

2018.11月号

平成30年11月15日発行

発行元 NPO法人陽だまり
発行元住所 〒739-0025
東広島市西条中央 7-17-35-101
電話 082-422-4115
<http://www.npo-hidamari.or.jp>

車いすドライブ / 広島移動ネット勉強会
陽だまりクラブ / ケアマネジャー
訪問介護 / こどもくらぶ
事務局だより

しまねお魚センターへの日帰り旅行

～陽だまりクラブ 移動のお手伝い(福祉有償運送)～

9月下旬、利用者のHさんから移動のお手伝いのご依頼電話が入りました。「10月4日にしまねお魚センターまで行きたいのだけれど、ドライバーをお願いできませんか？自分とヘルパーさんの2人を乗せて欲しいんだけど。」Hさんは毎月2～3回、通院でご利用いただいている電動車椅子に乗っておられる利用者さんです。今回は長距離利用をご希望でした。

陽だまりのドライバーで長距離を運転できる方は若干名…。活動者の日にちの都合がつくといいんだけど…。活動者Uさんに連絡をすると、「いいですよ。行きましょう！！」の快いお返事！目的地までのルートと所要時間を確認。福祉車両の準備も万全です。

当日の天気は今にも雨が降り出しそうな厚い雲…。

自宅を9時に出発し、志和インター～山陽自動車道→広島 JCT→浜田道→浜田インター～しまねお魚センターにお昼前に無事到着。

店内は新鮮なアジや、のどぐろ、ハマチなどがずらりと並んでいます。Hさんもヘルパーさんとあちらこちらを楽しそうに見て回り、お土産を購入されました。



昼食は2階のレストランで…と思っていたところ、エレベーターがなく、車椅子のHさんは上がりません。どうしようかと思案していたところ、店内の方が1階のテーブル席に食事を運んでくださることになりました！昼食はぷりぷりのハマチやエビ、とろけるようなサーモンが乗った海鮮丼をいただきました。お刺身のお好きなHさんもご堪能されたようです。

帰るころには心配していた雨もどこへやら。短い滞在時間ではありましたが、いつもとは違う場所、景色、食べ物、人に出会えました。

外出をするにはエネルギーがいります。自分一人で外出することが

出来なければなおさらです。でも、外出することでしか感じる**ことが出来ないワクワク感、達成感、開放感**があります。Hさんの楽しそうな笑顔が、外出の大切さを改めて教えてくださったと感じました。

今度は、どこへ行きましょうか？

外出支援のつくり方

～大阪府太子町の場合～

全国には**道路運送法**に登録している団体と、**登録しない方法**で移動サービスを行っている団体とがあります。

9月15日に開催された「広島県移動サービスネットワーク勉強会」で紹介された太子町では、**もともとある住民の活動**(サロン、有償ボランティアグループ、社協の買い物バスツアー等)**に行政が補助金でバックアップ**することで、移動サービスが生まれました。例えば、サロンの帰りに買い物に行く、ゴミ出しの支援の後に病院に行くなどです。補助金額は利用者1往復あたり1,200円。対して利用料金は団体によってまちまち、一律ではありません。**意欲のある住民、社会福祉協議会、行政が一体**となって生まれたこの仕組み。道路運送法に登録しないので、柔軟にサービスを組み立てることができています。



陽だまりクラブ

救急救命講習に参加

秋晴れの澄みきった青空が広がる 10月21日(日)、活動者研修として、東広島消防署で開催されている救命講習会に14名で参加し、心肺蘇生、AEDの使い方、止血法、熱中症への対処法、気道閉塞(のどに物が詰まったとき)の対処法などを学びました。初めての参加者、10年ぶりに講習を受けるという参加者…などなど。どんな講習会になるのかドキドキしながらの参加でした。

