

ゆすばる

季刊誌

冬号

2022



YURURI とこども園の交流



ボッチャ大会入賞しました！



チラシで折った鳥の作品を
いただきました。
とても繊細で素敵です！

白組

赤組



梶原町老人クラブ運動会

もくじ

Number. 42

- 1 新年のご挨拶
まごころ弁当実施のお礼
- 2 福祉教育
- 3・4 地域共生社会(第3回)
- 5 チームシルク「みずほ号」贈呈 お助けマンの紹介
- 6 輝く梶原人！み～つけたっ！
- 7～10 複合福祉施設 YURURI ゆすはらより
- お知らせ 無料法律相談会 防災

前回のこたえ



秋号の表紙で載せた
この花の名前
皆さんわかりました？

答えは
里芋赤目の花
でした

梶原町社協広報誌



謹んで新年の
およろこびを申し上げます

会長 上川 雄康

旧年中は、社会福祉協議会の諸活動に對しまして温かいご支援、ご協力を賜り心より厚く御礼申し上げます。

町内の皆様には、長引く新型コロナウイルス感染症の影響により、生活にもいろいろな面で不安や不便を感じていることと思います。

当協議会でも、コロナ感染防止に配慮しながら、活動を続けています。地域福祉コーディネーターは、「防災・減災」を取り組みのテーマに各地区に向き、地域の皆様と共に考える機会を持ち、支え合いの仕組み作りにつながるよう活動をしています。また、お陰様で「お助けマン」の登録者も徐々に増えていきます。

運営開始から五年目を迎える複合福祉施設「YURURUゆすはら」でも、徹底した衛生管理のもと、デイサービス、ケアハウス、生活支援ハウスもたくさんの方々に皆様にご利用いただきました。本当にありがとうございます。また、フィットネスルームは、長い間利用を休止させていただきご不便をおかけしましたが、十一月より再開いたしました。更に幅広くご利用いただき、健康保持のお役に立てれば幸いです。

結びに、この新型コロナウイルス感染症の一日も早い終息を願い、皆様にとりまして幸多き年となりますよう心からお祈り申し上げます。新年のご挨拶といたします。

令和四年一月



令和3年度 赤い羽根共同募金助成事業 まごころ弁当実施のお礼

令和3年12月12日(日)、感染対策を十分に行い、実施することができました。

総勢159名のボランティアの協力のもと、510食を作りました。

お弁当を手渡すと「楽しみに待ちよった。嬉しい～」といった声も聞かれました。

ご協力いただきました皆様に厚くお礼申し上げます。



お弁当どうぞ！



ふだんのくらしのしあわせを 学ぼう！



栲原学園 7 年生福祉体験学習

令和 3 年 10 月 21 日（木）に栲原学園 7 年生を対象に、高齢者や障害者への理解を深めるとともに、福祉の仕事にも興味を持ってもらえるプログラムとして、福祉職場で働く方の講話と、車椅子体験、高齢者疑似体験を実施しました。



社会福祉法人カルスト会栲原ふじの家介護員の氏原美代子さんと複合福祉施設 YURURI ゆすはらデイサービスセンター ゆりり管理者の藤原康二さんを講師に迎え、介護の仕事についたきっかけや、やりがいについてお話していただきました。笑顔あふれる施設にしたいという思いとともに、職員も利用者さんの笑顔に元気をもらっていることがわかりました。



講話後、班ごとに分かれて車椅子体験と高齢者疑似体験を実施しました。体験者・介助者・観察者に分かれ、移動や動作など普段の生活との違いや、サポートの仕方など自分たちに出来ることを考え、意見を出しあいました。

サポートがあれば動きやすいことや、危険が減らせるのではないかと、声掛けがあれば不安が少なくなるなどの気づきがありました。

事前学習では、福祉は高齢者の介護が中心で辛そうというイメージもあったようですが、講話や体験を通して、介護を受ける人だけでなく、仕事をする人や地域の人々が笑顔で暮らしているようなイメージが変わったとの感想がありました。

栲原高校 3 年生 ～地域への恩返し～

地域訪問バージョン



栲原高校 3 年生が【交流することで高齢者を元気にしたい】という思いから、総合的な学習『YELL プロジェクト』の時間で地域の百歳体操に参加し一緒に体操をした後、自分たちで考えたゲームを実施しました。高校生がメッセージカードを渡したり、地域の方と話す時間を持つこともできました。地域の方からは「元気をもらって、楽しい時間だった。」「また来てほしい。」と高校生との交流を大変喜んでいました。

