



春爛漫の季節となりましたが、皆様お元気でお過ごしのことと思います。

平成 30 年度を振り返りますと、いろいろな方と出会うことができた年だったと感じます。事業では、ケア活動に重きを置き、研修にも力を入れることができました。地域活動では、新しく“地域デビューパーティー”に参加しました。この通信をご覧になり、私たちの活動を少しでもわかって頂ければ幸いです。

来年度もどうぞ宜しくお願いいたします。

代表 山田 敦子



サービス提供責任者より



*高齢者虐待防止研修 ～東京都福祉保健財団～ に参加して

1 月 15 日に中野で開かれた研修に参加してきました。一人一人が尊厳を大切にされ、自分の意思で選択・決定ができる権利を私たちは擁護しなければならないこと。

その権利を侵害する虐待には 5 つあり 1 身体的虐待、2 介護世話の放棄・放任、3 心理的虐待、4 性的虐待、5 経済的虐待 があることなどを学びました。虐待をする側受ける側にその認識や悪意がなくても、虐待と判断されることがあるそうです。(判断は自治体が行います)

研修を受け、早速事務所内でも事例をもとに報告研修という形で勉強会を行いました。高齢者のみならず、子供たちへの虐待も無くなれば良いと思いました。そのためには介護する人の環境にも配慮し、その人の選択・決定も大切にされなくてはならないと感じました。

*多職種連携研修会 ～小平市在宅医療介護連携推進協議会～ に参加して

◎2月2日の研修では「ACP」アドバンス・ケア・プランニングについて学びました。

ACP とは、人生の最終段階において本人の意思が尊重され、本人が希望する「生きて・逝く」を全うできるよう、本人や家族等が医療・ケアチームと繰り返し話し合うプロセスのことです。心身の状態に応じて意思は変化しうるものであることを踏まえ、本人との話し合いが繰り返し行われることが重要とのことでした。

◎2月16日は 薬と緩和ケア 医療用麻薬を開始するときについて学びました。

最近の緩和ケアでは、治療開始の早い段階から痛みを取り除くために医療用麻薬を使用し、医師の処方通りに服用すれば中毒にもならないことを学びました。私たちケア者も正しい薬の知識を持ち、医療用麻薬に対する偏見をもたずにケアに当たることが大事であると思いました。



地域活動報告

NPO フェスタ in 元気村 2018 報告① ～豚汁～

2018年10月28日(日)

2010年から恒例で参加しているNPOフェスタ。豚汁を楽しみにしている方がたくさんいて販売前から「まだ販売してないの?」「楽しみにしていた!」とうれしい言葉をかけて頂いています。そんな声に応えるべく、おいしい豚汁作りの為に頑張りました。今年度は高齢者疑似体験のブースも設け、これから来る超高齢化社会に向け体験して頂くとともに、らいふえいどのアピールを行いました。

来年も「待ってたよ!」と言って頂けるのを楽しみに、参加したいと思います。

S・H

コダレンジャー
と一緒に...



訪問介護事業所として、誰もが住み慣れた街で安心して暮らし続けられるよう、在宅での暮らしを支えるお手伝いをしていることのアピールもしました。

NPO フェスタ in 元気村 2018 報告② ～高齢者疑似体験～

NPOフェスタでの高齢者疑似体験はある程度予想はしていましたが、実際に装具を着けてみると一人での歩行は不安だらけでした。明るさは分かるものの、人や物の形が全く分からず、音も良く聞きとれません。動作も思うようにいかず時間がかかりました。たくさんの方が体験したら、お年寄りや身体の不自由な人達に、もっと優しくなれるのにと思いました。

S・N



地域デビューパーティーに参加 3月16日(土)



福祉会館にて市民と地域活動の出会いの場“地域デビューパーティー”が行われ、らいふえいども展示で参加しました。小平には地域活動をしている方が多いことを実感、日頃なかなか出会うことのない方たちとの交流ができました。

子ども食堂や子育て支援、障がいを持つ方の支援団体など地域で必要とされていることを地道に活動されている方や元気な高齢者パワーを目のあたりにし、私達も明日からも頑張ろうと元気をもらいました。

