



りんご箱

ケアセンター成瀬住民の会だより 第89号

2011年(平成23年)2月 発行:住民の会広報委員会 電話:729-0617 発行責任者 武末 孝

新年を迎えて

—ケアセンター成瀬の大改修について—

住民の会 会長 塚本誠子

私たちの住む関東地方は、快晴の空のもと2011年の新たな年を迎えることが出来ました。

それにひきかえ日本海側の地方は、記録的な豪雪の日が続き、さらに九州では新燃岳の大噴火などが起こり大きな被害に遭われました。心からお見舞い申し上げます。

今年に入って創和会から住民の会に、ケアセンター成瀬の施設大改造の決定的な話が提示されました。

赤字続きであったショートステイを廃止し、特別養護施設に変更のこと、建設資金のこと、その他具体的な説明がありました。

創和会の経営状態については私たちも大変気掛かりでしたが、ボランティアで支援することを続けてまいりました。

「住民の会」発足当時から、地域の中に高齢者のための福祉施設をという住民の強い希望があり、ボランティアで支えて行くという

気運に燃え、2年後にやって来た介護保険事業にも対応して、各行事・会報発行・その他、出来得る限りの努力をして来りました。

昨年の春「住民の会あり方検討委員会」を発展的解消し、「運営協議委員会」を設けて住民の会の方

向及び充実に向け、一歩前進することにした矢先の創和会からの提案でした。

住民の会としても検討しなければならぬ重要なことが出て来

町田市やこの周辺の施設の状況その他について、小竹事務局長から次ページに詳しい説明があります。当面、住民の会事務所の移動が問題になりますが、これからも皆様のご協力を宜しくお願いいたします。



ケアセンター成瀬住民の会

平成23年度 通常総会のご案内

日時 平成23年4月24日(日)
午前10時~12時
場所 ケアセンター成瀬
地下ホール

(詳細は次号でお知らせします)

りんご箱89号目次

*新年を迎えて … P1

*「ケアセンター成瀬」大改修に伴う事務所移動について … P2

*新春交流会開催される … P3

*シリーズ介護技術講座第十八回

「楽しい仕事術」 … P4 P5

*創和会通信

リニューアルされる
ケアセンター成瀬

*NPOアップルサービ
ス … P6

甘酒サービ
ス … P6

*生きる
阪神大震災を経験して
「山垣淑子さん」 … P7

… P7

*成瀬台中学生、ケアセン
ター成瀬で職場体験

*ダンケムジークの会
第45回コンサート … P8

「ケアセンター成瀬」大改修に伴う 住民の会事務所移動について

事務局長 小竹金次

昨年9月、社会福祉法人創和会より住民の会に「ケアセンター成瀬は平成24年3月までにショートステイ部門を廃止し、小規模特別養護老人ホーム(20床・ユニット型)に変更されることになり準備をすすめています。町田市が小規模特

た。そのため平成22年度・23年度の2ヶ年で特養ホーム16万床(全国で)を増築すべく特養ホーム建設補助金を1床200万円から350万円に増額しました。そうした国の増設方針により特養ホーム建設がすすんでいきます。特に用地確保が安価な市街化調整区域のある青葉区でさらに、こども

床のショートステイが完成し事業開始になります。このように平成24年度ケアセンター成瀬の経営環境は激変します。大変厳しい状況の上にさらに苛烈な条件が加わることが容易に予測されます。

別養護老人ホーム(20床・ユニット型)に変更されることになり準備をすすめています。町田市が小規模特養ホーム(29床以下)の設置者を募集していることから10月に応募し、その後の審査の後、平成23年1月に決定します」との説明がありました。

ある青葉区でさらに、こどもも国入り口右隣に特養ホーム「創生園 青葉」(200床)が建設され本年2月1日オープンしました。

そのため社会福祉法人創和会はケアセンター成瀬を公的補助金など活用し2階部分を全面改築し20床の小規模特養ホームにするものになったものです。

変更の理由は、ケアセンター成瀬のショートステイは11床で介護保険法の基準(20床以上)に合っていない。しかし、設置した経過と事情により町田市の特例介護事業として市民のみの利用施設として経営されてきました。小規模(11床)・特定利用者(町田市民のみ)は介護事業として収益上大きな重荷となってい