◆社協では、身の回りの方々や地域との関わりを通して、他者へのおもいやりや、多様性のある社会について学び、誰もが安心して暮らしやすい地域づくりの推進を目的に、福祉教育のコーディネートを行っています。

誰もが役割を持てる



地域共生社会



『地域共生社会』とは・・・高齢者・障害者・子どもなど地域の全ての人々が、一人ひとりの暮らしと生きがいとともに創り、高め合う社会のこと。今回は、社協がすすめている支え合いの仕組みの支え手『地域のお助けマン』のみなさんを巻き込んだ研修会の様子をお伝えします。

藤戸先生からの学び『障害の理解と対応～精神疾患編～』の一部を紹介します



藤戸病院 副院長
藤戸 良輔 先生

家族の対応のポイントとしては以下の3つが重要です。

- ① **分かる**：病気は部分であってその人が病んでいるわけではありません。対処の工夫は何よりも「分かる」ことから始まります。
- ② **見守る**：精神疾患を抱えるつらさ、薬を飲み続けることの苦しさを分かってください。「何とかしないと！」とあせってはいけません。
- ③ **任せる**：状態が改善してきたら、少しずつできることを任せていくことが大切です。他人から任せられ、できることが増えると本人も自信がついていきます。

※決して一人で悩まず、困ったことがあれば主治医や専門家に疑問点をたずねましょう。

※休日や平日夜間に急に具合が悪くなった方に、必要に応じて当番医療機関を照会する窓口があります。詳しくは、高知県精神科救急情報センターのホームページをご参照ください。電話 0120-556-499

平 日：午後 5時～翌日の午前 9時 まで

土曜日：正 午～翌日の午前 9時 まで

休 日：午前 9時～翌日の午前 9時 まで



みんなで支え合えるまち



ボランティアは
生涯学習

お助けマン 参上！

あなたの力をかしてください

厚生労働省 地域共生社会のポータルサイト

▼ 研修会場の様子



令和3年10月16日(土) ゆすはら・夢・未来館2階大ホールにて研修会を開催。

『障害の理解～精神疾患編～』のテーマで、藤戸病院の藤戸良輔先生にお話しいただきました。この時、さまざまな病状のことや当事者の心のありよう、家族の心情や当事者への寄り添い方など、質疑応答をまじえた丁寧な説明は、参加者の皆さんから好評を得ました。ご自身の経験をもとに質疑応答を交えてわかりやすい内容でした。地域のお助けマン21名に参加いただきました。

■ アンケートで寄せられた内容の一部

Q1:研修を受けて感じたことをお聞かせください

- ・ すごく勉強になりました。あせらず耳をかたむけることが大切。ゆっくりと接していきたいと思います。
- ・ 先生の話聞いて理解することも多く、良い時間でした。また、このような機会をお願いします。
- ・ 障害のある方への対応のしかたなどが良くわかりました。
- ・ 精神障害に関し、早期発見、早期治療の必要を感じますが、本人・家族が医療や地域にうまくつなげられない場合があると思います。
- ・ 今回の受講は大変よかった。特にうつ病の患者についての説明が参考になり、女性に多いことも理解でき他人事とは思えません。先生の口調はわかりやすく、丁寧に教えていただいたので感動しました。
- ・ 最後の方に質問した方に対して「ありがとうございました。」と逆にお礼を言われたのが脳裏に残っています。

Q2:今、気になっていることや困っていること等ありませんか

- ・ このコロナ禍で認知症の初期の症状と思われる方が増え、対応に苦慮します。
- ・ アルコール依存症についての研修会をお願いしたいです。
- ・ 「地域で安心して暮らせるように。」との言葉はよく聞きます。そのように支えていければとの思いはありますが、特に「個人情報」の壁にとまどうことが多いです。知らなければ支えにくいこともあるかな。
- ・ 熱心に話を聞いていただきありがとうございました。時がきたら、また色々聞いてみたいと思います。

社協は、ひきつづき地域共生社会の考え方やつながり、支え合いのありかたについて皆さまと共に学び考え、共に理解を深めていきます。ご意見などがありましたら、社協職員にお声かけください。次号からは、『老化によるもの忘れ』や『認知症』の症状との付き合い方や寄り添い方について考えていきます。 連絡先 ☎ 65-1235 まで。

新しい仲間が 増えました！



令和3年10月5日（火）公益財団法人みずほ教育福祉財団様より配食用小型電気自動車「みずほ号」の寄贈が行われました。

集落活動センターおちめん「チーム・シルク」さんは毎週金曜日にパンや寿司などの移動販売・配食サービスを実施しています。配食サービスは一人暮らしの高齢者等の介護予防や、安否確認並びに生きがいづくりの役割を担っており、重要な福祉活動となっています。

