月1日



花手水 ~大原三千院~



夢こうろ染 ~嵐山祐齋亭~



茅の輪くぐり ~宇治上神社~



堂本印象鳥居 ~深草トレイル~



川床 ~貴船~



京都老人福祉協会の理念

尊厳
信頼
先駆
共同

CONTENTS

- 特集 伏見センターについて
- 特集 京都老人福祉協会の在宅ワーク
- 就労支援って何？
- 食中毒予防の3原則・熱中症にご注意！
- 京野菜レシピ withきっちん「さくら」
- 編集後記



伏見センター閉鎖および事業所移転のお知らせ

伏見センターが2022年3月末をもちまして閉鎖いたしました。これまでご愛顧いただき誠にありがとうございました。同センター内にごございました事業所については、2022年4月より法人内にある別の施設に移転・統合を行い、事業を継続しております。

京都市南部障害者地域生活支援センター「ふかくさ」 墨染まちとくらしセンターに移転

墨染まちとくらしセンターは、高齢の在宅サービス・保育園・まちの相談窓口・地域開放スペース・喫茶と多岐にわたるサービスが混在している事業所です。共生&地域というキーワードをコンセプトに、誰もが気軽に立ち寄り、自然に交流ができる、まちの福祉拠点を目指してきました。今回、京都市南部障害者地域生活支援センター「ふかくさ」が移転してくることで、障がい福祉サービスが新たに加わり、より共生&地域というコンセプトが強化されることになりました。

今後も「ふかくさ」の方針にもある、ご利用者の皆さまが自立した日常生活または社会生活を営むことができるよう、ご利用者の皆さまの心身の状況、置かれている環境等に応じて、適切な障がい福祉サービス等が、多様な事業者から、総合的かつ効率的に提供されるよう配慮していきます。そういった提案が、墨染まちとくらしセンターに移転してきたことで、ワンストップで行える福祉地域拠点になっていきます。



第二にじっこひろば 放課後等デイサービス 鷹匠の家ほっこりに移転

放課後等デイサービスは小学校1年生から高等学校3年生までの、障がいや、発達に特性のある児童が、放課後や学校がお休みの時に利用できる福祉サービスです。障がいのある児童の方に対する学童クラブのような場と考えていただければわかりやすいかと思えます。

2012年に制度が開始されて以降、全国的に事業所も利用される児童も年々増えているサービスです。放課後等デイサービスは、事業所によって療育型や学習型など、支援方針が様々です。

第二にじっこひろばでは、児童に自身の課題や苦手の克服を促すのではなく、『自分の好きなこと、得意なこと』を存分に楽しみ、自己肯定感を高めながら人との繋がりを深めていくことを支援方針としています。『児童にさせる』支援ではなく『児童が自主的に楽しむ』ことに重きを置いた支援を心がけています。

また地域課題として、医療的ケアを必要とされる児童や、強度行動障がい児に対する支援は、職員体制上の課題などから受け入れが可能な事業所が少なく、保護者の方々は事業所探しに苦慮されている現状があります。各関係機関との連携を通して、課題解決を図っていきたく考えています。



デイサービスセンターつどいば 藤森センターほっこりデイサービスと統合

藤森センターほっこりは、「児童・障がい児童・高齢者」がひとつの建物の中で、同じ時間を過ごすサービスを行なっています。同じ場所と同じ時間を過ごすサービスを行なっています。来ていきます。今後はつどいばの特徴でもあった、プログラム提供（調理教室、体操教室、クラフト作業等）を行うことで、高齢者と児童がかかわりを持ち、高齢になっても、障がいがあっても、その人らしく暮らし続けられるサービスと安心をお届けしていきます。

藤森センターほっこりデイサービスセンターが主に中重度者の受け入れを行なっているのに対し、デイサービスセンターつどいばは軽度者に特化していました。今後は、その両デイサービスの特徴を活かして、建物の2階では軽度者、3階では中重度者を受け入れていくことで、高齢者の皆さまがどのような状態であってもニーズに応え受け入れて行けるようなサービスを目指していきます。また、状態の変化に合わせて建屋内でのサービス展開も提案できるようにしていきたいと思っています。



伏見センター訪問介護 東高瀬川センター訪問介護と統合

『だれもが地域で自分らしく暮らせるお手伝い』をモットーに、これまで伏見センターの訪問介護では、身体、家事援助等の高齢者を対象に行うサービスと、重度訪問介護や同行支援等の児童、障がい者を対象に行うホームヘルプサービスを行なってきました。一つのチームの中で児童、障がい、高齢と幅広い分野に対応できるヘルパーセッションでした。

