

1 7 0
隔 月 刊

4月

http://www.netlaputa.
ne.jp/~yamanote

あたたかい介護をお届けします

まごころサービスだより

●発行 NPO法人東京山の手まごころサービス
 ●編集 広報 〒169-0075 新宿区 高田馬場1-32-7 信ビル 301
 ☎受付 3205-6813(留守電共)・3205-7900 FAX 3205-6766

令和5年度
 東京山の手まごころサービスの
 事業計画について(一部抜粋)

代表 服部 万里子

(1) 介護保険事業

高齢化、さらにはコロナ禍における高齢者の活動の変化により、介護を必要とする人が増加してきました。「まごころ」では、新宿区の高齢者総合相談センターとの連携を強化して、介護保険事業に取り組んでいきます。

(2) 居宅介護支援事業

これまで、新宿区のケアマネットの研修を受ける等、スキルアップに力を注いできました。ケアマネジャーの研修体系の変化に対応しつつ、スキルアップに努めます。

(3) 障害者総合支援事業

コロナ禍、児童の通学自粛等により、前年度はサービスが減少し、経営にも影響を与えましたが、今年度はきめ細かく対応、とりわけ重度の医療的ケア児に対しては、これまで以上に医療との連携を強めて在宅を支援していきます。移動に困難を有する障害者の方

からは、同行援護によって、外出することができ、気持ちに張りが生まれ、また、気持ちも明るくなった、とのお言葉を頂いています。

(4) マイプラン(自費)事業

NPO法人としての支援活動のひとつとして、介護保険制度の枠外のサービスを提供しています。一人ひとりの生活や生き方支援として、やりたいことが継続できるように、サービス提供責任者がコーディネートしています。活動内容は多岐にわたりますが、その一例として、医療機関の退院窓口との連携強化があります。

(5) 地域活動支援事業

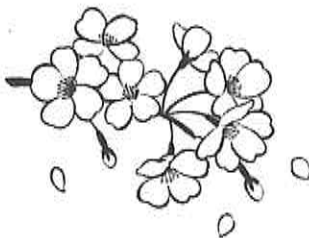
新宿区と連携した取り組み「介護予防、生きがいづくり、健康づくり」により、人と触れ合い地域と触れ合うことに努めてきました。コロナ禍で見送ってきた各種催事の再開を検討しています。

(6) 広報・地域活動その他、対外活動

これまで通り「まごころサービスだより」を隔月発行し、情報提供や事業所の取り組みを紹介していきます。ま

た「協力会員だより」を毎月発行し、会員との交流に努めます。さらに、WAC(公益社団法人長寿社会文化協会)の法人会員として、協力関係を継続していきます。今年度はWebサイトをリニューアルしました。その成果もあって、利用の問い合わせや求人問い合わせを数多くいただいています。

《追記》政府は、来る5月8日から、新型コロナウイルス感染症法の位置づけを、季節性インフルエンザと同様の「5類」に移行する方針を決定しました。入院の受け入れや診察等については、幅広い医療機関で対応できるよう、段階的に移行する方針。移行後の医療費は一部自己負担。但し、当面は公費負担を継続、段階的に見直していく方針。マスク着用は個人の判断に委ねる方向です。



教えてご隠居さん

知らぬことあらば「ご隠居に聞け」とばかりに今日もまた
“八つつあん”がやってきた。【安全に食べましょう】



八つつあん『おとつつあんが食事の際、たびたびむせるようになりました』

ご隠居『そりゃいけないね。飲み込みにくい、むせるといった症状の最大の原因は「加齢」。喉の周辺の筋力の低下によるものです』

八つつあん『どうしたらいいんで』

ご隠居『まず、食事の内容を工夫する。汁物、お茶といった液体ならトロミ（市販のトロミ剤がある）を加えたり、ゼリー状にすると、飲み込みやすくなる』

八つつあん『きな粉のように喉に張りつくものは？』

ご隠居『ものによっては取り除くか、または、水分を加えるといい。他にも、パサパサした食感で喉につまりやすいもの、例えば、パンの場合は、牛乳やスープと一緒に、ゆで玉子ならマヨネーズを加えるなど、工夫が必要だ』

