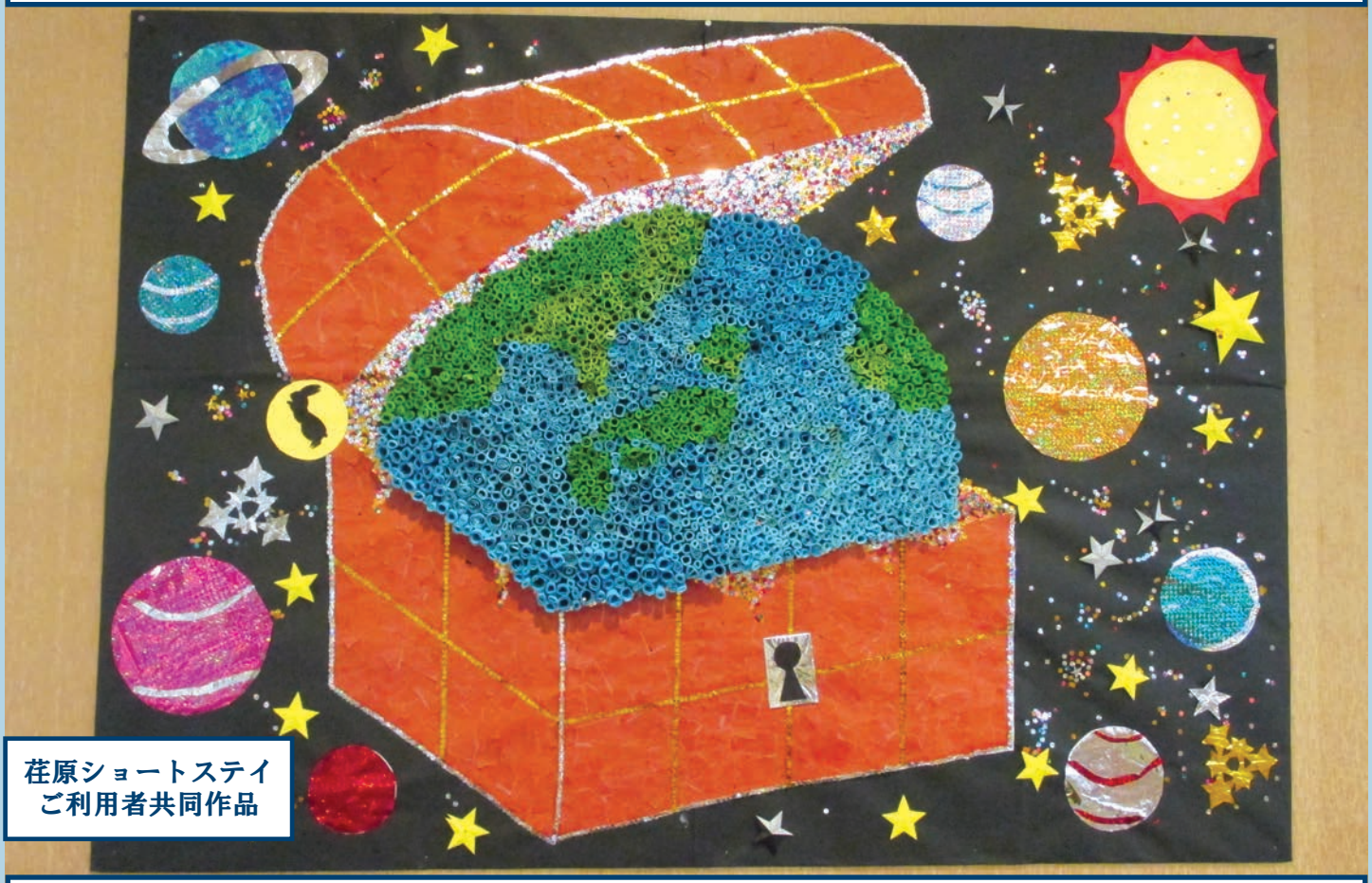
広げよう福祉の輪！

三徳だより

第８３号　２０１５年（平成２７年）冬　―季刊―
発行：社会福祉法人 三 徳 会
http://www.santokukai.com（ホームページリニューアルしました！）



