

2018.3月号

平成30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>

2017年度を振り返って / 子育て今昔物語

陽だまりクラブ / 訪問介護

ケアマネジャー / こどもくらぶ

事務局だより



## 2017年度を振り返って

代表理事 市川マヤ

また、1年を振り返る時期になりました。陽だまりが発足して17年、「この間何ができたのだろうか」と思う時もあるのですが、足元を固めて着実に歩を進めてきた自負もあります。その源は何といっても「人」。陽だまりには、人としてこうありたいと目標になる人、居てくれるだけでホッと人、常に好奇心にあふれ挑戦を忘れない人など、魅力あふれる人たちが不思議なほどたくさん集まっています。私自身、プライベートで辛いことがあっても陽だまりのみなさんに助けられ癒されてきました。目に見える事業展開も大切ですが、最も重視すべきはそれを支える「人」に他ならないと強く強く思っています。

そこで、今年度は陽だまりスタッフの行動指針となる「クレド」を作りました。この「クレド」を事務所で毎月1日の朝に、ヘルパー内部研修でも月1回全員で声を出して読み上げています。そうすることで、自分たちの立ち位置を見失わないようにするのです。

来年度も、目先の損得に惑わされず常に正しい選択が出来るよう、「クレド」を心に歩んで参ります。どうか引き続きご支援くださいますようお願いいたします。

### NPO法人陽だまり クレド

#### 1. 誠実

- (1) 他者に対して
  - ① 今できる精一杯の力で向き合う
  - ② 言行一致の姿勢（言うことやること的一致）
- (2) 自分に対して
  - ① 他者からの助言は素直な心で聴く
  - ② 自分の考えが間違っていないか振り返る
  - ③ 自分の失敗を認める

#### 2. 利他の心

- ① 社会のために尽くす
- ② 優しい思いやりの心で相手を大切にする
- ③ 「情けは人のためならず」必ず自分たちに還元される

#### 3. 挑戦

- ① 現状を打破してよりよい社会を築いていく
- ② 前向き、建設的な考えで行動する
- ③ 夢を描き、実現できるよう努力する

## 子育て今昔物語



～ひと足先に子育てを終えたおかあさんから  
子育て中のパパさん・ママさんへ～

### 小さな気づき

岡本浩子

むすこが小学生の頃、たびたび学校から電話があった。そのつど私は「どうしてそんなするん!」「なんでいつもそんなん!」から始まって日頃の気になることまで乗っけて叱り飛ばしていた。

ある時、講演会があった。講師の方が「親という字は、木の上に立って見るとあります。木の上から見守っている姿が親という文字の……」その言葉を聞いたとき、小さな気づきがうまれた。今まで本人の話をじっくり聞いていただろうか? 残念なところばかり目についていなかったか? と。

その後、仕事をとおして出会う様々な人が、私に新たな小さな気づきをもたらしてくれた。すると徐々に「まじめに勉強して!」「部活をまじめにしな!」といったおもいは結局私の欲ではないの? と考えてみるようになった。

時は過ぎ、むすこは巣立った。大人になって仕事に打ち込み、プライベートでは趣味のスケートボードと釣りを仲間とワイワイしながら楽しんでいるようだ。私も今でこそ客観的でいられるが、子育て中は泣いて怒って笑っているうちに過ぎていった気がする。そんな慌ただしい中の、わずかなホッとした瞬間に小さな気づきがやってきてくれたように思う。そのことに感謝したいと思う。

## 陽だまりクラブ

### 活動者研修・交流会報告



1月15日(月)、ちまたではインフルエンザ流行警報が発令される中、陽だまりクラブ活動者研修・交流会を開催しました。座学では、利用者さんから頂いた声の紹介の他、活動に当たっての注意点をおさらいしました。その後のフリートークでは、これから陽だまりでやってみたいこと、みんなで出来たらいいこと、夢などを出し合って共有しました。「みんなで元気に!!」を目標に、トレーニング会や食事会、子どもとの交流会、はたまた陽だまり事務所ビル計画など妄想?を膨らませて楽しい時間を過ごせたように思います。

皆さんの思いの中から少しずつでも実現できるように、そして陽だまり活動者でよかったと思って頂けるように提案・計画していけたらと思っています。

ボランティア活動に少しでも興味のある方、家事の好きな方、運転の好きな方、誰かとおつながりたい方、陽だまりと一緒に活動してみませんか?



