



NPO法人・ACT小平

らいふえいど通信 23号

2009年1月15日発行

〒187-0043

小平市学園東町2-4-16-102

TEL: 042-348-0376

発行責任者 黒沢桃枝

新年あけましておめでとうございます

寅・とら・トライ”今年は「らいふえいど」も

いろいろなことにトライする年にしたいと思います。

日頃は「らいふえいど」の活動にご支援ご協力いただきありがとうございます。

福祉サービスも年々厳しくなり、介護保険、障害福祉など利用しにくくなって来ました。

政権交代で福祉サービスの充実を期待し、ACT33 ワーカーズ力を合せて国・都への要望、意見なども出していきたいと考えています。

今年もみなさまと共に安心して住み続けられる地域づくりをめざします。

代表 黒澤桃枝



春、みつけたよ!

今年度前半の活動から

毎月の理事会、定例会での話し合い中から、研修や各種行事に参加します。

9月15日「認知症の人の心を感じて」

地域協議会共催でACT認知症模擬劇をみながらの研修でした。

認知症模擬演技者（SPSD）による認知症ケア講座に参加しました。ケア者としての経験から分かっているつもりでも、ロールプレイを通して、自分が「認知症」になったことを想像してみることで、自分の気持ちを近づけて推し量る作業をあえてしてみることは、とても実感性があり、そこに新しい発見がありました。

「本人を信じ尊重して、寄り添って支えていくこと」は、認知症という病であるからこそ大切なことだと改めて感じたのでした。

平野 弘美（小平市議）



古武術で介護

研修講師にメンバー ……北村 建夫 ……

11月14日（土）“東村山ぼけっと”事務所で代表と共に講師デビューしました。

20人程度の方たちが集まりました。目的の『あるのに気がつかない力』を自覚してもらう事は出来たと思いますが、予定より時間が短縮されたため、急いでやり過ぎてしまいました。両手で抱き起こす実技を片手で行い女性が出来ずにいるのを見て、「おーっと両手！」とつぶやきながらやり直すという失敗もしてしまいました。終了後の会食時にはいろいろな質問があり、“ぼけっと”の代表からは「機会があれば又教えてください」と・・・！これから一層腕を上げ介護に役立つ研修講師が出来るようにしていきたいと思えます。

今年の4月から夫の両親と一緒に暮らすことになり、少しでもこれからの参考になればという思いで参加しました。模擬劇の役に指名された時、正直言って今の私にはきついなあーと思いました。劇は「認知症の母が嫁の私に財布を盗られた」と言う設定です。どう対応していいか、ある程度は考えてはいたものの、講師の方がグングン迫ってくる台詞で、我ながら優等生的なやり取りで展開しました。でもこれは“単に劇”実際にこういう立場になったらどうでしょうか。言っただけではいけないと解っていても、相手を非難するかもしれません。分からない事なかなかお手本通りにはいきませんが、この様な講習会を重ねることで、同じような場面に出食わした時サラリと受け流す事が出来るようになるかなあーとおもいました。

打木 香澄（小平生活者ネット）



ひろげよう 市民のわっ！ 『NPOフェスタin元気村2009』

10月25日 10:00～フェスタに初参加しました。多数のメンバーが参加してくれました。

木村 恵 (メンバー)

朝10時前に会場に到着。雨混じりの寒い日でしたが、多目的ホールは暖かくてホッとしました。育児サークル、マリオネットの実演、にじバスのアンケート等様々な団体が一緒の会場でらいふえいども用意された机・イス・敷物を並べて場所作りをし、色とりどりのチュールタワシの材料を飾って人目を引く工夫をしました。始まると宣伝しなくても結構人が集まってきました。チュールタワシは大人も子どもも楽しそうに作っていました。紙飛行機はハサミとりのりを使うのですが、子ども達が一生懸命作っていました。ボタンのブンブンこまは小さな子に好評でした。事前に作り方の講習を受けていたので余裕を持って対応することが出来ました。メンバーのアイデアがバッチリ当たりました。メンバー同士がゆっくり時間を過ごすことは滅多に無く今回初めて参加しました、皆で食べた豚汁が美味しく、癒されました。

龍島 弘子 (メンバー)

らいふえいどは『NPOフェスタin元気村』に初めて参加しました。手作りタワシや紙飛行機は人気があって、準備した材料が足りなくなるくらいでした。いろいろなNPO団体があって、見て回るのも楽しい時間でした。「にじバス」の運行して欲しいコースを考える団体や社協の障がい者と健常者が一緒におしゃべりしたり、お茶を飲んだり出来る喫茶、元気村に入っている団体紹介おだまきやあさやけのワークショップを見て周り少しでも理解し、“らいふえいど”を知ってもらう良い機会でした。このような企画には一度参加したからといって結果が出るわけでもなく、お互いに顔見知りになり理解してもらうには時間が掛かります。準備が大変かと思いますが、参加を重ねることに意義があると思います。限られた時間の中、多くのメンバーが集まり楽しいひとときを過ごすことができました。



これからの予定は

- ・1月16日(土)らいふえいど新年会
- ・2月15日(月)フットケア研修(福祉会館)
- ・2月16日(火)ACT活動交流集会(品川にて)
- ・5月22日(土)らいふえいど定期総会



.....お勉強もしました.....

11月16日(月)

「清拭・足浴研修」を多くのメンバーが参加し実施することが出来ました。



今回はチャンス到来とばかり、研修に参加しました。そこで実演するベテラン講師の素早く、確実な技術を目のあたりにし、今までの自分にはない物を見たような思いでした。

“確実な声かけの大切さと、手のぬくもりを通して利用者さんと心を通わせ、いかに信頼されることが清拭を始めケア全体においても一番重要”とおっしゃった言葉が深く胸に残っています。

石盛 敦子 (メンバー)



『柔らかく、暖かな、手のぬくもり』利用者さん
本当にしあわせだろうなあー.....!
介護の原点を見た思いでした。

編集後記

心配された新型インフルエンザの流行も一段落のきざしにホッとしています。らいふえいどでも各人が日頃から健康管理をし、インフルエンザ対策を話し合い、訪問時のうがい・手洗い・マスク着用の実施等を行ってきた成果でしょうか。今後は地域のイベントを通うしていろいろな人と関わり、助け合いの輪を広げていきます。また、ヘルパーとしての技術、知識の為の研修などに多く取り組みたいと考えています。寒さのきびしい季節ですが、新しい年を迎え、日々新たにメンバーの和と健康第一で共に喜びあえる出会いが今年もたくさんありますように願っています。

担当者一同