東京都も国の制度を活用し約1200床を増設することになり、その内、町田市は平成24年3月までに6ヶ所(600床)の新たな特養ホーム建設計画がすすんでいます。近くでは、成瀬会館跡地に特養ホーム「まちだ正吉苑(仮称)」(90床)・高ヶ坂幼稚園跡地に特養ホーム「高ヶ坂ひかり苑」(80床)が建設中です。それら各特養ホームの床数の10%はショートステイとして利用されます。つまり来年3月までにケアセンター成瀬周辺には数十

階の職員更衣室は1階に、など各階も大きく変更されます。1階は事務所エリアが約2倍になり職員更衣室・会議室が新しく設置される予定です。

変更に伴う住民の会の事務所も移動することになります。新しい場所については創和会と検討しています。事務所問題は当会にとつて極めて大切な問題であることから昨年9月の役員会で「運営協議委員会

以上の経過により住民の会の事務所も移動することになります。新しい場所については創和会と検討しています。事務所問題は当会にとつて極めて大切な問題であることから昨年9月の役員会で「運営協議委員会

で検討する」ことを確認しました。運営協議委員会は昨年10月・12月の2回開

国は、平成21年度まで特養ホームの建設を抑制していました。しかし、特養ホーム利用希望待機者は全国で42万人(厚労省老健局・高齢支援課調査・平成21年12月現在)に達し極めて要望の多いことが分かりまし

「運営協議委員会」(90床)・高ヶ坂幼稚園跡地に特養ホーム「高ヶ坂ひかり苑」(80床)が建設中です。それら各特養ホームの床数の10%はショートステイとして利用されます。つまり来年3月までにケアセンター成瀬周辺には数十

催し、事務所問題を協議し創和会側と話し合っています。本年2月も開催する予定です。

益上大きな重荷となってい

催し、事務所問題を協議し創和会側と話し合っています。本年2月も開催する予定です。

催し、事務所問題を協議し創和会側と話し合っています。本年2月も開催する予定です。

【暖】の運営に関して「東京都の指導もあり高齢者サービスセンターの用途にふさわしい」利用内容に変更されることになりました。

活動報告

役員会
・1/25 定例会

事務局
・1/4 連絡会議
NPOアップルサービス
・2/19 運営委員会
行事委員会
・1/8 定例委員会
1/16 新春交流会
広報委員会
・1/19 編集会議、31原稿
べ切、2/9 校正、18印刷
ボランティアグループ
・園芸美化グループ
花壇の手入れ水遣りなど

新春交流会 開催される



1月16日(日) ケアセンター成瀬地下ホールで恒例の新春交流会が開かれた。
心のこもったご馳走を頂きながらおしゃべりに花を咲かせ、おめでたい踊り、典雅な
琴とヴィオラの演奏、消えたお札の行方が気になる愉快的マジック、豪華景品が当た
るビンゴゲーム等々を賑やかに楽しむうちにあっという間の2時間が過ぎた。



シリーズ介護技術講座
第十八回 楽しい仕事術

今回は昨年5月20日に行われた、「楽しい仕事術」についてご紹介します。講師はケアセンター成瀬看護師の与那覇紀子、中村美保さんでした。

研修内容

- ① 仕事を楽しんでどんな時?
- ② 楽しませる相手は誰?
- ③ 一人で働いているのではない。チームワークが大切

- 仕事を楽しんでどんな時?
- * 利用者が喜んで下さっている時
- * 笑顔がみられた時
- * 利用者との意志の疎通ができた時(良いコミュニケーションが取れた時)
- * スタッフ間でチームワークが取れ、仕事がスムーズにできた時(お互いの足りないところを「あ・うんの呼吸」で補えた)
- * 利用者が「あなたがいて

くれて良かったわ」と言ってくれた時
楽しませる相手は誰?