(報告: 山口百合)

### 受講者募集

4月14日(土)・15日(日)に陽だまりクラブの運転者を養成する講習会を下見福祉会館(西条下見)で開催します。陽だまりクラブに登録する方は**受講料が無料**となります。詳しくはお問い合わせください。ホームページにも掲載しています。

### お知らせ



コーディネーターの山口が常勤となりましたのでお知らせします。

この度、3月より常勤として陽だまりクラブコーディネーターとして働かせていただくことになりました。これからも利用者みなさま、そして活動者の方々にとってもより一層魅力ある場所になれるようにお手伝いさせていただけたらと思っています。

今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



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～

- 家事全般 (活動費600円/時間)
- 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



## 訪問介護

### 陽だまりで できたらいいな 5年後の夢

毎月ヘルパーの内部研修を実施していますが、今回初めて“夢”を語りあいました。陽だまりのみんなでやりたいこと、こんな場所があったらいいな、こんなお手伝いがあったら助かるな・・・など、5年後に実現したいことを一人ひとり発表し、それをどうすれば実現できるか意見を出しあいました。

交流・相談の場所、食堂やカフェ、宅配弁当、ツアーやイベントの企画、送迎付き趣味サークル、いつでもゴロゴロ過ごせる場所、海外生活、温泉施設など、いろいろな夢が出てきました。『他の人も自分と同じことを考

えていたことがわかって嬉しかった』『グループワークは初めてだったけど楽しかった』との感想もあり好評でした。今後の陽だまり通信で、実現した“夢”の報告ができるよう、みんなでワクワクする話を続けていきたいと思ひます。



(報告：寺内あけみ)



## ケアマネジャー



### 利用者アンケートのご報告

よりよいサービスを目指すために、今年度も1月に「利用者アンケート」を実施しました。45名の利用者様のうち36名の方から回答をいただきました(回収率80%)。回答者のうち94%の方から、「ケアマネジャーが関わることで安心して生活出来ている」「希望する生活や目標に沿って介護計画を立てている」「プライバシーに配慮している」等と高い評価をいただきました。

自由記載欄でも評価の言葉をたくさんいただきましたが、一方で「物忘れが少なくなるようなことをアドバイスしてほしい」「いろいろな情報を教えてほしい」「精神的な部分でのケアがあると有難い」といった記載もありました。今回頂いた貴重なご意見をこれからのご支援に活かしていきたいと思ひます。

#### 自由記載欄ご紹介(一例)

##### 【ご本人様】

- ◇ 誠実で一生懸命な感じが言葉や仕事内容から伝わってきて、とてもうれしく思ひます。
- ◇ 利用者の良き様にあれこれと計画し、処理してくださいますので、安心してそれに沿って行動をしていくと良き様になります。

##### 【ご家族様】

- ◇ 現在のケアマネさんにいつまでも対応してもらいたい。非常に相談がしやすい。
- ◇ 迅速に対応され大いに満足するとともに、プロの気概を感じさせられました。

(報告：石井弥生)

## 放課後こどもくらぶ

### 新スタッフ紹介

学生スタッフ：<sup>まるやま こうへい</sup>丸山 晃平 (まるちゃん)

