



第 39 号

2020 - Winter



子から丑に

パントンタッチ

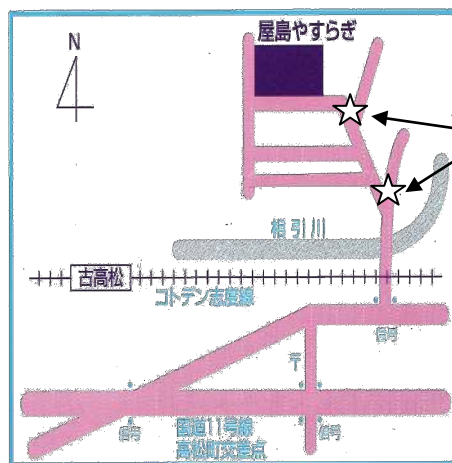
特定非営利活動法人(NPO法人)

屋島やすらぎ

〒761-0111 高松市屋島東町1414番地

TEL (087) 843-9590

FAX (087) 841-3853



屋島やすらぎ案内板

令和2年をふりかえって

1月18日（土）	新年会	☆毎月末 定例会	☆毎月第3火曜日	ミーティング
5月16～18日（土～月）	日ケア総会（和歌山）	新型コロナ感染拡大のため中止		
6月13日（土）	令和2年度（第17回）屋島やすらぎ総会	新型コロナで書面表決		
7月	第15回屋島やすらぎ夏まつり	新型コロナ感染拡大のため中止		

もくじ

巻頭言	P 1
居宅介護支援事業所	P 2
訪問介護事業所	P 3
障害福祉サービス	P 4
まごころケアサービス	P 5
デイだより	P 6
つれづれに	P 7
新年会中止のお知らせ	P 8

活動報告

		5月	6月	7月	8月	9月	10月
まごころケア	利用者数	31	37	39	39	35	27
	活動時間	302.5	434.0	491.5	447.0	387.5	410.5
訪問介護 （介護予防）	利用者数	72	72	69	70	71	71
	活動時間	628.0	625.0	608.0	599.0	584.0	599.0
障害自立支援	利用者数	5	5	5	4	4	4
	活動時間	200.0	194.0	179.0	164.5	163.5	168.0
通所介護	利用者実数	17	17	16	16	17	17
	活動回数	18	22	23	21	22	22

利用者になって

代表 猪塚 とも

今年も残すところあと少しとなりました。会員の皆さまには日頃よりご支援、ご協力をいただき厚くお礼申し上げます。

コロナで始まりコロナで終わろうとしている一年間でした。会員の皆さまと交流する機会も少なくなり寂しい一年でした。

さて、私の母は、父が亡くなって以来ひとり暮らしをしております。父が亡くなったことにより、田畑をひとりて担っていかなければいけないと、高齢の母には荷が重かったのでようかうつの症状がみられ、その上物忘れも激しくなり、認知症と診断されました。

私は何人もの認知症の方と関わってきたにも関わらず、身内の事となると半分は認めたくない、半分はこれからどうしようかとパニック状態です。

それでも周囲の方の協力を得ながら介護認定を受けることとなり、担当者会議となりました。母の困り事をとらえた見事なケアプランに母もにこにことうなずいて、「ありがとうございます。お世話かけますがよろしく願います。」と、お礼を言っていました。が私は母の叫びを聞いたような気がしました。

『私を“まるはだか” にしないで下さい！』と。

支援する側からすると利用者の全てを知らないとその人にあつた支援ができない。利用者からすると知られたくないこともきつとあるはずです。

両者がどこで折り合いをつけるか、信頼関係を築きながら徐々に利用者の心の中を覗かせていただく。ゆっくりゆっくり……



コロナが収まり皆さんとの交流が再開できますことを心から願っております。

居宅介護支援事業所 屋島やすらぎ

居宅介護支援専門員 A.K.

毎朝コロナ感染者数をチェックするのが日課になっています。

香川県で10人ほど出た時は緊張感が走りましたが、東京の数を見るとおかしな感覚になってしまいます。緊急事態宣言の時は、全国民が警戒していましたが、現在はGo ToトラベルやGo To Eatで、マスクしていたらO.K.みたいな気の緩みもみえるように思います。

Go Toトラベルが年末年始は中止になり、感染者数が減ることを祈るばかりです。ニュースで医療崩壊やクラスターと聞くたび、買い物以外でかけることなく、外食も怖いためしていないなど、これ以上どうしたら良いかわからなくなります。