利用者ご自身
「今日もここに来て本当に良かった。楽しかった」と思ってください。

これが我々の仕事の全面ではないか。

利用者への介護サービスの向上は「己を知る」「他人を知る」「チームワークへの向上」に繋げる。

まず、自己を知る。自分が今どんな気持ち、態度、言葉で利用者と向き合っているか。

体験学習

- ① 喜ばれる言葉と嫌われる言葉とは
- ② エゴグラムテスト(自己分析)

喜ばれる言葉と嫌われる言葉

喜ばれる言葉の特徴
(個人に対して)

* 相手の立場に立った言葉

「何か」用はないですか」

* 本人が短所と思っているような所を長所としてとらえた言葉

「それで充分ですよ」

* 本人がこういうことが大切と思っていることに同調していける言葉

「ゆっくり召し上がってください」

* 否定せず、肯定した言葉

「とても素敵ですよ」
(グループでは)

* 心配してくれる言葉、労働言葉

「大丈夫ですか?」

* 相手が喜ぶ言葉

* 明るい言葉・相手を褒める言葉

* 自分の考えが述べられる質問式の言葉

* 認められる言葉

* 思いやり、親しみを込めた言葉

(全体では)

* 分かり易い言葉

* ゆっくり話す

* 声のトーン

* 思いやり、親しみを込める言葉

* 笑顔で話す

* 周囲の雰囲気を読み取る

り、同調する

嫌われる言葉の特徴
(個人に対して)

* 命令口調

「早く食べてください」

* 相手の立場を考えず、自分の感情のままに発する言葉

「早く脱いで下さい、寒いですよ」

* 相手の短所だけを捉える言葉

* 相手を否定した言葉

「勝手に動き回らずおとなしくしてて」
(グループでは)

* 相手が何か言う前に「えー?」とせかす言葉

* 周りが暗くなる話題

* 理屈を押し付けられる言葉

「それがどうしたの?」

* 汚い言葉

「元氣ないですね」「疲れていますか?」

* 自尊心を傷つける言葉

「のんきでいいわね。いいご身分ね。またトイレ?」

* 自分の物差しで物を言う言葉

「そうじゃないと思うけど:」

(全体では)

* 子供扱いする言葉

「それ取ってちょうだい」

* 暗いトーン of 言葉

* 「ハイハイ」と重ねた言葉

* 声小さく、早口

* 慇懃無礼(いんぎんぶれい) 高ぶって偉そうな言葉

* 自分の物差しで物を言う

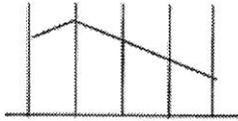
「こうじゃないの?」

エゴグラム・テスト

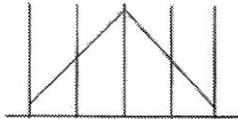
チェックシートで自己採点を行い、点数を折れ線グラフに表し、その形によって自分を次の10種類のタイプに分けます。皆さんも次ページで体験してみませんか?

- ① 円満タイプ
- ② 合理的タイプ
- ③ 自己犠牲タイプ
- ④ 自己主張タイプ
- ⑤ 葛藤タイプ
- ⑥ かんしゃくタイプ
- ⑦ 苦悩タイプ
- ⑧ 明朗タイプ
- ⑨ ワンマンタイプ
- ⑩ 人頼みタイプ