荏原ショートステイ
ご利用者共同作品

特別養護老人ホーム　成幸ホーム・在宅サービスセンター・在宅介護支援センター・ショートステイ
〒142-0053 品川区中延1-8-7　TEL.㈹03-3787-3616 FAX.03-3783-6580 santoku-seikou@ap.wakwak.com

品川区立戸越台特別養護老人ホーム・在宅サービスセンター・在宅介護支援センター・ショートステイ
〒142-0041 品川区戸越1-15-23　TEL.㈹03-5750-1054 FAX.03-5750-1055 santokukai.togoshi-h@proof.ocn.ne.jp
杜松在宅介護支援センター　http://www.togoshiginza.net/togoshi/machi/topics/topics.cgi
〒142-0042 品川区豊町4-24-15　TEL.㈹03-5750-7707 FAX.03-5750-7709

品川区立荏原特別養護老人ホーム・在宅サービスセンター・在宅介護支援センター・ショートステイ
〒142-0063 品川区荏原2-9-6　TEL.㈹03-5750-2941 FAX.03-5750-3695 santokukai@aw.wakwak.com
小山台在宅介護支援センター
〒142-0061 品川区小山台1-4-1　TEL.㈹03-5794-8511 FAX.03-5794-8512

品川区立小山在宅サービスセンター「小山の家」
〒142-0062 品川区小山7-14-18　TEL.㈹03-5749-7251 FAX.03-5749-7252
小山在宅介護支援センター　TEL.㈹03-5749-7288 FAX.03-5498-0646

移りゆく季節の中で

荏原第一地域センター
所長
宮尾　裕介

昨年の４月に荏原第一地域センターの所長として着任いたしました。それまでは庁舎での勤務が長かったこともあり、今は毎日とても新鮮な気持ちで職務に臨んでいます。

荏原第一地区は品川区の西部に位置し、西側で目黒区と接しています。その区境には、都立林試の森公園があります。ここは都心とは思えないほど緑が豊かで、行くたびに思わず深呼吸してしまいます。

この地区のランドマークとも言えるのが、武蔵小山商店街「パルム」です。全長８００ｍのアーケードが特徴で、週末ともなると若い方からご家族連れ、ご年配の方々まで、大変多くの方で賑わいます。

賑わいと言えば、９月の祭礼を抜きには語れません。

一つは、小山八幡神社と三谷八幡神社とが共同で行う小山両社祭。中でも、氏子である周辺の町会・団体が御神輿を繰り出す連合渡御は圧巻の一言に尽きます。

そしてもう一つが戸越八幡神社例大祭です。祭礼中は神輿を担ぐ威勢のいい掛け声が町中に響きます。出店も神社周辺にかなりの数が出て、大変な盛り上がりを見せます。

祭礼以外でも、荏原第一地区は様々な行事で賑わいを見せています。

区民まつりは、地域の皆さまと共に作り上げる一大イベントです。小学校を会場に、当日は模擬店あり、各種のイベントあり、お子さん向けのコーナーあり、そして盆踊りありと、荏原第一地区には欠かせない夏の風物詩です。

10月には、都立林試の森公園を会場に総合防災訓練を実施しています。「自分たちの町は自分たちで守る」を目的に、当日は一斉放水など様々な訓練を行います。

このほかにも、青少年対策地区委員会では、親子バスハイクや楽しく学ぶ防災フェスティバルなど、様々な事業を行い、親子連れの方を中心に大変多くの方にご参加いただいております。

このように、荏原第一地区では、たくさんの方々のご協力のもとに、１年を通じて様々な活動を行っています。そのおかげで、ここに着任してからというもの、今までに在籍したどの部署にいたときよりも、肌で季節を感じることができるようになりました。また、様々な事業を通じて、地域の方々が昔からずっと大切にしてきた良き伝統を感じることができています。