Y・A

第22回総会 行います

2019年5月18日(土) 13:30より

小平市福社会館 第二集会室



1998年1月に任意団体としてらいふえいどを設立して21年、NPO法人格を取得して19年目を迎えます。「老いても、障がいをもって、子育て中でも男女を問わず誰もが住みなれたまちで安心して暮らして生きていけるまちづくり」を目指してきました。皆さまに支えて頂きながらこれからも地域の中で活動していきます。

～ 新メンバー紹介 ～

3月からお世話になっております。

“誰かの役に立てるようなことがしたい”という思いから、小学校のボランティア活動に積極的に参加したり、大学のサクラガイド(パンフレット)作成に携わったりしています。多くの人と関わりを持つことで自分の成長に繋がっていると実感しています。

こちらでのお仕事は未経験の分野で緊張と不安でいっぱいですが、皆さまからご指導賜わり勉強させていただき経験を積んでいきたいと思っています。どうぞよろしくお願い致します。

N・S

この度、らいふえいどの一員に加えて戴くことになりました。まだヘルパーに3級があった当時、母を介護し看取ったのを機に介護の業界にご縁を戴き2級、介護福祉士となりました。

その後ブランクを経て“いつか錆びた多くのあれこれを再び学び直さねば”という今を迎えています。

自身もそれなりに年を重ねた今であれば、また違った思いや視座で介護に向かえるのではと、そっと自分で自分を応援しているところです。

多々力不足かと思いますが、いろいろ教えていただいでできるかぎり明るく誠実にやっていけたらと思っています。どうぞよろしくお願い致します。

T・M

2018年度はメンバーからの声掛けに応じて加入したTさん、市の「サポート養成講座」の受講を機にNさんが新しくメンバーになりました。

また、来年度は「働き方説明会」に参加してくださった方もメンバーになって下さる事になっています。らいふえいどにも新しい風がまきおこっています。



新年会

今年の新年会は、遊歩道沿いにあるカフェ・ラグラスで行いました。

新鮮で安全な食材を使ったメニューで身体にやさしい食事をいただきました。



今年一年、健康に留意し「誠実に笑顔をやささず」各自が自分にできることを精一杯やっていくよう努力していきます。



ACT会員いきいきサークル

にんじんの会 活動報告

今年度は、調理の他に「小江戸・川越での散策&ランチ」にも行ってきました。

調理はロールケーキ（中身のクリームはクリームチーズとパイナップルで絶妙な相性でした）と和風ジュレを使った一品。

また、2月には身体の内側から整えていく（＝食養生）家庭料理の重ね煮を行いました。

重ね煮は「蒸し煮」が基本であり少しの誘い水で野菜の甘み、旨みを引き出し多種類の野菜をとることが出来ます。参加者からは大いに喜ばれました。来年度も楽しい企画を計画していきますので参加お待ちしております。

*ACT会員いきいきサークル活動とは、ACT会員とその周辺の方々が、地域で安心して暮らすことができるように支援することを目的としています。ACT会員の方だけでなく、どなたでも参加できます。

N・T

飯島亜紀子さん俳句

くケアの後に戴いた中からく

「父と見る 水仙の花 春を告げ」

「露にぬれ 薄紅の梅 佇^{たたず}みて」

「白梅が 氷雨に耐えて 楚^{そそ}々と咲く」

どの句も季節の情景がとても目に浮かぶ素敵な句です。

N・T



賛助会員のお願い

“地域のなかで「たすけ・たすけられ」自分らしく暮らせる地域作り”をめざし活動しています。私たちの趣旨に賛同し活動を支援して下さる方を募っています。

年会費 … 一口／個人 3,000円 団体 10,000円

振込用紙を同封させていただきます。

よろしくお願い致します。



あとがき

桜の開花宣言をうけあちこちでお花見をしている情景を見かけます。きれいな花と一緒に写真に納まりたいと枝を持ちカシャ！しかし桜の枝に触るとそこから雑菌が入り枝は枯れてしまうのだとか…知らず知らずのうちにやってはいけない事をやってしまう。仕事でも、人間関係でも知らず知らずのうちに相手に不快な思いをさせてり、傷つけてしまっていることがあるのではと思うと気を引き締めなければと思う。 N