八つつあん『医者から「誤嚥」に注意するようにいわれましたが、今ひとつわからない』

ご隠居『誤嚥というのは「誤って飲み込むこと」で、口から食べたものが食道を通らないで、気管に入ってしまう状態をいいます。予防するには、食事の工夫だけでなく「口腔体操」も併せてするといい』

八つつあん『口腔体操というと「パタカラ運動」がそうですね。高齢者施設で見かけたことがあります』

ご隠居『おや、八つつあんも知っていましたか。加齢による筋力低下は、摂食や嚥下障害をもたらすので、舌や口周りの筋肉を動かすことは、とても重要です。舌を前後に出し入れする運動や、口をすぼめて深呼吸をする運動も、嚥下障害の予防に効果がある。他に、誤嚥を予防するためには、歯磨きも大事。口の中を清潔にすることもまた、誤嚥性肺炎の予防になる。また、高齢者の場合、むせないからといって安心はできない。食後、力がぬけたように弱りきっていたり、口の中に食べ物をため込み、飲み込まないでいるような症状があったら、是非、かかりつけ医に相談して欲しい』

マスク着用の指針について（厚生労働省）

令和5年3月13日以降の

マスク着用の指針について

これまで屋外でのマスク着用は原則不要、屋内では原則着用としていましたが、本年3月13日以降、マスクの着用は、個人の主体的な選択を尊重し、個人の判断が基本となりました。本人の意思に反して、マスクの着用を強いることがないように、ご配慮をお願いします。

・着用するかしないかは個人の判断にゆだねる

・学校の教育活動では基本的に着用を求めない（4月1日以降）※子どもはマスク着用については、健康面などへの影響も懸念されており、すこやかな発育・発達の妨げとならないよう配慮することが重要

【判断の目安】

《着用を推奨》・医療機関受診時や高齢者施設等への訪問時・通勤ラッシュなど混雑した電車やバスに乘車する時

※新幹線など、おおむね全員着席が可能な場合を除く

《着用が効果的》・流行期に高齢者や基礎疾患のある方が混雑した場所に行く時

《着用する》・新型コロナウイルスの症状がある方や陽性者、その同居家族が外出する時

●サービス提供時のマスク着用については、適宜、個別の状況判断にて対応することになります。当面は原則、従来への予防対応を継続しますので、ご理解いただきますようお願いいたします。

まごころサービスのWebサイトをリニューアルしました

昨年7月から企画をスタート、約半年の期間をかけ、事業所内での意見交換や制作スタッフとの度重なるやりとりを経て、ようやく新しいWebサイトができあがりました。

写真やイラストも盛り込んで、わかりやすさと親しみやすさを目指しました。こころよくご協力いただいたご利用者のIさん、Nさん、Tさんとご家族、Aさんとご家族、Oさん（体調不良で登場かなわず残念でした）、ヘルパーのHさん、Nさん、Tさん、ありがとうございました。

さっそくサイトを經由しての利用問い合わせ、求人問い合わせが入ってきており嬉しいです。今後は、内容の充実をはかり、またみなさんとの情報共有のツールになるよう、さらに進化させてまいりたいと思います。ご意見、ご感想などお寄せください（制作担当：内山、西村）。

《リニューアルの目的》・まごころサービスの理念、考え方を知ってもらう

- ・まごころサービスの活動内容を知ってもらう
- ・ご利用者、そのご家族への情報提供
- ・ヘルパーさんへの情報提供と共有
- ・職員・ヘルパーさんの募集

《制作スタッフからひとこと頂きました》

●制作：大屋千春さん『ホームページ制作をさせていただき、ありがとうございました。制作の過程で、ご利用者の皆さまと事業所の皆さまの信頼関係の強さに感銘を受けました。必要な方に東京山の手まごころサービスの情報を届けられるホームページが制作できていたら幸いです』

◇Webサイト制作について何もわかっていない私たちが懇切丁寧に導いていただき、本当に助かりました。京都在住の大屋さんとはZoomでのやりとりが中心でしたが、その距離をまったく感じないほどお世話になりました。

●写真撮影：スタジオいろは片岡和志さん（写真家。出産や葬式など人の命に寄り添う撮影がテーマ）『ヘルパーさんに同行し、ご利用者宅に伺うのはドキドキする体験でしたが、皆さまが快く受け入れてくださり素敵な体験ができました。スタッフの皆さんからもあたたかい印象を受けました』

