



【羽茂地区 世代間ふれあい交流会】

うまく巻けるかな!?

■特集 P2~3 目くぼり 気くぼり 心くぼり

編集・発行

社会福祉法人 **佐渡市社会福祉協議会**

佐渡市畑野甲533番地 TEL0259-81-1155 FAX 0259-81-1156

<http://care-net.biz/15/sado-shakyo/>

目くばり気くばり心くばり

～訪問介護事業所の障がい者支援～

たとえ病気や障がいがあっても、住み慣れた地域で暮らしたい。そのために、身のまわりのお手伝いをさせていただく「訪問介護事業」があります。今月号では利用者様にご協力いただき、社協の訪問介護事業についてお伝えします。

今日は千円分

ヘルパー「Aさん、今日の夕食は何にしますか？」

Aさん「豆腐ステーキが食べたいなあ。この豆腐にするよ。」

あと、シメジを1個、奥の物がいいかな。」

ヘルパー「付け合わせに青物はありますか？」

Aさん「ほうれん草か小松菜がいいな。今日は千円分の買い物

なんだ。卵も欲しかったけど、また今度にするよ。」

知的障がいがあるAさん。ひとり暮らしで、週に3日、社協の訪問介護事業を利用されています。この会話は、ヘルパー（訪問介護員）と一緒に近所のスーパーへ買い物に出かけたときのものです。

障がいをもつ方の生活を支える福祉サービスのうち、社協は次の事業を行っています。

●訪問介護事業 ●日常生活自立支援事業 ●成年後見事業

こうして挙げてみると、どれも高齢者向けのイメージが強いかもしれませんが、しかし、人口減少や少子高齢化の進行、世帯の核家族化などの社会状況の変化によって、いずれの事業も年齢を問わず、障がいのある方の利用が増えてきています。



支えるひとの想い

現在、佐渡市内には何かしらの障がいがある方が約4,800名暮らしています。そのうち、社協の訪問介護事業を利用されている方は約70名。ヘルパーがご自宅へ伺い、排泄や入浴の介助のほか、買い物や調理、部屋の掃除などを一緒に行う支援をさせていただいています。

実際に障がいのある方の訪問介護を行っている職員は、このよう

に話します。「障がいは特別な病気ではありません。それぞれの生活のしづらさを理解し、ご自身でできることを増やしていくことが“自立に向けた支援”の大切な点だと思います。また、病気や障がいの名前にとらわれないこと、“〇〇病だから”という先入観をもたないことに気を付けています。私たちが訪問することで孤独感がやわらいだり、生活のリズムができたりすれば、本当に嬉しいです。」

佐渡市内の障がい者数

区 分	18歳未満	18歳以上	合計
身体障がい ※身体障害者手帳保持者	29人	3,382人	3,411人
知的障がい ※療育手帳保持者	54人	492人	546人
精神障がい ※自立支援医療(精神通院医療)受給者			825人

(平成26年4月1日現在)

ヘルパー 「かぼちゃは甘めがお好みでしたね。味見
してもらえますか？」

B さ ん「ちょっと辛いかな～」

ヘルパー 「お砂糖いれましょうか？」

B さ ん「砂糖と、水も足しておいてな。」

ヘルパー 「わかりました。あと、このハムを切って
もらえますか？ Bさんの好きな形にし
てくださいね。キュウリがあるので、酢
の物はどうでしょう？」

B さ ん「酢の物にするなら、わかめも入れてえ
なあ。」



買い物も調理も、ご本人の意思をひとつひとつ確認しながら進めます。適度な距離を置きながらも目くばり心くばりをし、利用者様が何を希望されているのか、何が得意で何が苦手なのかを常に考えながら接すること、そして、小さなサインを見逃さないために、少しの時間でも会話をすることを心がけています。



自分で選ぶ、自分で決める

「私ね、料理を覚えたいんですよ。だって、一人でやらなきゃならないことでしょ？ヘルパーさんに教えてもらいながら何度も自分でやったら、少しずつできるようになったんだよ。」

こう話してくださったCさんは、住み慣れた自宅で暮らすことを選択されました。

私たちは朝起きてから寝るまでの間、さまざまなことを自分で選択して暮らしています。どの服を着るか、何を食べるか、どこへ出かけて誰に会うか。これは、障がいの有無に左右されることではないと思います。生活する場所も同じことで、自宅で暮らすのか施設で暮らすのか、自分で選択できる社会が理想ではないでしょうか。

社協の訪問介護事業所は全部で5箇所。ヘルパーは約130名。「これからも、自宅での生活を選択された方が自分らしく暮らしていくための支えのひとつでありたい。」そう願って、今日も利用者様のご自宅を回っています。