一方、移転・統合先となる東高瀬川センター訪問介護は、要支援・要介護者を対象とした従来の訪問介護サービスに加え、24時間連絡体制で在宅生活を支援できるチーム。そんな2つのチームが統合することになりました。

児童・障がい・高齢と分野を問わずに対応できるチームと、24時間連絡体制で在宅生活が支援できるチーム。そんな2つのチームが統合することになりました。チームが統合することで、訪問介護を必要とする方に幅広く対応し、いつまでも住み慣れた地域の中で安心して生活ができるよう支援いたします。



これを機に皆さまのご期待に添えますよう一層努力してまいります。今後とも何卒ご指導ご鞭撻のほどお願い申し上げます。

京都老人福祉協会の

在宅ワーク



新型コロナウイルスの流行に伴い、新しい働き方が推進されるなか、時間と場所にとらわれない多様な働き方を実現する「在宅ワーク」の導入を検討する企業が増えています。以前から、在宅ワークを行なっている企業もありましたが、新型コロナウイルスの影響で、職場への通勤時に人との接触を避ける、職場での密を避けるなどといった点から、改めて注目されるようになりました。

京都老人福祉協会でも、感染症予防の観点から、積極的に在宅ワークを実施しています。在宅ワークの方法は企業によってさまざまと思いますが、京都老人福祉協会では、どのように在宅ワークが実施されているのかを、職員の実体験を踏まえてご紹介いたします。

私は普段、請求事務担当として勤務をしています。主な業務内容は、法人へのお問い合わせ対応、ご利用者への請求事務などです。

実は在宅ワークでも、出勤時とほとんど変わらない環境で業務を行うことができ、初めての在宅ワークの際はとても感動したことをよく覚えています。とはいえ、他の職員と顔を合わせないので、始業・終業時は出勤している同じ部署の職員にあいさつの連絡をします。事務所で業務をしている時よりもこまめなコミュニケーションや状況確認が必要にはなりますが、「ラインワークス」という企業向けのコミュニケーションツールを導入している為、不便さを感じたことはありません。



※ラインワークスのトークイメージ

また、在宅ワークを行うにあたり、個人情報などの取り扱いが課題となります。当法人では在宅ワークを行う度に、業務内容や使用した情報や機器の報告書提出をルールとして定め、管理者はそれらが適切な取り扱いがされているかをチェックしています。そのほか、外部からの不正アクセスを防ぐため、在宅ワーク時にも保護された安全なネットワーク環境を整えています。

職員に在宅ワークの感想を聞いてみた！

デイサービス所属 管理者 Tさん

私は普段、在宅ワークを行う職種ではありませんが、突発的な理由により在宅ワークを行う機会がありました。在宅ワークの期間は主に勤怠管理や記録確認などの管理業務や個別援助計画書の作成などを行っていました。最初は自身の生活空間での仕事ということで気持ちの切り替えや慣れるのに時間がかかりましたが、慣れると自分のペースで仕事に集中して取り組むことができました。

在宅ワークを行う業種や職種は異なり、介護の現場に所属している私にとっては無関係のことだと思っていましたが、実際に在宅ワークを行う機会があったことによって良い経験が出来ました。新しい働き方の選択肢の一つとして取り入れるのはとても便利だと思いました。

きっちんさくら所属 管理栄養士 Yさん

私は普段、主に勤怠管理などの管理業務と献立業務を行っています。現在は月に2~3回ほど在宅ワークを実施しています。仕事の内容がほぼパソコンを使った業務なので、在宅ワークができるのは効率が良いと感じています。仕事の内容にもよると思うので、毎日在宅ワークをするのは難しいと思いますが、週に2~3回ほど在宅ワークをする日を設けることで、働き方も多様化していくのではないかと感じました。実際、子育て中の身としては、在宅ワークがあることでとても柔軟に働くことができるなと感じました。

