

2019.3月号

平成31年3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>

陽だまりクラブの子育て / 2月お茶会

陽だまりクラブ / ケアマネジャー

訪問介護 / こどもくらぶ

事務局日より

## おなかも心も満たされて

～陽だまりクラブの子育て・Aさんの手記から～

陽だまりさんで子育て支援をうけているAと申します。具体的な支援内容は、週に2回、夕方の時間帯に自宅にて食事を作っていたいでいます。

子どもが生まれる前は、夫婦ともに長時間労働で、休日出勤や出張を頻繁にしていました。子どもの出産と育児休暇を経て私が仕事に復帰するにあたり、子どもと過ごす時間を多く取れるように働き方を調整しましたが、仕事の軽減はほとんど望めない状況でした。夫婦双方の実家も遠方ですので、夫婦のみで子どもを育てながら生活を送ることは難しいと考えました。何人かの方に相談し、家事の一部を助けてもらえばなんとかやっていけるのではないかと考え、具体的な方法を探す中で陽だまりさんに出会うことができたのは、大変に幸運なことでした。面談にて石井さんに仕事や生活の状況をお話しし、上記のような支援をしていただけることになり、気持ちが明るくなったことを昨日のことのように覚えております。

支援に来て頂いているMさんは明るく朗らかな方で、お料理がとても上手です。メインの食材は私が決めておきますが、あとは冷蔵庫の食

材を見ながらその場でメニューを考えて調理して下さいます。お料理のことは何でも教えていただけるので、我が家の食卓レベルも少しは向上したかなと思っています。また、Mさんのお人柄に甘えてのことで、子育てのことを相談したり、日頃のたわいもない出来事を聞いていただいたりするのは、時間に追われる日々の中でほっとする温かなひとときです。子どももMさんが来られることを楽しみにしています。我が家は核家族で、親族もみな遠方ですから、Mさんは子どもにとって広島の“親戚”のような存在で、とてもありがたく思っています。



写真はイメージで本文とは関係ありません。

数年前は小さな子どもを抱えてとても心細く、仕事を辞めようかと悩んでおりましたが、今までなんとかやってこられたのは、Mさん、陽だまりの皆さんのおかげです。今後ともよろしくお願い致します。

## 2月のお茶会

～森川ショー～

2月13日お茶会を開催しました。今回は「見ればたちまち運氣向上！森川ショー」として、日頃陽だまりクラブで活動している森川さんが、宴会芸を披露してくださいました。若かりし頃のお母様の着物を借り、かつらまで購入され準備万端！「北国の春」を踊り付きで熱唱されました。参加された皆さんも一緒に歌えや踊れ、みんなニコニコ（・v・）

ショーの後は参加者の皆さん一人ひとりに声をかけて回られ、まるでアイドルのようでした。

そのあとは小川さんの実験ショー。紙コップのタワー積み上げでは、車椅子の方も、杖をついている方も、足の痛いのも忘れ立ち上がってタワー積みをしました。13個の紙コップを立てたチームが優勝！アツという間の1時間半。楽しいお茶会でした。



（報告：佐々木政美）

～魅力ある陽だまりであるために～

1月中旬、陽だまりクラブ活動者研修・交流会を開催しました！当日は冬らしい寒さの中、21人の参加で開催出来ました。

**前半の座学**では、活動をする上での注意点や気を付けることなどを共有・確認し、その後、活動の事例紹介をしました。

知的障害のある方と一緒に外出のお手伝いでネイルサロンに行く  
コーディネーター・山口が事例を紹介した事例、車いす利用の方と島根おさかなセンターに日帰り旅行に行った事例などを紹介してもらいました。皆さん、ほかの活動を知る機会がなかなかないので“そんな活動もされているんだね～”と、他の活動にも興味をもって下さったようでした。