※事業の新規利用には諸手続きが必要になりますが、まずはお近くの事業所へお気軽にお問い合わせください。

社協の各訪問介護事業所一覧

名称	所在地	電話番号
りょうつ訪問介護事業所	春日 1150-20	23-5560
あいかわ訪問介護事業所	相川栄町 21	74-0055
さわた訪問介護事業所	河原田本町 394	57-8142
はたの訪問介護事業所	畑野甲 531-2	81-1621
はもち訪問介護事業所	羽茂本郷 550	88-3838



暮らしやすい地域であるためには、お互いを“知る”ことがはじめの一步。そこから思いやりが生まれ、支えあって暮らすことのできる地域づくりへとつながっていくと考えます。社協は基本理念「誰もが安心して暮らすことができる福祉のまちづくりを推進します」のもと、この社協だよりでも障がい者福祉団体の方々を紹介するなどし、理解を深められるように努めていきます。



ご寄付ありがとうございました

平成27年2月1日～2月28日(受付順)

次の方々より、心あたたまる善意をお寄せいただきました。

お寄せいただいた金品は、地域福祉活動に役立たせていただきます。

《本所》

佐渡連合婦人会 様

タオル210枚

《佐和田支所》

中川 らん子 様 (中原)

ハブラシ30本

匿名

タオル30枚

匿名

衣類、介護用品 他

内田商店 様

956円

岩下 彰顕 様 (橘) 古着、ペットボトルキャップ他

《畑野支所》

匿名

紙パンツ

《両津支所》

匿名

紙オムツ

坂 睦子 様 (両津夷)

10,000円、カラータオル1ダース

故 菊池 要 様 (姥)

100,000円

故 菊池 テル 様 (両津福浦)

100,000円、オムツ、尿とりパット

《羽茂支所》

田川 和信 様 (小木町)

電気かみそり

故 金子 ユキ 様 (真浦)

入浴介助用イス 2脚

なるほど!

介護の知恵袋

介護に関するお知らせや、介護をする際のちょっとしたコツなど、みなさんが日頃の暮らしの中で活用できる身近な情報を掲載していきます。



もれない工夫の合言葉

「脱!ズレ、脱!たるみ、脱!すき間」



高齢者の方にオムツをきちんとあてるのは、介護のプロにとってもなかなか難しいものです。身体に動かしにくい箇所があれば、なおさらです。オムツやパットは使い方によって機能が大きく左右されますので、正しく使って、介護する方・される方の負担を少しでも小さくできるようにしましょう。

☆ずり落ちは天敵☆

オムツがずり落ちると、背中やおしり、股間などに“すき間”や“たるみ”ができてしまいます。この状態では、背中のすき間からもれたり、尿もれ防止ギャザーが活かされずに太もも周りからもれやすくなります。

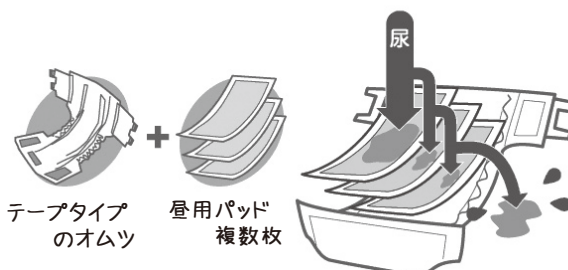
また、股間部分のオムツが肌から離れることによって、オムツの吸収機能や保水機能が十分に活かされず、もれにつながってしまいます。

ずり落ちを防ぐためには、身体の状態や体型、性別などに合ったオムツを選ぶようにしましょう。



☆重ね使用は逆効果☆

一見、効果的に思えるパットの重ね使用ですが、実は吸収機能の補強にはほとんどなりません。逆に、パットの重なりで“すき間”ができ、横などにもれることが多くなります。



ただし、拘縮（こうしゅく筋肉が固まっている状態）があって足が曲げられない、伸ばせない方や、ふくよかな方が横向きに寝る場合は、おなかや足の肌の溝に尿が入り込んで流れ出てしまうことがあります。こうした箇所にもう1枚パットをあてて、尿の流れを防ぐ使い方には効果があります。

発見！発掘！ボランティア

voluntya
topics

メッセンジャーナースとして、 佐渡の地で

小田 直美（佐和田地区出身）

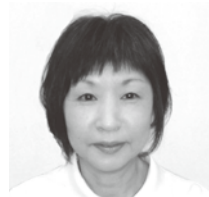
今、私は新潟で看護師として働いています。佐渡に帰り父と話をするたびに、看護師として何かできないかな～と思っていました。その頃、丁度「メッセンジャーナース」の認定を取得できたので、これを活かすことにしました。「メッセンジャーナース」は、医療の受け手と担い手の“かけ橋”として活動します。この活動の一環として佐渡で始めたのが、健康相談と市民講座です。

