

# すけっとだより イキシア

自然の恵みはとてありがたく、2月の厳しい寒さに耐えた木々の花たちがそこかしこ可愛い花を咲かせてくれています。特に梅の花は匂いも芳しく春の訪れを五感に感じさせてくれているように思います。

## 地域の底力

先日緑区の南医療生協で開催された地域包括ケア大交流会「地域の力でささえあい」に参加し「まちづくり」の分科会の事例報告を聞かせていただきました。

7つの事例報告があったのですが、発表者、特に地域のボランティアさんの活動を通し、何とかしてあげたい、何とかしなければという熱意がどんどん伝わりとても感動いたしました。

- ・買い物に行けない方をなくすために移動販売を始めた若い農家の夫婦が、決して人里離れた場所ではなく、「名古屋市内であっても買い物に困る人が沢山いる。この状況を多くの方に知って欲しい」と訴えました。
- ・緑区の星崎地区の消防団は、大規模災害で「一人の犠牲者も出さない」をスローガンに、行政に頼り切らず、地域の人たちで助け合う地区の防災計画を作成し、使命をもって活動されました。

・南区の明南ブロックでは定年退職した11人が男塾を結成し、地域や行政と連携してまちづくりに取り組んでいます。主な活動範囲は自分たちの町内会ですが、頼まれればその地域を巻き込み連携を取りながら問題解決に取り組んでいます。家具固定・樹木の伐採・独居高齢者の見守り・地域の見守り等々、男塾の一人一人が輝きを放ち、新しい人生を歩んでいらっしゃいます。

自分たちが住む地域で安心・安全に暮らすために、一人一人が自分のできる事で地域とつながり、助け・助けられることが自然に行われるお互い様の地域づくりが広がっていることを実感しました。そして、自分たちのグループだけが係るのではなく、行政も巻き込みながら解決をしていくことがとても大切であると再確認しました。もっともっと地域の助け合いの事例を発信できれば、これから取り組もうとしている地域の方たちの力強い後押しになると信じています。

大いに感化された報告会でした。

NPO法人 すけっとファミリー 理事長 加藤 純子



## NPO法人 すけっとファミリー

訪問介護・介護保険外(家事・子育て支援等)・障害福祉サービス・産後ヘルプ・ひとり親家庭等家事介護

TEL 861-6047 FAX 861-6048

ケアプランセンター  
すけっとファミリー  
居宅介護支援

TEL 835-8260 FAX 861-6048

## デイサロンりふれ

通所介護・介護予防通所介護・  
予防専門型通所サービス

〒467-0064 名古屋市瑞穂区弥富通三丁目45番地 TEL 833-2889 FAX 861-6048

E-mail info@suketto-family.jp URL http://suketto-family.jp



# デイサロンりふれ発信

## 【2月12日：瑞穂区居宅部会に参加しました】

2月12日に開かれた瑞穂区居宅部会の場で、『りふれの紹介』という貴重な時間を頂きました。管理者になって5年目、昨年8月からは副管理者を置き、ようやくりふれが目指す方向に動き出した今、この機会を頂けたことは本当に有難く感謝しております。今回ご紹介しきれなかった『りふれのいいところ』をもう少しご紹介させていただきます。

### 《メリット①》

看護師がほぼ常駐していることで、一日を通して身体的ケアや健康状態の観察ができます。まず身体的に健やかであることが何より大切です。

- ・ 便処置⇒排便コントロールができなくなってきた方の失便、便秘などのトラブルに対応します。ご家族では難しいことだけに、介護負担の軽減は大です。
- ・ 創傷、褥瘡などの皮膚トラブルのケア⇒入浴と合わせることで血行も改善し治癒を促進します。
- ・ 体調管理⇒受診の必要は無くても昼間一人にしておくのは心配。ご家族が安心して仕事ができるよう見守ります。・・・等

### 《メリット②》

小回りの利く送迎で、ご利用者のニーズに細やかに対応しています。

- ・ 「男性でおしゃべりは苦手」⇒半日のご利用から始めてみる。
- ・ 「パーキンソン病の方」⇒薬のコントロールに合わせて活動的に過ごせる時間を調整する。
- ・ 「睡眠障害、うつ傾向など元々ちょっと朝寝坊」⇒その方の生活リズムに合わせた時間で負担なくご利用を始め、徐々に健康的な生活リズムに整える。・・・等

これに限らず、ご利用者目線での対応を心掛けております。ぜひ、ご相談ください。

## 訪問だより

3月3日は、耳の日だそうです。

皆さん、お耳の調子はいかがですか？

聞こえの悪さにより、聞き間違いや聞き返しを繰り返すうちに会話が面倒になり、次第に周囲とのコミュニケーションが減っていくことで認知症につながる可能性があります。

単に、聞こえが悪くなるだけでなく、周囲との人間関係、さらには精神面などにも影響を及ぼす可能性があります。「少し聞こえが悪くなったような気がする…」そんな時は、病院への受診はもちろん、耳掃除や補聴器装用のお試しサービスなどを利用するなどして、日常生活の中で改善を試みてはいかがでしょうか？