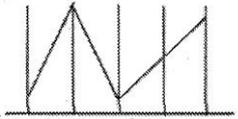
① 円満タイプ



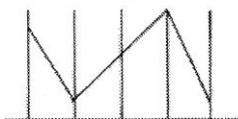
② 合理的タイプ



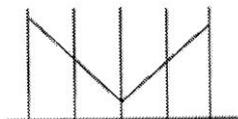
③ 自己犠牲タイプ



④ 自己主張タイプ



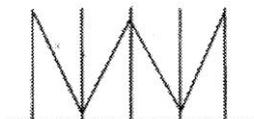
⑤ 葛藤タイプ



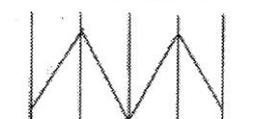
⑥ かんしゃくタイプ



⑦ 苦悩タイプ



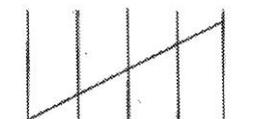
⑧ 明朗タイプ



⑨ ワンマンタイプ



⑩ 人頼みタイプ



CP NP A FC AC

はい(O)2点・どちらでもない(△)1点・いいえ(X)0点で採点してください。

	評価	点数	合計
C P : 父 親 の 心	人の言葉をさえぎって、自分の考えを述べることがありますか		
	他人を厳しく非難する方ですか		
	待ち合わせの時間を厳守しますか		
	理想を持って、その実現に努力しますか		
	社会の規則・倫理・道徳などを重視しますか		
	責任感を強く人に要求しますか		
	小さな不正でも、いい加減にしない方ですか		
	弟妹や後輩(子どもや部下)を厳しく教育しますか		
	権利を主張する前に、義務を果たしますか		
	「…するべきだ」「…しなければならない」という言い方をよくしますか		
N P : 母 親 の 心	他人に対して、思いやりの気持ちが強いほうですか		
	人として温かさを重視しますか		
	相手の長所によく気がつくほうですか		
	他人から頼まれたらイヤとは言えない方ですか		
	他人や子どもの世話をするのが好きですか		
	融通が利く方ですか		
	弟妹や後輩(子どもや部下)の失敗に寛大ですか		
	相手の話に耳を傾け、共感する方ですか		
	料理・掃除・洗濯などが好きな方ですか		
	ボランティアなどに参加することが好きな方ですか		
A : 大 人 の 心	損得まで考えて、行動する方ですか		
	会話で感情的になることは少ないですか		
	物事を分析的に良く考えてから決めますか		
	他人の意見は賛否両論をよく聞き参考にしますか		
	何事も事実に基づいて判断しますか		
	情緒的というよりむしろ理論的な方ですか		
	物事の決断を苦勞せずに、素早くできますか		
	能率的にテキパキと仕事や勉強を片付けて行く方ですか		
	先(将来)のことを冷静に予測して、行動しますか		
	身体の調子が悪い時は慎重になって無理を避けますか		
F C : 自 由 な 子 供 の 心	自分を我儘だと思いませんか		
	好奇心が強いほうですか		
	娯楽や食べ物を満足するまで求めますか		
	言いたいことを遠慮なく言ってしまう方ですか		
	欲しいものは手に入れないと気がすまない方ですか		
	「わあー」「すごい」「へー」などと感嘆詞を良く使いますか		
	直感で判断する方ですか		
	調子にのると度をこし、羽目を外してしまう方ですか		
	怒りっぽい方ですか		
	涙もろい方ですか		
A C : 従 順 な 子 供 の 心	思っていることを口に出せない方ですか		
	人から気に入られたいと思いませんか		
	遠慮がちで消極的なほうですか		
	自分の考えを通すより、妥協することが多いですか		
	他人の顔色や言うことが気になりますか		
	辛い時は我慢してしまう方ですか		
	他人の期待に応えようと過剰な努力をしますか		
	感情を抑えてしまう方ですか		
	劣等感が強い方ですか		
	現在「自分らしい自分、本当の自分」から離れているように思いませんか		

エゴグラム

右のエゴグラムを使って自分のグラフを作ってみましょう。
あなたはどのタイプになりましたか？ (文責・山岸)

	CP	NP	A	FC	AC
20					
18					
16					
14					
12					
10					
8					
6					
4					
2					

住民の会をはじめとする地域の皆様には、日頃から創和会の運営について多大なご支援を賜り誠にありがとうございます。

本会は平成8年4月にケアセンター成瀬を開設し、15年を迎えようとしています。

通信和創
リニューアルされる
ケアセンター成瀬
施設長 川尻 勝臣

さて、皆様もご存じのように、当施設が立地する成瀬台は町田市内の中でも高齢化の進行が早く、一部の地域では既に40%近い高齢化率になっています。それに伴い重度の要介護者や認知症の利用者、さらには

ます。その後徐々に事業を拡大しながら、通所介護・短期入所・訪問介護・居宅介護支援・地域包括支援センターの5事業を展開し現在に至っております。

入居待機者が多いこともあり、やむなく住み慣れた生活圏を離れ、遠くの施設等へ入居される場合も少なくありません。

そうした環境下において、当法人が今後地域住民から期待されている役割は、たとえ中重度の介護が必要な状態になったとしても、可能な限り長く住み慣れた地域の中で安心して、「その人らしく」「普通の暮らし」が出来るような「地域包括ケア」の実現であると思っております。