さて、私がここ荏原第一地域センターに着任してから、地域の方々と様々な場面でご一緒させていただく機会があります。その中で感じることは、皆さんが色々な活動を通じて色々な形でつながっていて、地域全体がまるで一つの大きな家族のようだということです。

まちを歩いていても、「よっ、所長！元気でやってるかい？」「もう慣れたかい？」などと気さくにお声を掛けてくださったり、町会の行事やイベントにお誘いいただいたりすることがあります。そのような機会に巡り合うたびに、僭越ながら私もその「家族」の一員に加えさせていただいているような気がしています。

次に感じることは、地域の皆さんの防災に対する意識がとても高いということです。

前述の総合防災訓練のほかにも、各町会が独自で様々な訓練を行っています。訓練が盛んな時期になると、地区内のあちらこちらで訓練を行っている光景を目にします。器具の扱い方も皆さんとてもお上手で、これならいざというときでも落ち着いてしっかりとした行動ができるのだろうと、大変頼もしく思えます。

最後になりましたが、荏原第一地域センターの職員一同、これからも地域の皆さまと共にしっかりと歩んでいきたいと思っております。まだまだ未熟な私たちではございますが、ご指導・ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

平成26年度三徳会海外研修報告

「デンマーク・高齢者ケア現地視察研修」

平成２６年９月１４日～２１日

小山在宅介護支援センター　　西林　裕助

コペンハーゲンを見下ろして

「世界一幸福な国」と評されるデンマーク。私は今年度、法人の海外研修制度を利用して、デンマーク視察研修に参加しました。

デンマークは、北欧の小国の一つで、九州程の国土に、約５５０万人の国民（東京都の総人口の約４割）が生活しています。そして、消費税が約25％、所得税の平均が約45％と高納税ですが、学校教育や医療、福祉サービス（障害者や高齢者等）が無料のため、高福祉国家として有名です。

デンマークでは「人が人をケアする」という課題にどう取り組んでいるか。それを知ることが、私の研修テーマでした。そして、視察中の体験から、デンマークは「義務と権利」が明確な国だと感じました。そう感じた、二つのエピソードをご紹介します。

一つ目は、視察先のネストヴェズ市役所で、高齢者サービスの利用手続きについて、市職員から説明を受けた時の話です。デンマークの高齢者は、市職員の査定（ビジテーション）を受けて、市が「必要である」と認めたサービスを利用します。これは、一見、日本の介護保険制度と似ていますが、市が決定したサービスを、高齢者が取捨選択できないことが異なります。

例えば、「デイケアでの歩行リハビリと、ヘルパーでの外出介助」を市が認めたとします。この場合、高齢者は「リハビリはしない。しかし、外出介助は利用する」という選択ができません。

デンマークでは、高齢者にもリハビリの必要性（意義）を認めることが一般的です。「高齢者が積極的にリハビリに取り組むのか？」と私が尋ねると、「多くの高齢者は消極的。しかし、リハビリを拒否すれば、サービスを受ける権利を失うことをよく理解している」と市職員は答え、自信に満ちた表情でこう続けました。「リハビリは、できなかったことをできるようにするための訓練ではない。高齢者がやりたいことを1人でやれるようにするための訓練だ」と。

二つ目は、ネストヴェズ市内の病院で、デンマークの医療について医師から説明を受けた時の話です。デンマークでは、国民には必ず1人、「家庭医」と呼ばれるかかりつけ医（病院）が登録されています。病気になれば、必ず家庭医を受診します。日本のように、患者が受診先を選んだり、複数のかかりつけ医を持つことはできません。

デンマークの医療は急性期医療に重点を置いています。自然治癒が見込める病気に、家庭医は治療の必要性を認めません。例えば、風邪や骨折の疑い程度では、薬の処方や検査を行わないのです。

私は「家庭医が必要性を認めない限り、一切の医療行為が行われないことに不満の声はないか」と尋ねました。すると、医師は「予算があり、患者の希望通りに治療はできない。しかし、命に関わるような病気の際は、資金を気にせずに、最善の治療を受けることができる」と言います。そして「医療の前に、患者自身が病気にならないように予防していることが前提だ」と強調しました。