## ケアマネだより

### 転倒予防

寒い日が続いたせいか、「転んでしまった。」という話をこの冬はよく聞きました。

その都度、怪我はなかったか、予防することはできなかったかと思い悩むことがあります。転倒の原因は、様々だと思いますが、例え転倒しても骨折しないように骨粗鬆症の予防や治療が大事だそうです。

その他にも足の筋力や体のバランス能力を鍛える運動も続けるといいそうです。腹筋を鍛えるために意識的に腹式呼吸を行ったり、食事を左右の奥歯で均等に噛んだりすることも転倒予防になるそうです。

介護職としては、ご自宅に訪問させていただいたときに、絨毯やスリッパなどが危険ではないか、また電気コードの配線や部屋の明るさなどの環境面にも気をつけて見ていけたらなと思います。





# 事務局だより

「すけっとファミリー春まつり」を行います！ 4/21(日)10時～

昨年からはまった「すけっとファミリー春まつり」、今年も行います！

昨年は4/8の開催で花冷えの風がある寒い日でしたので、今年は2週間遅くし、4/21に開催することにしました。

内容は昨年の模擬店、ゲーム、介護用品の展示・体験、介護相談などに加え、新鮮野菜の販売、フリマなどを計画しています。

平成最後の月。すけっとファミリーは弥富通に引っ越しをして丸7年。8年目に入りました。沢山の方々にお越しいただければと思います。

みなさまのお越しをお待ちしております♪



## すけっとファミリー研修報告

本年度、第4回目の研修は10月に「傾聴について」を名古屋市傾聴ボランティアの会 運営委員長 松岡平記氏をお招きして行いました。参加者は19名、2～3名で対話のワークを行い、「聴き方」、「聴くコツ」を学びました。



第5回目は11月に「成年後見制度について」を名古屋市成年後見あんしんセンター副所長 高橋健輔氏をお招きし、21名で行いました。制度の概要や手続きなど馴染みが少ない内容でしたが、身近な事例紹介やクイズもあって、楽しく、分かりやすく学ぶことが出来ました。この両回とも研修では初めてのテーマでした。次回は3/13に「愛着障害について」を青木邦子先生にお願いします。

## みずほたすけ愛ネット 情報



2月15日(金)みずほたすけ愛ネット主催「認知症について学んで一緒に地域を支えよう」を名古屋大谷高等学校で医療福祉コースの学生さん(16名)を対象に行いました。約2時間の授業、前半は瑞穂区東部いきいき支援センターの方から「認知症サポーター養成講座」を。後半は認知症の寸劇の動画を見て、認知症の方にとのように対応(態度や言葉かけなど)をしたらよいかをグループワークで考えました。



# すけっと茶論

## 弥富通すけっと茶論 絵手紙教室

開催日 第4水曜日 13:30～15:00  
場所 すけっとファミリー 2階 研修室  
参加費 500円 (ハガキ付) ※要事前申し込み

## 雁 道すけっと茶論 絵手紙教室

開催日 第3水曜日 13:00～15:00  
場所 雁ぶらショップ(元ふれ愛センター)  
参加費 500円(ハガキ付)



※ 仁所すけっと茶論 (みずほ体操・太極拳&しゃべり場)

H27年4月から仁所公民館で隔週(毎月第1・3水曜日)で行っていましたが「仁所すけっと茶論」は3月末で終了することになりました。

長らくのご愛顧、誠にありがとうございました。

お問い合わせ・お申し込みは  
NPO法人 すけっとファミリー  
052(861)6047  
(担当:北村)

### 予定表

3月19日(火)	13:30～15:30	管理者会議
4月16日(火)	13:30～15:30	管理者会議
4月21日(日)	10:00～14:00	すけっと春まつり

### イオン幸せの黄色いレシートキャンペーン

毎月1日は、イオン熱田店にレシートを入れるBOXがおかれます。“すけっとファミリーの箱”に黄色いレシートを入れていただきますと、1年後にレシートの金額が集計され、合計金額の1%の商品が購入できるというキャンペーンです。

## 介護保険外のサービス(在宅サービス)で 私たち こんなお手伝いもできますヨ!

お困りのことは  
ありませんか?



庭の掃除、草刈り、犬の散歩

利用者さん以外の調理や洗濯

時間もかかる、力も要る内容...

例えば 大掃除、大変ですよ!

最近では入所された方のご自宅の後片付け

などのご依頼もありますよ!

「こんなことお願いできるかしら?」

と悩む前にご遠慮なく、お問い合わせ下さいね。

ホームページをご覧ください。

## 登録訪問ヘルパー 及び デイサービス職員 募集中

あなたが主役の働き方 応援します。

空き時間を活用しませんか?

働く時間は調整可能です。

待って  
ます!



お問い合わせ先 訪問ヘルパー TEL 861-6047(加藤) デイサービス TEL 833-2889 (武藤)