

平成31年4月5日発行
No.328

発行元：社会福祉法人 拓く

TEL 0942-27-2039

FAX 0942-27-2086

http://h-polepole.com



しんねんど
新年度
ごあいさつ

たいわ じかん 対話の時間をつくりたい

しんねんど はじ 新年度が始まりました。みんなでテレビの前に座り、しばし手を休め、新元号の発表を待ちました。

わたしも4月1日より育児休業を終え復帰させていただきました。気がつけば1年3カ月の長い休みとなり、改めて拓くのことを外から見つめる機会となりました。これからの人口減少、働き手不足、国の財源不足、家族およびメンバーの高齢化、年金内の生活の実現など、10年後の情勢も見据えて考えた時、法人拓くだけでできることには限界を感じます。拓くのは、誰もが力を合わせてきたことにあり、一緒にたこ焼きを販売する中で、メンバーのことを話し、信頼関係を築いてきたように思います。しかしながら、今ではご家族と顔を合わせることも少なくなり、話ができなくなっているようにも思います。

誰もが年を重ね、それぞれの立場でいろんな不安を抱かれています。サービスだけで暮らしが成立するわけではありません。地域の人に助けってもらったり、自分が力をつけたり、いろんな人と知り合い、互いに支え合うことで力が合わさり、地域生活が成立しています。利用者さんにとっても大切な毎日を意義あるものにしたいと思い、班構成や活動内容を見直しています。変化のある生活はスムーズではありませんので避けたいと思いますが、いろいろな気づきがあり、それにより生まれるものもあると思います。利用者さんの小さな変化に気づき、親御さんと職員で話しながら、今年一年進んでいきたいと思っています。まずは、メンバー、親御さん、職員、役員、地域の人たちとの食事がから始めましょう。
(統括本部長 北岡さとみ)

ちいきせいかつしえんか 地域生活支援課 「チェムチェム (G H)、ポレポレ居宅介護支援センター」

あたらしい体制で18回目の新年度をスタート。18年が経ち、親御さんもメンバーもスタッフもライフステージが変わっていき、様々な不安に直面するようになりました。親御さんの高齢化、親の支援無き後など、これまであまり想定してこなかったことも、今では現実のこととして想定、対応しはじめているのが現状です。今年度も手探りではありますが、対話を重ねながら「誰と、どこで、どんな暮らしがしたいか」をしっかりと問いながら、自分たちのことと重ね合わせながら、今後の暮らしを考え、実践していきたいと思っています。

ちなみに、新元号「令和(レイウ)」はチベット語で「希望」だそうです。これまで通りが通用しなくなる未曾有の時代に希望が生まれるよう、私たちも時代をつくる一員として取り組んでいきたいと思っています。
(本部長 浦川 直人)

にっちゅうかつどうしえんか 日中活動支援課 「出会いの場ポレポレ」

はるのさくらも満開、4月より新しい年度を迎えることになりました。昨年度から利用者さんひとりひとりが活躍し、魅力ある活動づくりをしていきたいという思いで何度もスタッフ間で話し合いを重ね活動や班構成の見直しを行ってきました。出会いの場ポレポレは4月8日より、パン菓子班、地域活動班、農作業班の3班での新体制としてスタートしていきます。また今年度は、自己決定や自己選択に力を入れていきたいと考えています。日々の活動や行事など、ひとりひとりが意見や考えを出し合って、わくわくするような活動を一緒に作っていき一年にしていきたいと思っています。

(出会いの場ポレポレ 管理者 小川真太郎)

そうざいどころ ゆめこうぼう 「惣菜処ばればれ・夢工房」

へいせいも終わり、5月より新しい元号になり新しい「時代」に突入する節目の年となりました。時代が変わり価値観がだんだん変わっているように思えます。隣近所との関係が気薄になっていくこの時代に、昨年、ポレポレ祭り実行委員長を体験させていただいて、やっぱり一番大事なのは「一人一人の繋がり」だと感じました。

今年度は「つながる」をテーマにひとつひとつに取り組んでいきたいと思っています。人と繋がるだけでなく、この仕事(役割)が生活に繋がる、この行動(行為)が誰かの幸せに繋がるなど、いろいろな人や物事と「つながる」ような、惣菜処ばればれ、夢工房を目指します。