医師から病状や治療の説明を聞いた時に、不安や疑問を抱いたり、判断をせまられ悩んだことはありませんか？もっと分かりやすく聴きたい、自分の気持ちを整理して医療者に伝えたい、そう思ったことはありませんか？健康相談では、医療におけるいろいろな悩みを聞きます。相談日は4月～10月の土曜日、月に1～2回を計画しています。

そして、今年の市民講座は5月末に“在宅でできるオイルマッサージ”、6月頃に“在宅における感染予防”の開催を予定しています。みなさん、ぜひ、お越しください。

また、老人会・地域の集会などのお仲間に入れていただき、“延命・胃^{ろう}瘻”“意思表示”などについて、みんなで思っていることや考えていることをワイワイガヤガヤ、話し合う機会を持てたらいいな～と考えています。お声がけをお願いします。

※お問い合わせは、ボランティアセンター（81-1155）まで。



どんどん☆ボランちゃ

毎日元気にがんばるボランティアさん
＝ボランちゃの星のようにキラキラ輝くを
どんどん紹介するコーナーです。

今月のボランちゃは、
金井郵便局のみなさんです。
(企業ボラ Vol.3)

私たち金井郵便局は、現在窓口ライン13名、郵便ライン11名、合計24名でボランティア活動に取り組んでいます。地域とのつながりを深めるために、また地域で勤めさせていただくその感謝を「カタチ」に、そして社員の一層のレベルアップのために、ボランティアの必要性を全社員の総意とし、ボランティア登録を行い現在に至っています。

敬老会の準備・交流、24時間テレビ募金活動、社協まつりの準備・参加など、休日を活用して可能な限りのお手伝いをさせていただいています。この活動を通して、地域のみなさまからのお声をかけていただく機会も増え、また私たち社員のボランティア意識の醸成にもつながっています。これからも私たち金井郵便局は、マンパワー、ネットワークを活用し、積極的にボランティア活動に参画し、地域になくってはならない郵便局へと成長し続けたいと思っております。



金井郵便局長 本間 浩人

平成28年度地域福祉活動事業費の助成団体を募集します

平成27年度赤い羽根共同募金を財源として、平成28年度に佐渡市内で地域福祉推進のために活動する団体の事業を支援します



助成対象団体

- 社会福祉法人 ●地域団体（自治会等） ●学校
- NPO法人 ●福祉団体 ●ボランティア団体 など

助成対象事業

地域福祉を目的として、佐渡市内で実施する事業（平成28年度に実施・完了する事業）

- 高齢者の地域生活を支えるための活動
- 障がい者の就労と地域生活を支えるための活動
- 子どもの生活と子育てを支援するための活動
- その他緊急的な福祉課題を解決するための活動（防災など）

※人件費・報酬・高額なOA機器の整備等、対象外事業があります。詳しくは要項をご覧ください。

助成金額

1団体上限10万円で、事業費総額の90%以内

※団体の規模・事業内容により上限額を変更する場合があります。

募集期間・応募方法

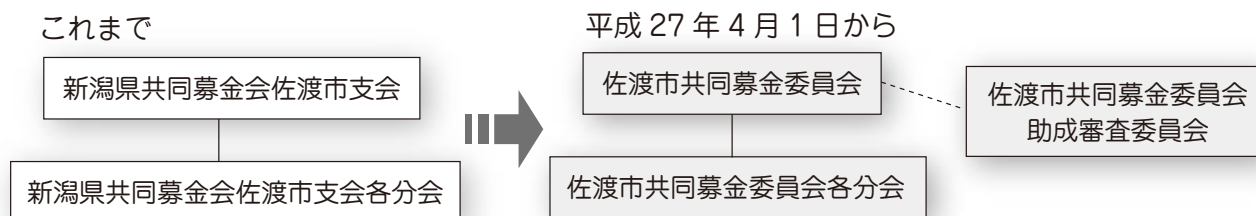
募集期間：平成27年4月1日（水）～5月15日（金）

応募方法：申請用紙に必要事項を記入し、提出してください。

※申請用紙並びに募集要項は各地区の共同募金会窓口（社会福祉協議会各支所・地域センター内）または社協のホームページからもダウンロードできます。

平成27年4月1日から 共同募金の名称が変わります

全国的に募金実績が減少している中、より市民に開かれた身近な募金となるため中央共同募金会、各都道府県の共同募金会では「**地域をつくる市民を応援する共同募金への転換**」を目指し、改革を進めています。佐渡市支会においても市民のみなさんに、より一層共同募金に参加、協力していただくため、分かりやすく地域に密着した名称に変更することになりました。