座学の後、心肺蘇生、AEDの使い方の実技を行いました。参加者が順番に発見者役になり、119番通報とAEDを持ってきてもらうように周囲の人に指示し、マネキンを使って心肺蘇生を始めます。胸骨圧迫の間隔や強さ、人工呼吸の息の吹き込み方など、実際にやってみないと分からない感覚を体験することが出来ました。



大切な家族、友人、訪問先の利用者さんが病気や事故などで倒れたりケガをしたら…。

講習で教えて頂いた知識で、慌てず落ち着いた行動ができ、身につけた応急手当で命を救うことが出来るかもしれません。そして大事なことは、自分が一歩勇気を出して行動することだと教えてもらいました。陽だまりクラブの活動も同じだなあ、と感じたのです。

(報告：山口百合)

陽だまりクラブ 活動者募集!!

年齢・資格不問

～できる人ができる事をできる時間に～

(活動費 600円 / 時間)

- 家事全般
 - 外出付き添い
 - 入院中のお世話
 - 草取り
 - 犬の散歩など
- お気軽にお問合せ
ください。(*^_^*)
担当：山口まで

新活動者紹介



おがわ 小川 こずえさん

60代 女性 11月デビュー予定

① 陽だまりに入ったきっかけ

サンスクエアのボランティア相談室で紹介されました。

② 趣味・特技

たくさんありましたが、今はまっているのは竹細工です。ウクレレも始めましたが、竹細工に負けました。特技は歩くことです。

③ 一言

これからの人生の三本柱の一つです。好きな仕事をしながら、時間のある時に、今までお世話になりました世間さまにお返しさせていただきます。

(出来る時に出来ることを、無理はしない)

ケアマネジャー



出会いがもたらす変化

6月のある日、知り合いからケアマネジャーの相談を受け面接したのは脳血管性認知症の60代女性でした。ご家族の話によると、「天気によって気持ちのムラが激しく、対応に困っている。通所サービスを利用したい」とのこと。その後、数か所のデイサービスを体験利用していただき、ご本人も外出に意欲的だったので早速週1回のデイサービス開始となりました。

2か月を過ぎた頃、主治医からご家族へ「お出かけの効果があるので利用回数を増やしてみても」と提案があり、ご本人も快諾。週2回に増やすと徐々に気持ちも安定し、処方されていた薬が1つ減ったのです!! モニタリングで訪問した時の「外出して人と会うことがこんなにも大切なことだったのかと改めて感じました」と話すご家族の言葉が印象的でした。最初は「週1回でいい」と言っていたご本人も、今では「行くのが楽しい♪」と週3回デイサービスに通い、心も体も元気に過ごされています。

外出が薬も減らせる効果があるなんて素晴らしい!

(報告：石井弥生)

訪問介護



利用者アンケートの報告

9月に訪問介護サービス利用アンケートを実施し、回収率は60%でした。ヘルパーが来ることで安心した生活が送れていると良い評価を頂いた一方で、介護保険の制度内ではサービス内容が制限され、不安や不満に感じている方もおられました。制度外の陽だまりクラブと併用されている方からは、介護保険ではできないことに対応することで生活での困りごとを総合的にカバーできているとご満足頂いています。

ご本人様より

- ・何とか一人で生活できるのは皆さまのおかげです。子どもが遠方の場合は、この制度のおかげで老後が楽しく過ごせます。
- ・いつも丁寧に作業していただき感謝しています。
- ・老夫婦を助けていただき、何とか私共の家庭での生活ができますことは感謝以外の言葉では言い尽くせません。

ご家族様より

- ・ヘルパー訪問予定を知らせると母が受入れます。母も満足していると思います。
- ・お袋の認知症が進んでおりますが、ヘルパーの方がお袋のことをよく理解して頂いており安心して頼めます。
- ・私の帰りが少し遅れても安心していられます。

皆さんからたくさんの感謝の言葉をいただき、大変励みになります。これからも「頼れるヘルパー」でいられるよう日々努力して参ります。(報告：佐々木政美)