**後半はグループワーク**です。テーマは「陽だまりの未来へ向けて」です！このまちで陽だまりと繋がっていてよかった❖❖❖と思える、そして思ってもらえるような活動をしていくために、お手伝いとして出来そうな活動を出し合ってもらいました。「自分の髪もバリカンでカットするから、簡単な散髪ならできるよ」「写真の整理が好きだから、アルバムづくりなんかも手伝えるな～」「お芝居や、落語の付き添いが必要なら付き添えるよ」などなど…。今まで知らなかった活動者の魅力や、陽だまりクラブの活動の可能性を感じることが出来た時間となりました。



陽だまりと繋がっていてよかったと思ってもらえるよう、利用者の皆さまにも陽だまりで可能な活動をより分かりやすくお伝えしていきたいと思えます！

こんなこと頼めるかな？と思われたら、遠慮なくご相談下さい。  
(報告：山口百合)



高口 三絵さん

40代 女性

- ① 家が近所で、いつも陽だまりの前を通っていました。微力ながら何かお役に立てればと思いました。
- ② 昨夏よりオカリナを始めました。
- ③ 不器用で物覚えもよくありませんが、楽しく活動できれば嬉しいです。よろしくお願いいたします。

繁田 俊枝さん

30代 女性

- ① 空いた時間にお手伝いがしたいと思っていたとき、陽だまりさんの活動を知ったので。
- ② どんな小さいことでもお手伝いさせていただきたいです。子どもさんから高齢の方、年齢も幅広く。
- ③ 皆さんとの出会い、つながりを楽しみに♪

濱中 伸司さん

60代 男性

- ① 数年前より妻が介護の方で活動しており、妻の勧めで私も活動させていただくこととなりました。
- ② 若いころは野球とバレーボールが好きでした。今はゲームセンターでメダルゲームに夢中です。特別、特技と言えることはないのですが、強いて挙げればどこでも寝れることですかね。
- ③ 微力ながら少しでもお手伝いが出来れば幸いです。

橋本 徳子さん

60代 女性

- ① 友人から話を聞いて、すばらしい活動と思いました。
- ② 好きなことは人と話すこと、人の話を聞くことです。特技は和裁です。
- ③ 人との出会いを楽しみに仕事がしたいです。

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)



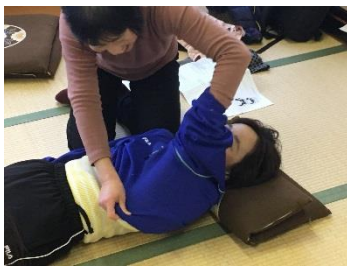
## 訪問介護



### 伝達講習の成果

今年度は、ご利用者様とご家族様から気軽に相談を受けたり、アドバイスできるヘルパーになることを目標に新しい知識と技術の習得のため、全員が外部研修に積極的に参加できる体制づくりに努めました。

まず、個人の目標に沿った研修を探し、毎日のサービスの合間をぬって8回延べ16人が参加しました。最後に慌てて参加していた人もいましたが(笑)、関心事が様々なおかげで認知症ケア・移乗・介護食・救急対応・感染症、尿漏れや掃除の仕方等の伝達講習を開くことができました。担当者には当日の資料作りからタイムスケジュール、講師までを任せることで自信がつきますし、聞く方も内容に興味津々。質疑応答も活発になります。そして何よりも急な身体介護や課題の多いケースにも落ち着いて対応できたことは大きな成果だと実感しています。



この伝達講習がもたらす多くの効果で、少しでもご利用者様の在宅生活が豊かになったと感じていただけるよう今後も続けていきたいと思えます。

(報告：山本陽子)

## ケアマネジャー



### ケアマネジャーのお仕事

介護保険サービスの1つに「小規模多機能型居宅介護」があります。「通い(デイサービス)」を中心に、「訪問(ホームヘルプ)」や「泊まり(ショートステイ)」を同じ事業者が提供し、定額料金で利用できるものです。