このように、デンマークでは、自分の生活を守るために自らが努力するのは当然の義務であり、福祉や医療は、生活を豊かにするための権利（手段）の一つとして確立しています。デンマーク国民は、義務教育の時から、自分のことは自分ですることを学びます。そのため、福祉や医療が、自助努力では解決できない場合のセーフティネットに過ぎないことを国民が理解しているのです。

これらの体験から、「人が人をケアする」際には、その国の文化や暮らし（国民性）が影響していることを私は学びました。そして、日本にあってデンマークにはない大切な物に気がつきました。それは、相手に「寄り添う気持ち」です。日本では、サービスの必要性だけでなく、高齢者や患者の気持ちが考慮されます。満足度を高めたり、不安を解消するために、サービス内容を見直し、治療や検査を行うことは、大事なことではないでしょうか。

今回、北欧の地で多くの学びを得ましたが、相手に寄り添うケアの大切さ、日本ならではの良さを実感できたことが何よりの収穫でした。この視察で得た体験を、今後の仕事に活かしてまいります。

高齢者施設のティータイム

品川区立小山在宅サービスセンター「小山の家」の活動内容・取り組み

品川区立小山在宅サービスセンター「小山の家」は、東急目黒線洗足駅近くの閑静な住宅街の一角にある一般の住宅と変わらない構えのデイサービスです。家庭的な雰囲気の中でご利用者一人ひとりが自分らしく生きがいのある生活を送れること、同時に、介護にあたる家族の負担を和らげることを目指しています。

※平成10年開設・認知症対応型通所介護・1日の定員10名
（三徳会ではハード面での違いはありますが、基本的に同様の取り組みを成幸・戸越台・荏原の各在宅サービスセンターでも行っております）

このページは、「品川区・医療と福祉の連携のための意見交換会」でのポスター発表を再構成し、掲載しました。

家庭的な雰囲気の中でなじみの関係を作っていただく

その人らしく生き生きと過ごしていただく

職員ではかないません

皆様ワイワイ共同製作

詩吟、今再び

それぞれの役割を担っていただく

小山の家伝統の糠床

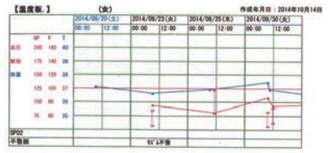
落ち葉はき

乾いたかしら？

お昼の盛り付け

医療との連携

精神科の専門医の協力のもと年に3回
家族を交え懇談会を開催しています。



定期的なカンファレンス

毎月1回ご利用者お一人ひとりについてスタッフが
話し合い、自立支援のための介護計画を検討します。

得意なこと・楽しめることを行い、新しいことにも挑戦！

素晴らしい集中力

やってみたら楽しいわ

お見事です

さまざまなレクリエーション・アクティビティ

春のバスハイク

野菜の出来はどうかな？

近所に外出

施設あれこれ

成幸ホーム

「お正月を満喫」

今年は未年。ホームの新年は年男、年女がお屠蘇の盃を交わすことから始まります。今年はなんと9回目の干支が巡ってきた女性のご利用者がいらっしゃいます。誕生日が来ると108歳のご長寿で、お元気で盃を受け取られていました。ちなみに還暦を2回迎えた120歳は「大還暦」と言うのだそうです。

お正月気分は三が日以降も「七草粥」「鏡開き」「小正月」と続き、伝統のある歳時食も楽しみです。そして、お正月も一段落ついた1月16日に「餅つき」をしました。杵と臼で「よいしょー、よいしょー」という皆様のかけ声が音頭となり、ほかほかのお餅がつきあがりました。こうしてお正月の余韻を感じつつ、早いものでもう節分を迎えました。

戸越台ホーム

「初詣に行きました」

戸越台ホームでは、元旦に戸越八幡神社にお参りに行きます。毎年恒例になり、ご家族もご利用者と一緒にお参りに行くのを楽しみにされています。

神社の入り口付近までは送迎車で行き、参道まで車いすを押していくのですが、段差には悩まされていました。ところが今年は段差解消のスロープが設置されていて、そのうえ、車いす使用者や視覚障害者のお参り優先時間が設けられていました。参道にスムーズに入ることができ、お参りも優先させていただくことができましたので、今年の初詣には30名のご利用者とご家族が行くことができました。