ヘルパーの社内研修の様子。座り直しと口腔ケアの実技をしました。



時にはランチミーティングでチームワークを高めます♡

放課後こどもくらぶ

おはぎづくり

9月23日のお彼岸の日、日本ではおはぎを作ってお先祖様にお供えするという風習があります。こどもくらぶでも少し遅くなりましたが、9月27日におはぎ作りに挑戦しました。もち米の入ったお米をつき、やわらかくして丸くまるめて、あんこときな粉で包みました。心を込めて作ったおはぎの味は格別です。ご先祖様も子どもたちの成長を喜んで下さっていることでしょう。



(報告：中地 貴子)

芋掘り・避難訓練



秋休みの10月9日に芋掘りに行きました。今年の芋畑はツルや葉がある状態だったので、「こんなに葉っぱが生えてるんだ」「土が固くてスコップじゃ掘れないや」と子どもたちはびっくり！がんばって掘ったさつまいはどれも大きく、持ち帰るのに一苦労。その日のおやつは、スイートポテトと大学芋にして食べました。

午後からは、地震を想定した避難訓練を行いました。過去何回も練習をしてきたので、子どもたちはすぐに防災頭巾を被り、外に出て避難先の公園まで歩いていきました。次回は12月に火災訓練を行う予定です！



(報告：秦 雄一)

新スタッフ紹介

こどもくらぶに新しく学生スタッフ 2 人が入りました。どうぞよろしくお祈いします。

たむらゆうた ・ 田村佑太
むらいけいた ・ 村井啓太



こどもくらぶ ボランティア募集

小学校や習い事への送迎ほか

活動時間：月～金 15:00～18:00

※ ご都合の良い時間帯で構いません。

※ 些少の謝礼があります。



事務局だより

活動報告

お茶会

恒例のお茶会を 7 月 20 日（金）と 10 月 12 日（金）に開催しました。内容は「オーボエとピアノのミニコンサート」そして「三味線演奏会」。陽だまりにご縁のある方、地域の方など各回約 15 名の方が参加されました。



ギターとのデュエットも！



三味線の音色に癒されました♥

お客様の感想をちょっとご紹介。「いつもは声が出ないのに今日は出ですごく嬉しい」「笑って幸せホルモンがいっぱい出た！」「夫が、お茶会で余興をするという目標ができて生き生きしている。それが嬉しい」。

両回とも陽だまり会員さんがボランティアでお手伝いしてくださったり、手作りのおやつを差し入れてくださったり。また、10 月の会には地域の民生委員さんや社会福祉協議会の職員さんの見学もありました。

次回は 2 月の予定です。 （報告：市川マヤ）

こどもの居場所づくり



毎年恒例、小学生対象の「子供の居場所づくり」！！今年、災害で夏休みが短くなってしまったので 2 回の開催となりましたが、1 回目の「ぶんぶんゴマとクレープ作り」には 28 人、2 回目の「将棋あそび」には 26 人の小学生が参加してくれました。

今回のイベント企画運営担当は広島大学のサークル OPERATION つながりと広島大学将棋部のみなさん。そこに西条農業高校と黒瀬高校から女子高生（←可愛い）がボランティアに来てくれました。ありがと〜♥



夏休みも終盤ということもあり、宿題を終えた子どももたくさんいました。スゴイ！！自宅から持ってきたドリルをする子、好きな本を選んで集中して読んでいる子…。お兄さんお姉さんのいうことをしっかり守って、午前中の勉強時間を静かに過ごすことが出来ました。午後の体験活動では、お兄さんお姉さんの声掛けでみんな積極的に参加できました。帰りの時間が近づくころには、お兄さんお姉さんにすっきり打ち解けて、「まだ 帰りたくないー」なんて声も聞こえてきました。楽しんでくれた証拠かな（笑）



（報告：山口百合）

ご寄付のお礼



今年度は 10 月までに個人 6 名様から計 84,000 円のご寄付をいただきました。「陽だまりクラブ」と「放課後こどもくらぶ」に使わせていただきます。ありがとうございました。