越知面区は坂や細い道も多く、配食にかかる個人負担もありましたが、電気自動車導入により、宣伝も兼ねて地域を回っています。

自分たちが楽しむことをモットーにしている「チーム・シルク」らしい贈呈式になればと、当日までにアーチとくす玉、紅白餅の準備をされ、楽しい和やかな贈呈式となりました。これからも新しい仲間「みずほ号」と一緒に地域へ元気と笑顔を届けてくれることと思います。



お助けマンの活動を紹介します！

日頃の趣味や特技を活かして活動できるボランティア【お助けマン】はさまざまな場所で活躍しています。

今回ご紹介するのは下井民江さんです。下井さんは日々のお助けマンの活動をどれぐらいの頻度で実施できているのか自分も知りたいと活動の内容を簡単に記録する手帳を作ってみてはどうか？と【お助けマン手帳】を考案してくださいました。



ここ？

「近所のことや、自分のできることはやりたいし、私もいつつもやってもらっているからお互い様なのよ。」とお助けマン手帳を見せてくださいました。

絆創膏
はって～

地域のお助けマンは引き続き募集をしています。登録された方に【お助けマンカード】と【お助けマン手帳】をお渡ししています。ぜひ、ご活用ください。



お助けマン
カード



輝く梶原人！み～つけたっ！！

in 越知面区

元気であって
また一緒に出
かけたいねえ。

これ！というこ
とは出来なかった
けど、96 年間病
気はせんかった。

越知面デイや老人クラブ
の研修などいつも一緒に参
加しています。仲良し親子の
お二人にインタビューさせ
ていただきました！



つむぎちゃん



やまうちもと お

山内基生さん・マルミさん(71 歳・96 歳)
越知面区下本村在住。

マルミさんは 5 人の子供を育て「みんなが近くにお
てくれることは幸せ」「病気をしたことがない」のが自慢。

基生さんは出稼ぎ後梶原へ U ターン。朝も早ければ 5
時頃に仕事に行く働き者。

朝早く仕事に行く基生さんのために、4 時に起きてご飯
を炊くのはマルミさんの仕事。お弁当と食事の準備は基生
さんの担当。お互いに《出来ることはする》を大事にして
いる。



**一人居ったら大変やけど
守ってくれる**

今まで病気になったことがないのが自慢。

怪我はしても、病気したことないし、風邪も引いた
ことがない。今でも内臓は元気で、ご飯も 3 回ちゃんと
食べるよ。「特別好きなもんも、嫌いなもんもない。
全部おんなじようなもの。」何でも食べることが元氣
の秘訣。

あちこち行っただけど、今でも集まることがあつた
ら行きたいと思う。それでも、一人じゃ大変やけど、
基生が守ってくれるし、色々連れて行ってくれるけ
ん、付いていくがよ。

猫のつむぎちゃんと一緒に寝てくれる。今は子猫
も居ってかわいいよ。基生とは喧嘩もするし、言いた
いことは言いあうけど、守りしてもらいゆうけん
家に居れる。



**喧嘩しても、親子
お母は大事にせにゃあ**

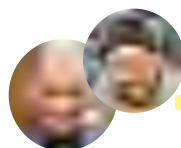
出稼ぎに行ってる間、息子の面倒をみてくれた母親
に感謝してる。40 代で梶原にもんてきて、仕事をし
てきた。出来んこともあるけど、山の仕事は誰にも
負けんで。仕事で朝早くて、お母が起きていなくても
家を出るときは、「いってくる」と声をかけるようにし
てるし、家でも話はよくするで。喧嘩しても親子。言
いたい放題その時言うても、1 時間もすればケロッと
する。(笑) 話はせんとわからんけんねえ

混ぜ飯もカレーも煮物も出稼ぎに行ってたから自己
流やけど出来る。だいたい薄着で居るけど、体が
元気なのは母親譲りやね。自分がおるのはお母のおか
げ。行きたいところがあれば連れて行くよ。