北風が吹く中、心はじんわり暖かくなりました。戸越八幡神社の皆様、地域の皆様ありがとうございました。

荏原ホーム

「日々勉強」

三徳会は、法人全体で様々なテーマの勉強会を定期的に開催していますが、荏原ホームだけでもミニ勉強会を行っています。

今年度は、感染症対策として嘔吐物の処理方法、介護技術のスキルアップとしてオムツの当て方、トロミ調整剤の付け方、移乗機器(リフト)の使用方法等の勉強会を開催して、実際の介護に役立てています。また、館内の設備(防災、警備)に関することも取り組んでいます。

リフトの乗り心地、トロミ調整剤の試飲など、ケアワーカー自身が実体験をして、利用者の気持ちに一歩でも近づけるようにしています。

最近、高齢者介護に関する福祉用具や食品は様々な物が開発されています。用具や食品を正しく使用することにより、利用者にもケアワーカーにも安全で安楽な介護が出来るように日々勉強を行っています。

小山の家

「バトンタッチ」

2015年、未年を迎えました。毎年、小山の家ではその年の干支の飾り物を作っています。昨年は、午の絵に半紙に絵具で色を付けた手作りの紙をちぎって、貼り絵を作りました。年末頃になると、「来年は未年だね～。羊は綿で作るのがいいかな？」と話が持ち上がりました。

早速、絵の上手な方に下絵を描いていただき、今年に入ってからは貼り付け作業！「ここは、この色がいいんじゃない？」と皆様で配色を考え、少しずつ形になってきました。使い古しのハンカチや毛糸、ボンボン、花紙など様々なものを用いて完成しました。

出来上がりはいかがでしょうか？2015年、前途「羊羊」、素敵な年になりますように！

はつらつボランティア

「きっかけは六つの瞳」

荏原ホーム ショートステイ ボランティア
川島 モト 様

今回は荏原ショートステイに月曜日の午後、お話しやレクリエーションのお手伝いをしてくださる川島モト様の紹介です。三つ子のお孫さんを「六つの瞳」と言う表現力豊かな川島様は、日頃は卓球や習字を習い、コーラスやシルバー大学などにも通っているそうです。

ここでボランティアを始めてもう3年たちますね。孫の三つ子が小学校に入り、手がかからなくなったので来ています。区報を見てボランティアセンターの講習を受けて、家から近い所がいいなと、荏原ホームを選びました。

それまでは、調理師免許を持っているので小中学校の給食を作っていました。そこでの生徒たちや三つ子の孫たち等、今まで子どもたちと過ごしていたのですが、いずれ通る自分の未来を考え、「六つの瞳」の手も離れたので、自分のことだけじゃ申し訳ない、年配の方たちと関わっていきたいと思ってこちらを選びました。私自身、小さい時に三世帯の中で育ちました。年配の方たちといるのが自然ですね。

やってみて気が付いたのは、職員のみなさんの笑顔や低姿勢な対応がよくて本当に感動しました。私の活動は1時間ぐらいですが、職員さんは一日8時間、同じことを何度もおっしゃる方がいても、笑顔で対応されていました。私がお話しをしていて困った時は、職員さんの声のかけ方をまねしています。私も年と共に老いていきますが、ここでの活動は健康でいられるありがたさがあり、やっていてよかったなと思っています。楽しく活動しています。

はつらつリハビリ

♪ 足踏み体操 ♪

今回紹介するのは、いすに座ったまま、安全に行なえる、足踏み運動です。運動不足で足腰の筋力が低下すると、血液の流れも滞りがちになり、新陳代謝が悪くなるので、内臓機能が減退するほか、抵抗力も低下してしまいます。