事務所内では、マスクはもちろん各デスクに透明シートで仕切りをし、換気を度々行い、外から帰ったらすぐ手洗いをしています。

この時期、水の冷たさや手荒れで大変です。

ケアマネの仕事では施設や病院の面会ができなかったり、利用者さん宅訪問にも気を使い、担当者会議を短時間にしたり、2部に分けて行なった事もありました。県外在住家族が年末帰れないなど利用者さんも寂しい思いをしています。

ケアマネ研修を9月下旬に受けました。受講生を半分にし、出入り口を常に開放、休憩ごとに外の窓を全て開けるなど職員さんが忙しくしていました。研修でコロナ感染者が出たら大変だと主催者がピリピリしていました。とにかく感染防止に努め、日々体調管理を行いみんなに迷惑が掛からないようにと思っています。こんな生活がいつまで続くのか不安は続きます。早く収束してもらいたいものです。



訪問介護

Y. H.

年を重ねると時が経つのが早く感じるとよく言われるが、今年は特にコロナ騒動で不要不急の外出を控えるようになった事もあり、生活パターンが一定化し記憶に残る出来事が無いため、時の経つのが早く感じられるそうである。

ある文献では「元号が変わると恐慌と戦争がやって来る？」と言われ、明治、大正、昭和、平成と元号が変わった翌年に必ず日本経済に変調が訪れ、「恐慌」に襲われていると言う。記憶に新しいのは「平成」へ変わった翌年は「バブル崩壊」そして「湾岸戦争」が起きている。元号が変わった翌年 … 2020 年にはコロナの影響で世界的な経済変調が起きている。平成は日本での戦争は無かったが自然災害が多かった時代だった。雲仙普賢岳噴火や阪神・淡路大震災、東日本大震災、御嶽山噴火、熊本地震、豪雨災害など数々の災害があった。

果たして令和はどんな時代になるのか？想像もつかない。早くワクチンが普及し通常の生活に戻れるのか？新しい生活様式の中リモートでの仕事、パーテーション越しの会食、地方で安く家を買ってリモートで仕事をする人も増えていると言う。

介護業界もすでにリモートでの研修が始まっているが、そのうちロボットを使って遠隔操作で身体介助し패드やスマホ越しに会話をできるようになるかもしれない！

自分が利用者になる頃にはイケメンの介護ロボット君が居れば良いけど・・・？！

ONE TEAM

R. N.

私がAさんと初めて会ったのは、ご両親が訪問介護を利用し、ヘルパーで訪問していた時に愛犬を連れて居間に出てこられた時に挨拶をしたのが初めてでした。

ある日、ご両親が続けて体調を崩されて施設に行くことになり、突然Aさんの一人暮らしが始まることになりました。

Aさんは難病の筋ジストロフィーを発症後、あまり世間にも出ていませんでした。身内の方も皆さん心配していましたが、Aさんは家で暮らすことを選びました。

身内の方、障がいの支援員さん、日常生活自立支援事業の支援員さん、まごころサービス、屋島やすらぎ障がい4人のヘルパーさんでAさんの支援をさせていただくことになりました。

Aさんの支援をさせていただく中、一つひとつ考えさせられながら悩むことも多かったのですが、昨年冬、大好きな父親が亡くなり、その後、横になることも多くなってきて、七月に転倒されて病院に行くと末期の肺がんでした。

コロナ禍、病院に面会にも行けなく、私はショックでヘルパーさんに本当のことを言えませんでした。

お盆の時期に、Aさんから電話があり「野崎さん、本当にありがとうね！」三人のヘルパーさんの名前も言われて感謝の言葉を言ってくれました。

その2週間後Aさんは亡くなりました。

その後、身内の方から「ヘルパーさんのおかげで、この二年間Aさんが思うがまま生活ができたと思います。」の言葉をいただきました。

本当に、いろいろと考えさせられた二年間で濃い二年間でした。

Aさん、本当にありがとうございました。

まごころケアサービス



S.T.

おかげさまで医療センターで働き始めて 11 年が経過しました。

新型コロナウイルスが流行して以来、取り巻く環境がすっかり変わってしまいました。

最近の利用者さんをケアする時間が制限され、コロナの流行が進むにつれ面会が禁止されました。

現在は利用者さんに会えない日々が続いています。



今年の漢字が発表され、

26 回目となる今年は

雑学タイム

「密」に決まった。

今年の漢字

2 位は「禍」、3 位は「病」、4 位は「新」、5 位は「変」、6 位は「家」、7 位は「滅」、8 位は「菌」、9 位は「鬼」、10 位は「疫」という結果だった。