ある日、このサービスを利用している90代女性の息子さんから、ケアマネジャーを陽だまりにお願いしたいと相談がありました。認知症があって要介護4のお母様の食事介助に大変苦勞され、困っているということでした。

さっそくご自宅を訪問。よくよくお聞きすると、息子さんご自身もヘルパーを利用されており、医師からは「母親の介護はしないように」と言われる程の体調でした。食事介助に2時間かかるというご負担を軽くするために、サービスの組み合わせを4パターン考え、それぞれの利用料金を計算、結果、今の事業所を変えない方が、費用の面からお母様の状態からよいという結論になりました。

このように、ご依頼があってもお話を伺うと陽だまりではない方がよいこともあります。私たちは利益重視ではなく、その方にとってベストな選択ができるように支援することを一番大切にしています。

(報告：石井弥生)

## 放課後こどもクラブ



### 広島国際大学ゼミ活動

昨年の夏より広島国際大学の眞砂ゼミと計画していた子どもと学生との交流が、12月27日に実現しました！当日は8人の学生が来てくれ、子どもたちは宿題を見てもらったり、凧を一緒につくって三ツ城古墳公園で凧揚げをしたり。室内ではおやつクッキングでスノーボールを作りました。



### スタッフミーティング



2ヶ月に1回、非常勤スタッフを交えて、事例検討をしたり、子どもの様子を聞いたり意見を出し合う時間をつくっています。子どもたちの活動をサポートするには何が大切な、とても貴重な時間になっています。



(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が入りました。  
どうぞよろしくお願いします。

・ 藤井里奈さん（広島大学2年生）



## 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 14:00～18:00

※ 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

#### 福山市へ講師派遣

1月27日（日）、福山市の依頼で、佐々木が福山市の「おでかけ支援事業」の運転者を対象とした講習会で講師を務めました。関係法令、緊急時の対応、接遇と介助等について講義を行った後、確認テストで理解度をチェック、そして修了式と充実した2時間半でした。

陽だまりの移動サービスは道路運送法に位置付けられています。福山市では行政が運送主体となり地域の有志の会に運行を委託することで、高齢者の外出支援につなげています。陽だまりとやり方は違っても外出の機会が確保できることは市民にとって大切なことです。福山市の運転者の育成に役立つことができ、光栄です。（報告：佐々木政美）

#### 運転者講習会の開催

障がいのある方や高齢者など一人で移動しにくい方のために、自家用車を使って行う移動サービス。その担い手となる運転者講習会を12月に開催しました。この講習会は、広島県内で開催している所が少ないため毎回各地から受講者が来られます。今回も19名の参加が

ありました。陽だまり主催の講習会が人気の理由はもう一つ、受講料が他よりも安価なのです。これには理由があります。



実技で使う車イスや福祉車両を企業様が無償で貸してくださるからなのです！！トヨタカローラ様、ダスキンヘルスレント様、本当にありがとうございました。

（報告：市川マヤ）

次回は4月6日、20日に開催します。陽だまりの活動に参加して下さる方は講習料1万円が無料になります。ぜひ、お申込みください。

#### ご寄付のお礼



#### ① 久光製薬株式会社ほっとハート倶楽部様

この度、活動支援金として10万円のご寄付を頂戴することとなり、2月4日、広島支店長の若木俊行様が来所され、寄付目録をいただきました。陽だまりの活動趣旨に賛同し寄付先として選んでくださったとのこと、そのご期待に応えられるように大切に有意義に使わせていただきます。ありがとうございました。



#### ② 個人・団体様

昨年12月に運営を支えるご寄付をお願いしましたところ、これまでに計162件1,339,890円のご寄付をお寄せいただきました。「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。

#### 認定NPO法人を申請



この度、陽だまりは認定NPO法人の申請を行いました。認定NPO法人を取得すると、個人が寄付した場合は所得税の控除、企業様は損金算入が認められます。順調に審査が進めば、8月頃に取得できる予定です。