11 月 16 日 には越知面
老人クラブ(千樹会)のみんな
と津野町にある天狗高原に研
修へ行きました。

「一人では行けれんけど、一
緒に行ってくれたけ、楽しか
った。良かった〜。」



みんなが助けてくれるけん

「生きちゃったらいろんなことがあらあよ」それ
でも部落の人は色々知って良くしてくれるし、町
の人も出来んことは頼ったら、力を貸してくれる
けん、感謝しちゃう。

孫を育てるにも、沢山苦労もあつたけど、横
っちょに行かんで、まっすぐ育てくれたのが何
よりの自慢！近所の人にも『みんなの宝もの』っ
て言うてもらうがよ。優しい子に育ててくれ、
顔を見せに帰って来てくれるのが楽しみ。いろん
な人が気にして声をかけてくれたり、助けてくれ
るけん、ここの家で生活が出来る。ほんとにあり
がたいと思うちゃう。



YURURI 徒然日記

「介護」と聞くと体の不自由な方の移動や入浴・排泄・食事を手伝うことを思い浮かべる方が多いと思います。では実際のYURURIではそれ以外の時間は毎日どんなことをしているのでしょうか？今回はそんな隙間時間に、職員がどのようなことを考えてご利用者と接しているか、その一部を紹介させていただきます。

デイサービス利用中のこちらのご利用者は、3年前は歩行器を使用して歩いていましたが、平行棒での歩行訓練に積極的に取り組み、今では杖2本で歩くことができます。自宅まで送迎しているデイサービスだからこそ、実際の家の間取りや段差・障害物と格闘している利用者を見て、自宅での生活を想定した障害物などを取り入れた機能訓練に取り組んでいます。

中越 頼馬 様

「ずっと、歩く訓練はしてもらって、どんどん杖で歩けるようになってきた！杖1本でも歩けよっただけんど、今は2本になってしもうた。それでも杖で歩けるようになったのは、嬉しい！ありがたいことです。」



高齢者生活支援ハウスでの過ごし方は食事の時間以外は自由です。自宅に比べてほぼ段差の無い生活に慣れてしまうと筋力が低下するため、毎日14時から百歳体操を放映しており、自由に参加できます。また、施設の壁面飾り作りなどを手伝って頂くこともあります。

手指の運動は脳年齢の老化防止に繋がります。



このように各事業で提供できることには差はありますが、ありふれた生活の中の全てが「見守る」ということがより多く含まれます。表情・仕草まで注意して、普段かなどに『気付く』ことが何よりも重要になってきます。職員一同これからもこの



ケアハウスでは、竹ぼうきの会様のご好意により、農作業と一緒にやらせてもらっています。体調と安全性に配慮しながら、ご利用者が得意とすること続けることでその人らしい生活を、そして単純に労働するだけでなく、役割を果たすことでの充足感を感じてもらうことを目的としています。ですが、実際には梶原の風土を知り尽くしたご利用者に、作業のコツなど職員が勉強させてもらっています。

また、普段から家でしていた仕事や残存機能を活かした役割を持つことで、手指の柔軟性や筋力維持、脳を活性化し、認知症の予防や進行の遅延を目的に関わっています。個々の意思を尊重し、やりたくなければ無理強いせず、部屋でゆっくりと過ごすことを見守ることも大切にしています。



①昔は、よくイタドリをこうやって剥いだねえ～

②学校帰りに、塩を持ちちょっと食べたもんじゃ！

③（職員）塩で食べるが？生で？？学校の帰りに？？美味しい？？？

①→②→③→④の順に読んでください。

④めっそ、美味しいこともない・・・



笑

支援の対象です。それはただ単に「出来ないところを手伝う」ばかりでなく「出来ていることが当たり前に行っているか？どのように出来なくなっているのか？」『気付く力』を高めていきたいと思っています。

コロナ禍での介護

コロナウイルスの感染拡大が始まり早3年が経ちました。その中で介護施設も面会、外出、地域との交流や触れ合いなど、これまで当たり前に出ていたことが出来なくなり、それに代わる生活を模索し続けています。

今回は「**コロナ禍**での介護」というテーマで[デイサービスゆるり][ケアハウスゆるり]の介護現場ではどのような工夫で、ご利用者の生活、ご利用者とご家族の繋がりを支えているのか管理職、現場職員に質問をしていきたいと思います。

〈ケアハウスゆるり〉

質問 (デイ相談員：中越)

「コロナ禍で外出等が出来なくなり施設内で過ごすことが増えたと思います。運動機能や活動量が低下しないように気をつけられていたことはありますか。」

回答 (ケアハウス介護リーダー：小野)



「コロナ前は地域の行事への参加、外出活動が多くありましたがコロナ禍では難しく施設内で運動会(体育館を借りて)敬老会、運動系のレクリエーションを行い活動量が極力低下しないように気を付けています。」