※事務局の所在地、連絡先等の変更はありません。

お問合せ

新潟県共同募金会佐渡市支会（佐渡市社会福祉協議会本所内）

佐渡市畑野甲533番地 TEL: 81-1155 FAX: 81-1156
ホームページ <http://care-net.biz/15/sado-shakyo>

情報掲示板

4月開催 心配ごと相談

生活の様々な心配ごとや困りごとを気軽に相談できる窓口、「心配ごと相談」を開催しています。

お住まいの地区以外での相談もできますので、ぜひご利用ください。秘密は守られます。

地区	相談日	時間	会場
両津	2日(木)・13日(月)・23日(木)	13:00～16:00	両津福祉センターしゃくなげ
	7日(火)	18:00～20:00	
相川	3日(金)・10日(金)・16日(木)・23日(木)	9:00～12:00	ワイドブルーあいかわ
佐和田	27日(月)		佐渡中央会館
新穂	6日(月)		新穂行政サービスセンター
真野	6日(月)		真野老人福祉センター寿楽荘
松ヶ崎	10日(金)		松ヶ崎総合センター
羽茂	8日(水)	13:30～16:30	羽茂農村環境改善センター

弁護士による無料法律相談

【両津地区】

◆日 時：4月24日(金)

10:00～15:00

◆場 所：両津福祉センターしゃくなげ

◆予約電話番号：23-5500

(社協両津支所)

◆定 員：8名

◇新潟県弁護士会の協力を得て、借金問題や相続問題、交通事故、不動産取引などの法律相談に弁護士が応じます。

事前に予約が必要ですので、開催日の一週間前までにお電話ください。

秘密は守られます。

今月の クローズ アップ Close Up 福祉関係の団体を紹介します

研修会の様子



佐渡市身体障がい者福祉協議会 事務局
Tel 57-8141 (佐渡市社協佐和田支所内)

佐渡市身体障がい者福祉協議会

佐渡市身体障がい者福祉協議会は、島内に住む障がい者の方が安心して地域で暮らしていけるよう活動しています。

主な活動としては、障がい福祉に関する情報提供や親睦のための研修会、交流と体力づくりを兼ねて行うニュースポーツを楽しむ会、仲間づくりの場にもなる体育大会などがあります。

仲間同士、共に支えあい活動しています。身体障害者手帳をお持ちの方、障がい者の住みよい地域づくりのために、入会して一緒に活動しませんか？会員一同、お待ちしております。

★末年の皆さんの趣味や楽しみ、健康の秘訣を教えます★

輝く島の ひつじ年さん



末年の年男・年女のご紹介です！
自薦・他薦問わず情報お待ちしております！！



やなか
屋仲 トシさん
しもにいぼ
(新穂地区 下新穂)
昭和6年生まれ

土いじりが好きで主に畑仕事をしています。新しい野菜作りに挑戦もしています。いろんな野菜を作って、たくさん食べること、サロンに参加しお風呂に入って、裸の付き合いをした皆さんと手芸や運動、脳トレやお話し等して楽しく過ごすのが元気の秘訣です。



わたなべ
渡部 ミサオさん
みなみしんぼ
(赤泊地区 南新保)
昭和6年生まれ

ぞうり作りを長く続けています。ぞうり作りは両手両足を使うので全身運動にもなりますし、贈ることで周りからも喜ばれているので、生涯続けていきたいと思っています。家中の古着を全部ぞうりに使い切ることが今の目標です。他にも旅行や生け花、踊りも好きですが、何よりも夫婦円満でいることが元気の源です。

いっただきま〜す♪元気ランチ デイサービスセンターの昼食を紹介します



献立

- 海老フライ タルタルソースがけ
- ほうれん草と白菜の胡麻和え
- ご飯
- 野菜白味噌スープ
- バナナ
- ハートのチョコプリン

栄養士より

サクサクとした衣が美味しい海老フライですが、年齢とともに噛む・飲み込む機能が低下し、食べづらくなります。マヨネーズを使ったタルタルソースをかけることで、衣がしっとりとして、噛みやすく、飲み込みやすくなります。

【タルタルソースの作り方】

ゆで卵、らっきょう、パセリのみじん切りをマヨネーズと塩コショウで和えます。らっきょうの甘みとマヨネーズの酸味が食欲をそそります。

表紙の紹介

2月8日に羽茂農村環境改善センターにて『羽茂地区世代間ふれあい交流会』を行いました。午前には飾り巻き寿司と太巻き作りを行い、午後はお手玉や福笑い、おはじきなどの昔遊びで、子どもからお年寄りまでみんなで楽しく交流しました。



温泉施設の返還に関するお知らせ

ワイドブルーあいかわ、金井温泉金北の里、新穂湯上温泉、畑野温泉松泉閣の4施設は、3月末をもって佐渡市へ返還いたします。これまでのご愛顧に心より感謝申し上げます。ありがとうございました。