◇とても楽しい写真撮影でした。タイトなスケジュール設定にもかかわらず、ご利用者の素顔と笑顔を見事に引き出して下さり、さすがプロの写真家！と感動でいっぱいでした。

●イラスト：漆原冬児さん（イラストレーター&施設介護職員）『訪問介護に興味津々で、打合せの時はスタッフの方にたくさん質問しましたが、明るく丁寧に優しく答えて頂き、きっと訪問先でもこうなんだろうなあと思いました。その印象をそのままイラストに描いてみました』

◇「“まごころ”らしさをイラストにして欲しい！」私たちからのそんなお願いに、ぱっちり応えてもらえました。明るくやさしい気持ちになるイラストが入り、サイトの親しみやすさがアップしました。

特定非営利活動法人
東京山の手まごころサービス

事業所案内

理念

私たちは、住民参加とたすけあい精神のもとに、受け手と担い手が対等な関係を保ち、老いても病んでも自分らしく生活できるよう、ひとりひとりの意向に沿ったあたたかい介護サービスを提供し、豊かな市民社会の発展に寄与します。

私たちは、住民参加型在宅サービスの草分けとしての誇りをもって、援助者としての温かさと誠実さを大切に、地域社会に貢献できる多様な活動を通して、豊かな市民社会の発展に寄与します。

《お知らせ》 いづみ倶楽部について

新型コロナウイルス感染症の影響に伴い、地域生活支援事業「まごころこめこめ倶楽部」の開催を見送っております。ご理解のほど宜しくお願いいたします。

営業時間外

緊急時の連絡について

平日時間外及び休日のご連絡は左記の番号におかけください。なお、留守番電話は転送されますので「お名前」とメッセージを録音して下さい。

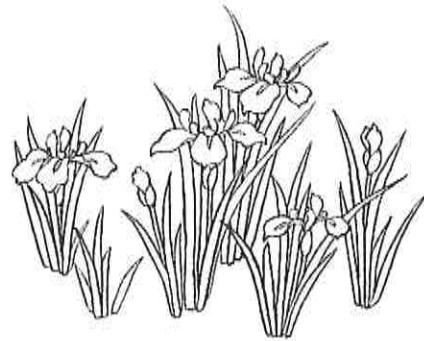
●東京山の手まごころサービス

電話03(3205)6813代表

●事務局の営業時間(平日)月曜日～

金曜日 10時～18時まで

●事務局の休業日(サービスは通常通り提供しております)土・日・祝日ほか、年末年始、夏季休業期間については、前もってお知らせいたします。



訪問介護員大募集中!

ヘルパーさんが不足しています。お知り合い、お友達、ご親戚の中に協力会員として登録可能な方がいらつしやいましたら、経験や資格の有無に関わらず、ご紹介いただければ幸いです。また、家事の得意な方も歓迎いたします。なお、心ばかりではございますが、謝礼を用意しております。

(事務局)

活動実績報告・活動時間 (令和5年1月～令和5年2月)

	令和5年 1月	令和5年 2月	令和4年4月～ 5年2月の合計	令和4年4月～ 5年2月の平均
移動支援	171.0	189.5	2098.0	190.7
介護保険	511.5	491.8	5358.0	487.1
回復・リフレッシュ	31.0	58.0	460.8	41.9
自費・マイプラン	71.0	63.0	920.5	83.7
重度訪問介護	108.0	57.0	1031.0	93.7
居宅介護	686.2	668.0	7532.8	684.8
同行援護	337.5	293.0	3878.5	352.6
日常生活支援 総合事業	162.5	159.5	1930.4	175.5
総計	2078.7	1979.8	23210.0	

編集後記

マグノリア(モクレン目モクレン科)の花をご存知ですか。綿菓子のように膨らんだ蕾は枝の先端にあり、そこから、バレリーナのチュチュ(スカート状の舞台衣装)のような愛らしい花が一気に開花します。只今、満開。見ごろは一週間ほどで、春風が吹けば瞬間に落ちてしまう、そんな儚さもまた、趣があります。ツグミが蜜を吸いに来て、花を散らしていくのも、春の訪れを告げるお楽しみです。さて、先月13日以降からマスク着用のルールが変わり、個人の判断にゆだねる段階に入りました。コロナ禍の経験を無駄にすることなく、状況や立場による柔軟な対応が求められています。

西野(智)