アクリル板を挟んでの風船バレー



コロナ禍での調理風景



質問 (デイ相談員：中越)

「コロナ禍でご入居者との面会が出来ず、不安に感じているご家族もおられたと思います。ご入居者とご家族との繋がりをどんな工夫で支援されていきましたか。」

回答 (ケアハウス管理者：森山)



「ケアハウスでは早い段階からリモート面会を取り入れました。その他では3ヶ月に1度ご家族のみに送付していた写真付きのお便りを2ヶ月1度にし、ガラス越しの面会も実施しています。リモート面会の使用頻度は多くなかったのですが遠方のお孫さんと顔を見ながら嬉しそうに話をされている場面もあり、少なからず繋がりのお手伝いにはなっていたと感じています。感染対策は遵守しながらも小規模施設の利点を生かした対応を心懸けています。」

〈デイサービスゆるり〉

質問 (ケアハウス相談員：那須)

「送迎中は密になりやすい環境だと思いますが、感染症予防で気を付けていることはありますか。」

回答 (デイ介護リーダー：土釜)



「利用前の体調確認はもちろんですが、マスク着用の声掛けや、可能な範囲ですが、利用者間の席を1つ開けたり、窓を対面上に少し開けたりと、ご利用者に負担がないよう、工夫して行っています。」

質問 (ケアハウス相談員：那須)

「ご利用者のご家族とデイサービスの繋がりについて、コロナ以前は家族会と称して家族との交流会を行われていたと思いますが、コロナ禍ではどうされていますか。」

回答 (デイ管理者：藤原)



「ご家族とゆっくり、お話できる良い機会だったのですが、今年は施設に直接来所してもらうのは難しいと判断しました。デイでの活動やご利用者のデイでの様子を伝えたかったので、今年はデイサービスの冊子を作成し、配布しました。本人の様子が分かり、少しでもデイでの様子や表情が伝わればと思います。」



デイサービスもケアハウスも、感染予防で様々な制限を受けながらも、ご利用者・ご家族の繋がりを大事にしています。

全国的にコロナ感染も減少してきています。今後は、県内の感染の状況を見ながら、地域のボランティアの方たちにも来ていただける取り組みも行えたらと考えています。感染に気を付けながら、安全に楽しんでもらえるよう、職員一同努めていきたいと思っています。

無料法律相談会

担当弁護士…小野 歩 弁護士
(法テラス須崎法律事務所)



悪徳リフォーム会社にだまされたん
じゃ…

子どもに財産を
生前贈与したい
んだけど…

円満に遺産
分割をしたい



遺言や相続、ご近所トラブル、後見人の事等、あなたの身近な
疑問に弁護士がお答えします。お気軽にご相談ください。

開催日: 令和 4 年 1 / 30 (日) 12:00~16:00 **相談時間** 40 分程度
事前予約制(5 名)ですが、当日来場できない方のために電話による相談も受け付けます。
相談会場 梶原町社会福祉協議会 **申込み**(☎65-1235 **担当:**前田・樋口)

さあ 防災力を高めよう

防災・減災の
情報発信コーナー

大規模災害に備え「自助・共助にもとづく地域防災力」を高めることが課題

そのために…

日頃から部落会や自主防災組織において防災訓練を行い、いざというときに協力して対策にあたる
ことができるような体制をつくっておくことが重要です。

「共助」 そのことが…地域の多くの人の命を救うことにつながります。

- 防災訓練は「楽しく、家族ぐるみで参加できる」ものとし、一人でも多くの人に参加してもらいましょう。
- 災害時は相当な混乱が予想されるので、自分の住む地域の地形や災害履歴などの特性を知ることが重要。
- となり近所で、災害時の安否確認の方法を知ろう！そして、定期的に見直しや確認をしましょう。
- 一人で避難することが難しい人や声掛けが必要な人を知り、支援する人は複数を設定しましょう。

大規模災害発生時には、
地域住民自身が「自分の命は自分で守る」
「自分たちのまちは自分たちでまもる」ことに徹する。



【お詫びと訂正】 ゆすまいる秋号(令和 3 年 10 月発行)の記事におきまして誤りがありました。

5P 四万川の茶道の記事 (誤)茶道 (正)茶堂

ご迷惑をお掛けしましたこととお詫びするとともに、ここに訂正させていただきます。

発行元: 社会福祉法人 梶原町社会福祉協議会 住所: 高知県高岡郡梶原町川西路 2321-1
発行責任者: 樋口 益也 電話: 0889-65-1235 ホームページ: <https://www.yusuhara-shakyo.jp/>