また、介護者の中には、まだ介護したい気持ちがあっても、自身の体力低下から施設入居に踏み切らざるを得ない場合もあり、身近

な地域内に通いやすいホームがあれば専門の介護職とともに可能な範囲で介護を継続することも出来ます。

これらを受けて、当法人としても、地域の中に在宅支援だけでなく、長期入所拠点の必要性を年々感じてきたところですが、この度町田市から地域密着型特別養護老人ホーム整備事業者として正式に選考されたことから、23年度の新規事業として全室個室で20床のユニット型ホームを開設する予定です。

また、これに伴い、浴室をはじめとするデイサービスエリアの大規模改修も同時に実施致します。工事は九月頃から予定しており、期間中ご不便をおかけしますが、リニューアルされるケアセンター成瀬をどうぞご期待下さい。



NPOアップルサービス

どんど焼きで甘酒サービス!

お正月気分もまだ残る1月9日、成瀬台小、成瀬中央小の校庭で、どんど焼きが行われました。当日は朝から穏やかな、まさにどんど焼き日和。早くから松飾りを手に、地域の人達が集まっています。

校庭中央には地区委員会で組み立てた松飾り等が燃え上がり、一隅には大きなお釜を載せたかまど、懐かしい臼と杵。お餅つきの雰囲気です。ケアセンター成瀬住民の会、NPOアップルサービスでは毎年手作りの甘酒を提供しています。前日より仕込み、当日秘伝の味を会場へ届け、地域の皆さんに大好評で長蛇の列には嬉しく思いました。

「美味しかったのでもう一杯いただけますか?」恥ずかしそうに紙コップを差し出す高齢のご夫妻。こんな微笑ましい一コマもありました。

今年も良い年であり、ますように祈りつつ、そして昔からの風習を地域の人達とずっと大事に伝えたいと思う一日でした。(島峯紀子)



阪神淡路大震災が起きてから16年が過ぎた。

毎年1月にはテレビでも特集番組が放送され、地震後の悲惨な映像は私達の記憶から消えることがない。

特に、将来大地震の発生が心配される関東に住む我々にとつて、関西の大惨事は決して他人事とは思えない。

成瀬2丁目に住居の山垣淑子さんは震災当時、兵庫県西宮市に住んでおられて被災された。

幸い、ご家族ともども怪我などの被害はなかったが住居内部はめちゃくちゃになり、震災後の混乱の中でいくつもの苦労を経験なさった。

今回、「りんご箱」読者の皆さんの参考になればと思いい、その時の経験を文章にまとめていただいた。

* * *

私は平成7年1月17日に、西宮市で阪神淡路大震災を経験しました。

この大地震では、皆さんご存じのように淡路島・神戸市・西宮市・芦屋市など

が震度7の激しい揺れに見舞われました。

お亡くなりになった方は六千四百三十四人となり、重症・軽傷の方は四万三千七百九十二人と、多くの方が被害を受けました。

私たちは、尊い犠牲者の死を無駄にせず、阪神淡路大震災の教訓を生かすことが大切だと思います。

生きる

「阪神淡路大震災を
経験して」
山垣 淑子 さん



食器戸棚が倒れて全ての食器が割れてしまいました。

電子レンジが1メートルも飛び、使用不可能になりました。

炊飯器はさかさまになり、中のご飯が飛び散っていました。

当時は、落下物による青あざを作った人が身近にくさいました。

ベッドの脚元の台に乗せていたテレビがお腹の上に乗せて飛んできた人や、天袋のものが飛び出してきて怪我をした人、タンスに挟まれた人など、思いもよらない家具や物によって怪我をした人が大勢でした。

また、慌てて飛び出して室内のガラス片で足を怪我した人もたくさんいました。
寝室にはスリッパなどの履物があると良いと思います。

震災に備えて用意しておきたい物

すぐに持ち出す物	<ul style="list-style-type: none"> ・常備薬 ・眼鏡
枕元にあると便利な物	<ul style="list-style-type: none"> ・懐中電灯 (手動充電式が良い) ・スリッパ ・ラジオ ・10円玉・100円玉などの小銭 (コインランドリーや自販機で使う)
備えておくと便利な物	<ul style="list-style-type: none"> ・非常食 ・水を入れるタンク ・キャリーカー (写真 左) ・卓上コンロ ・ガスボンベ ・軍手 ・ドライシャンプー ・清拭剤 ・ポリラップ (食器に被せて使える) ・タオル類 ・古タオル・古シーツなど