2011 年～2019 年の漢字は？

皆さんの印象に残っている「漢字」はいくつ？

- 2019 年「令」和 美しい調和=Beautiful Harmony と海外に説明された
- 2018 年「災」 自然「災」害の脅威を強く感じた一年でした
- 2017 年「北」 九州「北」部豪雨などの災害から平和と安全を実感
- 2016 年「金」 リオ五輪の「金」から東京五輪へ希望をつないで
- 2015 年「安」 暮らしの「安」全が揺らぎ、「安」心を求めて
- 2014 年「税」 消費「税」率が引き上げられた
- 2013 年「輪」 人とのつながりを感じた一年
- 2012 年「金」 数多くの「金」字塔が打ち立てられた
- 2011 年「絆」 東日本大震災をはじめとした大規模災害

屋島やすらぎ デイサービス

あなたの心と体は大丈夫□

セルフチェックをしてみよう□

ストレス反応は「心」「体」「行動」に表れます。最近の自分を振り返ってみた時、下記のような変化はないでしょうか。

当てはまるものにチェックを入れてください。

心 の 変 化

- 不安になる
- イライラしやすい
- 気持ちが落ち込む
- やる気がでない
- 混乱する
- 自信がないと感じる

体 の 変 化

- 疲れている
- 眠れない
- 朝早く目が覚める
- 胃痛・吐きけがある
- 食欲がない
- 肩がこる

行 動 の 変 化

- 遅刻が増えた
- 欠勤が増えた
- 仕事のミスが増えた
- 仕事に集中できない
- 飲酒・喫煙が増えた
- 人と話すことを避ける

チェックが多ければストレス度は高い可能性が **大** !!
ストレスサインを見逃さず、早期に対処しましょう。

今年も残すところ、あとわずかになりました。

来年もコロナの感染対策に気をつけながら、

職員一同ワンチームで
頑張りたいと思います。

ミニミニニュース

12/23～12/25

デイサービス内で

クリスマス会を

おこないまーす



つれづれに

令和 2 年が明けてさて今年は……、と思うのも束の間、誰もが想像だにできなかった事が起きました。そしてあっという間に全世界を巻き込み、今なお出口が見えません。

悔しい思いをしている人、どうにもならないもどかしさを感じている人、そんな人が私の周りにもわんさかいます。そして私もまたその一人です。

友人がご主人を亡くしました。以前のような日々だったら少しは違ったでしょうに。

年の瀬が迫ってくるごとに、年始欠礼の挨拶状が届きだし寂しい思いをします。

樹木希林さんも生前言っていた「死ぬことは誰かの心の中で生き続けることなんじゃないかしら」は、言い尽くせない気持ちを表していると思います。

※このところ、話題を探して新聞を見るようになりました。めくってめくって何も見つけられず、今度は裏からめくって……。出るのはため息です。

いや、やっと見つけました。テレビ欄を見てもあまり興味をそそられるような番組がめっきり減ったこと。再放送の多い事。みなさんは、どう感じておられますか？

※お掃除嫌いな私がお掃除をしました。家が少し明るくなったような気がします。今年の明るい話題です。

※友だちのところに、孫が誕生しました。とっても明るい話題です。

※めちゃくちゃおいしいリンゴが手に入りました。これは、うまい話です。

※寒さが身に染みる夕方、スーパーに行きました。買いたい物が半額になっていました。主婦にとっては嬉しい誤算でした。

やしま やすこ





「屋島やすらぎ」新年会中止のお知らせ

令和3年の新年会は、新型コロナ禍で中止とします。
安心してみんなでおしゃべりしたり、食事を楽しめる日が一日も早く訪れますように。
みなさまのご健康とご多幸を、祈念いたします。



屋島やすらぎトピックス

その1

新型コロナ対策として、屋島やすらぎ駐車場の片隅に、倉庫を設置しました。
新型コロナウイルス感染者が発生した場合には、保健所の指示を受けながら関係機関の協力のもと、速やかに陽性者と濃厚接触者、陰性を分ける（ゾーニング）の必要が出てきます。
いざという時に備えてエプロンやマスク、手袋等の備品の確保を進めています。
地震時にも役立つよう、充実させていく予定です。

その2

このほど、「屋島やすらぎ」独自のホームページを立ち上げることにしました。
新型コロナで、3密を避けつつ事業所を知っていただく助けになればと思っています。
今年度中には皆さんに活用していただけるよう準備しています。



編集後記

以前は季節の移り変わりに敏感でした。子供たちには、お正月から始まって大晦日まで日本の美しい伝統行事をその時々体験させていたように思います。

いつの頃からか、一つまたひとつと省略していきました。しかしコロナ禍で時間の流れが変わりました。

先日は冬至。ゆず湯にゆっくりと浸かりほっこりしました。日本の歴史の重みを感じるひと時でした。

来年も変わりなくどうぞよろしく願いいたします。

田嶋 美加枝