在宅ワークをやってみてどうだったか、生活の中で変わったこと、メリット、デメリット等

メリット

通勤時間が省かれて、時間を有効に使える！

ワークライフバランスがとれ、充実した気持ちになった

休み以外の日でも子供と関われる時間が増えた

家事などに時間を使え、子どもとも余裕を持って過ごせる

保育園からお迎え依頼の連絡が入った場合もすぐに迎えに行けるので、安心して業務を行える

デメリット

現場の状況をリアルタイムで把握できない…

現場と在宅で連携して業務を進める場合、お互いの進捗状況がわかりづらい

現場からの確認事項や、トラブルへの対応が遅れる

料理の見栄えの確認や、在庫状況の把握ができない

このように、普段現場の中で連携を取りながら業務を行う職員にとっては、現場で起こるさまざまなイレギュラーに対応する難しさがあるものの、通勤時間が不要になることで業務効率が上がり、ワークライフバランスもとれ、法人と職員の双方にメリットがあるということがわかりました。

近年の新型コロナウイルスによる影響から、オンラインやAIなど、デジタル化が急速に進みましたが、まだまだ業務を行うなかでは紙を手放せない部分もあり、事前準備が必要不可欠です。法人内にもさまざまな職種形態があるので、中には在宅ワークをするための「事前準備のほうが大変」という方もいるかもしれません。

現場ではすべてが揃っていて当たり前環境なので、その長年の習慣から抜け出すのは簡単なことではありませんが、時代の変化に合わせて試行錯誤しながら進歩するのだと私は思います。

そういった変化の中で“気づき”や“変わらないモノ”を持ち続けること大切にし、これからも業務に励みたいと思います。

こんな在宅ワークをする職員もいます★



うづらこども園に勤務しているきっちんの職員は、園児の食育に使用するものを製作しました。





①つけない

手や食材、調理器具にはさまざまな細菌やウイルスが付着しやすいので注意が必要です。

- ・こまめにしっかり手洗い
- ・洗う必要のある食材は十分洗う
- ・清潔な調理器具を使う
- ・調理器具を食材別に分ける



危険な症状

菌やウイルスの種類によりますが、直後～2週間後に発症し腹痛・下痢・嘔吐等の症状が数日から2週間程度続き、重症化すると入院が必要になったり、命が危険になる場合も!



②増やさない

夏場に多い食中毒の多くは細菌が原因ですが、高温多湿な環境で細菌は活発になります。

- ・食品購入後は保冷する
- ・調理は迅速に行い、速やかに提供する
- ・冷蔵庫でも細菌はゆっくり増殖するので早めに食べる



もしも、なってしまったら...

- ・自己判断で下痢止めを飲まない
- ・安静にして水分を補給する
- ・早めに病院を受診する



③やっつける

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅(※熱に強い特殊な菌もあるので注意!)します。

- ・食品は中心部までしっかり加熱する
- ・調理器具は洗剤でよく洗い、熱湯や消毒剤を使って殺菌する



熱中症にご注意!



だれが? どこで?

2021年度の京都府の熱中症の救急搬送状況のデータによると、「高齢者(満65歳以上)」が62.1%で、発生場所は「住居」が33%と「道路」の30.3%より多くなっています。

家の中でもなるんやね... 小さい子も危ないんやな



なぜ? 高齢者は

- ①体内の水分量が少ない
- ②暑さや喉の渇きに対する感覚の低下
- ③暑さに対する体の調節機能の低下

なぜ? 子どもは

- ①体重に対して体表面積が広く温度や湿度の影響を受けやすい
- ②発汗の機能が弱く熱がこもりやすい
- ③自分で適切な水分摂取ができない
- ④身長が低いので地面から照り返しの影響を受けやすい

熱中症にかかると...

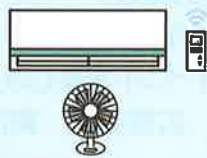
救急車で運ばれて、点滴して帰宅、だけでも大変ですが、倒れて入院、倒れた際に骨折・・・なんてことになったら! 電気代と自分の身体、大切なのはどちらでしょう?

クーラーの電気代より医療費のほうが高い!! とにかく、大人も子どももみんな気をつけなあかん!



熱中症予防対策チェック

- 温度・暑さ指数を確認する
- すだれやカーテンを活用し、直射日光をさえざる
- 扇風機などを併用し、エアコンを上手に使用する
- 必要に応じてマスクをはずす(2m以内に人がいない時など)
- 窓とドアなど2か所を開けて換気し、屋外の涼しい空気を入れる
- のどが渇いていなくてもこまめに水分補給する
- 水分だけでなく糖分や塩分も必要です。摂取量はかかりつけ医の指示に従いましょう。
- 外出時は涼しい服装で、帽子や日傘も使用する



就労支援ってなに??