(水を入れた重いタンクを運ぶ時などに重宝する)

亡くなった方々の死因を調べると、8割以上の方が建物の倒壊や家具類の転倒による圧死です。

何よりも大切なことは皆さん自身を守るために、家具転倒防止器具を取り付けることです。

大震災経験者として、皆様にどうしてもお伝えしたいことは次の3つです。

1つ目は、慌てず**火の始末**をする事です。

2つ目は、自分の家から死傷者を出さない**事前の備え**をすることです。

それは、**家具転倒防止器具の取り付けや、危険個所の確認**をすることから始まります。

3つ目は、**自分の家族・隣人・町は自分たちで守る**ということなのです。

万が一地震が来ても被害が最小限にとどまるよう心から祈っています。

成瀬台中学生、ケアセンター成瀬で職場体験!



今年も、課外授業の一環で、成瀬台中学生がケアセンター成瀬にやってきた。ショートステイのフロアで、成瀬台中学生2年生の嶋君と金野君が、おばあちゃん達と「七並べ」の対決中だった。男子中学生はとても恥ずかしがりやなのか、あまり声が出ない。でも、利用者の皆さんと一緒にトランプを並べ、楽しくゲームに参加していた。「孫くらいかしらね?いや、ひ孫だよ」と、7人のお年寄りに囲まれて、益々、恥ずかしげな二人だった。中学生が加わることでフロアは若やいだ雰囲気になっていた。

地下のデイサービスでは高寺さんと星さんの二人の女子中学生がお手伝いしていた。

「お年よりと接してはどうですか?」

「普段、接する機会がないので、時代が違うというかわかなくて、難しいです。だから聞くことだけしかできないです。でも、皆さん、知識がいっぱいあるので、お話を聞くのは楽しいし、勉強になります。」

「介護の仕事はどう思いますか?」

「若い人が少なくなっているから、これから社会の中でお年寄りを若い人が支えなきゃならないと思います。大事な仕事だと思います。」

何とも頼もしい答えが返ってきて、嬉しくなった。中学生の職場体験は5日間だけだが、介護の仕事を少しでも体験してもらえたのはよかったと思う。

会費納入のお願い

平成22年度会費未納の方は下記の方法で納入をお願いします

1 住民の会事務局窓口 (下記時間帯 受付)

2 郵便振込
記号: 00120-7-725131
名義: ケアセンター成瀬住民の会
※ご一報くだされば集金に伺います。

ケアセンター成瀬住民の会事務局
(入り口はゆりの木会館側です)
住所 町田市成瀬台3-24-1
電話・Fax 042-729-0617
ホームページアドレス

<http://ccnj.com>

受付時間 月曜日～土曜日
10:00～16:30
(日曜日・祝日は休み)

ダンケムジークの会 第45回コンサート

春のうたごえ～オーボエとともに

一出 演—

- ♪オーボエ: 廣木 睡
- ♪フルート: 畑野 美紀子
- ♪ピアノ: 廣木 志保
- ♪女声合唱: レルヘンコール

3月13日(日)

午後2時～4時

ケアセンター成瀬地下ホール



*チケット700円(飲み物付き)
チケットは住民の会で販売中

これからの催し物(予定)

★きらく会
3/12、26 ゆりの木会館
手話ダンス
2/28、3/7、14、28
ゆりの木会館

★資源回収(毎月第4月曜)
2/28、3/28

編集後記

ケアセンター成瀬が開設されて14年経った。「ケアセンター成瀬支援住民の会」として発足した会は、「ケアセンター成瀬住民の会」と名を変え、今日に至っている。今年、ケアセンター成瀬が大きく姿を変えようとしている。それに対して住民の会はどの様に対応していくのか、これから、住民の会はどうあるべきなのか、を考える時が来ているのではないだろうか。原点に立ち返って考えてみて、特別養護老人ホームとなるケアセンター成瀬にどんな支援ができるのか、会員の皆さまお一人一人のご意見を伺いたいものだ。