(惣菜処ばればれ、夢工房 管理者 山下 剛)



グループホーム

きんきゅうじ たいおうりよく

緊急時の対応力？こだわりってなあに・・・

チェムチェムが出来て14年、設備が古くなり、壊れたりしています。タイル張りでもとても寒かった浴室の改装を1月に行いました。メンバーがいる月・火曜まで工事が入り、その間の入浴は出来ません。このような緊急事態や災害の際に、自宅やグループホーム（GH）以外のところで過ごせるのか？日頃にそういう場面がなく、スタッフもメンバーもイメージできにくくなっています。

そこで、関係者で話し合い、入浴改装中は、他のGHに行ってみよう、夕食から入浴までの時間を他のGHで過ごすことにしました。事前に過ごし方の流れを作ったりしてはみたものの、長い付き合いがあるスタッフも場面が変わることで発生する混乱が分かっておらず、1日目は入浴ができなかった利用者さんもいました。2日目はご本人もスタッフも前日の経験があったおかげで、スムーズに入浴できました。

利用者さんもスタッフも含めて、あえて変化を入れていくことの重要性、緊急時に対応できる信頼関係が必要だと感じました。今後も災害、インフルエンザなど様々な緊急事態が発生します。今後の取組みに活かしていきたいと思っております。
(地域生活支援課係長 野瀬 美紀)



ひなんしょく 避難食

ひなんしょくづくしの避難食作り

3月11日、東北大地震が発生した日。防災の日として、出会いの場ポレポレでは避難食を食べるようにしました。

メニューは、チキンライス（アルファ米）、温めずにおいしい野菜シチュー、カロリーメイト。

今回は、実際の状況に近づけるため、火や電気を一切使わない避難食作り、また使う道具も最小限にすることを目標に取り組みました。チキンライスは火を使わずに常温の長期保存水を使用して調理し、野菜シ



チューも温めずにそのまま。洗い物が出ないように、皿にはビニール袋をかぶせ、小さく砕く際も袋の中でつぶしたり、食器やハサミなども使わない工夫をしました。また電気ミキサーも使えないため、飲み込みやすいごはん「なめらかごはん」を食べました。



ポレポレでは、50人分×3回分×3日分（総食数450食）を備蓄しています。いろいろな状況を想定しながら実際に体験し、もしもの時に動揺せず落ち着いて対応できるように、今後も「避難食を食べよう会」を実施して

いきたいと考えています。

かんりえいようし たけだ まいこ (管理栄養士 武田 麻衣子)



かいかい きずなの会

かいかい ねんめ むかえ きずなの会も8年目を迎えました

かいかい う あ さんか きずなの会の打ち上げに参加して

今年もきずなの会の打ち上げをどこでするかを何度も話し合いをしました。話し合いを重ねた結果、安武駅近くの居酒屋「あぶらや」に決まり、お店との交渉も下見も自分たちとスタッフで行い当日を迎えました。時間になると続々集合。最初はきずなの会会長からの挨拶、次に乾杯、それから料理が続々と運ばれ、みんな黙々と食べ始めました。普段は飲まない酎ハイや焼酎、ビールを飲みながら、わいわいと話は盛り上がり、もつ鍋や唐揚げ、サラダなどお腹いっぱい食べ満足。その後はクイズをし、景品をもらい嬉しそうな利用者さん。2時間ほどたったところでお開き。また来年も開きたいねー！とみんなで言いながら解散しました。今年も利用者さんのサポートをしてくれた江上先生、原口先生ありがとうございました。

ゆめこうぼう うしじま れな (夢工房 牛島 レナ)

かいかい はい きずなの会に入ってよかった

私は、きずなの会に入って今年で2年目です。1年目は話がむずかしくてわからないことばかりで話をする事ができませんでした。2年目からはみんなの前でも少しずつ話せるようになりました。しんぶん作りが大変だったけど楽しかったです。打ち上げもとてもにぎやかで楽しかったです。きずなの会に入って、みんなと仲良くなりました。今まで話したことのない利用者さんやスタッフと話をする事ができたり、たくさんの話を聞くことができたからです。またこれからもきずなの会を続けたいと思っております。(惣菜処 ぼれぼれ 竹浪 寛子)