就労支援とは、障がいのある方々が働くことを通して自立していく事を目標に、就職に必要な訓練や、安定して仕事に取り組む上で必要な能力を身につける訓練を提供することをいいます。就労支援のサービスは厚生労働省によって4つに分けられています。

就労移行支援事業

一般就労に向けて、個々の適性に合った職場を探し、就労後の職場定着のための支援を行います。

就労継続支援B型事業

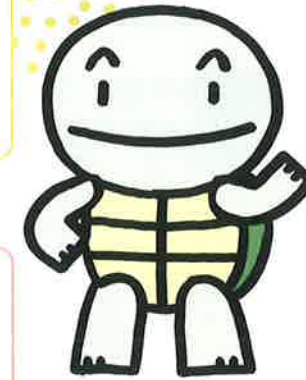
雇用契約は結ばず、通う中で、就労に必要な知識、能力を身につけます。後に就労支援Aや一般就労に繋がります。

就労継続支援A型事業

雇用契約を結び、通う中で、就労に必要な知識、能力を身につけます。後に一般就労に繋がります。

就労定着支援事業

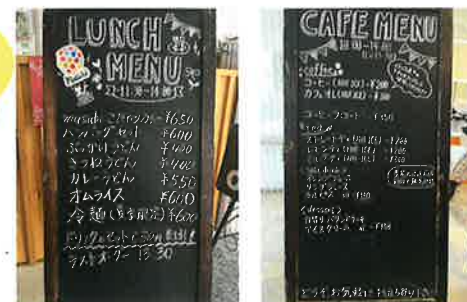
共同生活を行い、日常生活の支援を受けながら、就労支援事業や就労移行支援等の関係機関と連絡調整を行い、就労に繋がります。



伏見区にはこういった就労支援を行う施設が約35カ所あり、京都老人福祉協会にはワークパートナーYUI(就労継続支援A型事業、就労継続支援B型事業)があります。その中に **•next dining musubi** (就労継続支援A型事業) **•Café musubi** (就労継続支援A型事業) の部署があります。

Café musubi (墨染まちとくらしセンター1階)

一般の方でも利用できるカフェです



京都市伏見区深草石橋町 18-1 TEL: 645-2701
営業時間: 平日 10:00 ~ 14:00 (ラストオーダー 13:30)
(新型コロナウイルスの感染状況で変更になることがあります)



京野菜レシピ with きっちゃん「さくら」

6月は「食育月間」です。

食べる事は生きるためにとても重要であり、健康で豊かな生活を送る為にとっても大切なことです。

昨今、お家で食事をする事が多い中、食育について学ぶことで、改めて食のあり方を考えてみませんか。

きっちゃん「さくら」は京都府産の農産物の利用と食文化などの情報発信を意欲的に行う事業所として、「たんとおあがり京都府産」に認定されています。

今回は京都府産の賀茂茄子を使用したレシピを紹介したいと思います。

Recipe

賀茂茄子のフライ ~ミートソースがけ~



材料

○	<分量4人分>	~ミートソース~	
○	● 賀茂茄子 2個	● 合挽き肉	100g
○	● 小麦粉 30g	● たまねぎ	100g
○	● 卵 2個	● にんじん	50g
○	● パン粉 80g	● 水	300cc
○	● 揚げ油 適量	● トマトケチャップ	20g
○		● デミグラスソース	100g
○		● コンソメ	4g

作り方

~賀茂茄子のフライ~

- ① 賀茂茄子は2cmの厚さに切る。
- ② ①を水にさらしてアクを抜き、ザルにあげて、軽くペーパーで水気を拭く。
- ③ ②に小麦粉→卵→パン粉の順番にパン粉付けをする。
- ④ 170℃の油で揚げる。

~ミートソース~

- ① たまねぎとにんじんはみじん切りにする。
- ② ①と合挽き肉と油(分量外)で合挽き肉の色が茶色になるまで炒める。
- ③ ②に水を入れ、中火でにんじんが柔らかくなるまで煮る。
- ④ トマトケチャップ、デミグラスソース、コンソメを入れ、ひと煮立ちしたら火をとめる。

賀茂茄子のフライをお皿に盛り付けて ミートソースをかけたら出来上がり♪



きっちゃん「さくら」
イメージキャラ

さくらちゃん

賀茂茄子以外の京野菜も調べてみよう♪

編集後記

食中毒や熱中症は過去にも取り上げたことのあるテーマですが、何度取り上げても足りないぐらい注意が必要な夏のテーマです。しっかりと対策をして夏の食事とイベントを楽しみたいと思います。

広報委員 奥田