#### ① スタッフになった動機：

平成30年度から尾道でこどもくらぶのような形で寺子屋を開設することになり、私が代表を務めるので経験を積みたいと考え志望しました。

#### ② 特技・趣味：

歴史上の人物を調べる。最近は料理。

#### ③ 子どもとの関わりで大切にしていること：

大人になったときの姿を考える。自分の力で幸せになれる子を育てる。

#### ④ メッセージ：

学生として、目の前の子どもたちから勉強する楽しい毎日です。



学生スタッフ：<sup>いしい かなこ</sup>石井 佳奈子 (いっしー)

#### ⑤ スタッフになった動機：

将来、教員という職業を考えているのですが、子どもと触れ合う機会も少なかったので応募しました。

#### ⑥ 特技・趣味：

旅行に行くこと。自分の知らない場所に行くのが好きです。

#### ⑦ 子どもとの関わりで大切にしていること：

子どもの自己肯定感を傷つけないようにすることです。

#### ⑧ メッセージ：

私も子どもたちと一緒に成長していきたいと思ひます。よろしくお願ひします！



### 謹賀新年

今年も子どもたちと一緒に、御建神社まで初詣に行きました。お賽銭とおみくじを引き、しっかりとお願いごとをしていました。その後は、公園で思いきり体を動かして、新年最初のこどもくらぶをよい形でスタートすることができました。





## お正月あそび

最近では、あまり見なくなった「福笑い」をこどもくらぶで行いました。前日に子どもたちと一緒に顔のパーツを作り、タオルで目を隠した後、手探りで配置していました。周りの子はくすくす笑い声をこらえており、やっている本人はええ〜？と言いながら楽しく活動が出来ました。外では、凧揚げをしたり長縄跳びをしたりして遊びました。



(報告：秦 雄一)

## 事務局だより

### 活動報告

#### 小学校で認知症講座

1月29日(月)、三ツ城小学校の6年生を対象に行われた「認知症サポーター養成講座」のお手伝いに、市川と石井が行ってきました♪ 高齢者の特徴や認知症について社会福祉協議会の職員さんが説明した後、小学生が4~5人ずつグループになって認知症のおばあちゃんの対応の仕方話し合うという内容でした。私たちは、各グループに入り小学生が意見を出しやすいように声をかけるというのが役割でした。道に迷っていそうなおばあちゃんに出会ったらどうする？夕飯を食べたのに食べてないと言われたら？戸惑うお題だと思うのですが、さすが6年生！発想豊かに色々な意見が出てきました。共通していたのは優しく声をかけるということ。認知症の方の対応で最も大切なことをすでに分かっていた！これからも地域から声がかかれば積極的に出勤していきます♥



(報告：市川マヤ)

#### 冬のお茶会

2月9日(金)は陽だまり恒例のお茶会でした。今回は、ブラジル人のベラさんをお招きしての国際交流。日本語が上手で、英語もポルトガル語もできるという才女。何よりベラさんのスーパー明るく何でも挑戦してきたというお人柄に、あっという間に全員が魅了され、ベラさんからたくさんのパワーをもらうひと時となりました。そして、今回もプロと見まがうほどの手作りスイーツが登場♪ これを楽しみにしている方もいらっしゃるほど、そのお味は食べた人の心を満たし癒しました。さて、次回は5月です。なお、今回のお客様は16名で過去最高でした。



(報告：市川マヤ)

#### 福山で運転者講習会

3月10日(土)、福山市高齢者支援課の依頼で「おでかけ支援事業運転者講習会」を福山で開催することになり、市川、佐々木、石井が講師として行ってきました。「おでかけ支援事業」とは、福山市独自の取り組みで、地域住民団体と行政が協働した移動サービスです。講習会にあたり、**アイテック様**から杖を6本無償でお借りしました。おかげ様で、16名の運転協力者が誕生しました。



#### ご寄付のお礼

- ① 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、**個人・企業様から計128件775,450円のご寄付**をお寄せいただきました。ありがとうございました。
- ② **つくし鍼灸接骨院様**が「チャリティーイベント500円体験会」の売上げ**18,700円**をご寄付くださいました。子育て支援に使わせていただきます。ありがとうございました。