足を動かすと血流が活性化して、脳にも新鮮な血流が十分に行きわたるため、脳の回転が良くなり、骨粗鬆症、転倒防止にも効果が有ります。

継続して行うと、より効果が現れます。朝、昼、晩と各10回ずつ、一日3回行うのが望ましいです。

【やり方】

背中をなるべく伸ばし、右と左の足を交互に軽やかにトントンと踏みしめ足踏みします。簡単ですが、太ももに筋肉がついてきます。

運動後に痛みが出る場合は、回数を減らして下さい。

＊膝や腰に痛みのある方および持病をお持ちの方は医師にご相談の上で行なって下さい。

ホームページがリニューアル

平成26年11月1日に社会福祉法人三徳会のホームページが新しくなりました。爽やかなブルーを基調にし、見やすく充実したサイトになっております。法人の理念や沿革、運営状況、各施設の特色、行事のお知らせ、職員の採用情報等々の情報を発信し、今まで以上にわかりやすく開かれた社会福祉事業の実現を目指してまいります。ぜひ一度ご覧ください。

URLはhttp://www.santokukai.com/です。三徳だよりの表紙にございますQRコードもご活用ください。

※採用情報のページからは、応募書類のダウンロードもできます。職員採用については随時募集しておりますので、ご希望の方はぜひご連絡ください。

私の宝物

荏原在宅サービスセンター　星野　尚平　様

私は、昭和18年2月に東京府大森区洗足で生まれました。父は農水省の役人で、私が生まれてまもなく、茨城県水戸市に転任に。ところが、昭和20年8月2日午前0時頃、水戸も大空襲を受けました。私は両親を失いました。そして、茨城の山奥で祖父母の手で18歳まで育てられたのです。親も兄弟も無く、血の絆の薄い、それは寂しい時代でした。

昭和36年裸一貫上京し、以来54年、妻を娶り、一男一女の子どもにも恵まれ、生きて行くための基盤もでき、62歳で病に倒れましたが、何とか生きていけるのも、家族のお陰です。そこで、寂しい環境で育った「私の宝物」は、家族ですと納めたいところですが、実は家族にも話していない、取って置きの「私の宝物」があるのです。

脳梗塞で前頭葉にダメージを受けた私に、ドクターはリハビリとして一日一句の川柳作りを命じました。毎日作ることはそう簡単ではなく、入院中、新聞でのネタ探しと川柳作りが日課となりました。そして、退院後、顔の記憶もない父が私に残してくれた「自筆の書」があることを思い出したのです。父、星野尚夫(たかお)が昭和13年毎日新聞の公募に応募して特選となった『小国民愛国歌』と言う詩です。これはいわば軍歌ですが、自分が体を壊し、生きる希望も失くして初めて感慨深く読むことができました。この詩から、父の息吹を強く感じ、頑張れ頑張れって言っているように思えてなりません。これからも家族の愛につつまれながら、父への思いを胸に日々前進していきたいと思います。

ひとりごと
―職員リレーエッセイ―

荏原ホーム
ショートステイ
吉原　毅

先日、アリとキノコのユニークな暮らしを追ったテレビ番組を見ました。中米パナマに生息するこのアリは、ジャングルの高さ数十メートルの巨木のてっぺんから、若い葉だけを切り取って巣へ持ち帰ります。この葉っぱを肥料として使い、地下でキノコを栽培しているのです。通常キノコは胞子で増えますが、このキノコは胞子を作らずアリたちの助けを借りて生きています。代わりにアリたちはキノコから栄養を取って生きているのです。

アリとキノコ、一見すると接点の無さそうな両者が「より良く生きる」ために積み重ねてきた歴史と連携に感動を覚えました。

現在、高齢福祉を始めとする地域福祉ネットワークへの関心は公私を問わず高まりを見せています。しかし、同時に問題も山積しています。時には、アリとキノコという意外な組み合わせが示すような、既成の枠にとらわれない柔軟な発想が役立つこともあるのかも知れません。「試してみたら意外と」の代表例は「生ハムメロン」ですが、地域福祉の「アリとキノコ」を探すために、これからも様々な経験を積んで行きたいと考えています。