

あるヘルパーの独り言

私は、あすかに来てから介護という仕事に対しての考え方がガラリと変わったのを実感しています。それと共に、自分の良い所、悪い所を改めて考えさせられる出来事がありました。

ある日、事務所で「今日はこんな事があった」と話をしていました。私は、「〇〇さん宅の庭にクジャクがいたんです！あれは絶対クジャクです！」と自信満々に言いました。すると、私が予想していたリアクションではなく、「いるわけないでしょ(笑)」「はいはい(笑)」という言葉が返ってきました。

「絶対クジャクだったのに…」と思いましたが、実はそれはキジだったのです。大恥をかきました。これは、ただの笑い話かもしれませんが、でも、これは勘違い、思い込みで決めつけてしまう私の悪い所です。

「このままだと“この人の言う事は、あてにならないな”と思われてしまう」と、ハッとしました。もういい大人になるんだし、自分の悪い所と向き合っ、どうしたらいいのか考えられるようにならなきゃと思われました。

色々な事に繋がってくると思います。もし、自分の思い込みで発した言葉や行動が原因で仕事に大きな支障を起こしてしまったら…と考えたらヒヤリとしました。

この出来事は、私にとってヒヤリとしてハッとした、まさにヒヤリハットでした。この失敗をバネにして、明日もまたがんばります！



2月 腰痛防止研修会後



5月 あやめ祭りで作成

あすかの介護事業所の特色として

様々な時代背景を経験してきた熟練の方から若い人まで幅広い年齢層のヘルパーが集まり、多様な視点をもってチームケアが可能であることです。そして、私たちは、地域のご利用者が「ご自宅で普通の暮らしができるように」、時に「住み慣れたご自宅から安らかに旅立てるように」という思いを持ち、更にはご利用者が歩むための「考える杖」でありたいと思っています。その一心から、ヘルパー間で熱くぶつかりあうこともあります。そこも特徴の一つ、最後には笑いと共感が生まれ日常をつなぐロープの太さが増し、チームケアの強化へつながっています。この仕事は、一見大変そうに見えますが、学びや発見、そしてこんなにも感動が詰まっている職業はないのではないか・・・と思っています。一人で自信が持てなくても、一人で心細くなっても横には支えてくれる仲間がいます。

その他の情報

- ・4月から介護保険制度の改定に伴い介護報酬が変わります。
- ・龍ヶ崎市では、高齢者パスポートを発行しています。加盟店での割引特典を受けられます。
- ・H27年1月1日からの難病制度改正に伴い、障害者総合支援法の障がい福祉サービス等の対象となる難病の範囲が、130疾患から151疾患に拡大されました。障がい者手帳をお持ちでなくても、難病によりヘルパー利用や就労支援などのサービスが必要と認められた方は支援が受けられます。詳しくは市の社会福祉課へお問い合わせください。
- ・龍ヶ崎市では、市民へのサービス向上を目的に、毎月第2・4木曜日に一部の窓口業務を延長しています。(17時15分～19時) 又、毎月第3日曜日に市民窓口課窓口を開庁しています。
- ・年末に介護川柳を皆さんで作りました、選んだ一句を介護専門誌に投稿する予定です。

編集責任者 より

会報

あすか



14号

2015年3月16日

NPO(特定非営利活動)法人 あすかユーアイネット

〒301-0043 龍ヶ崎市松葉3丁目12番地2

事務所(龍ヶ崎) 電話: 0297-60-8281 FAX: 0297-60-8288

連絡所(牛久) 電話: 029-830-8307 FAX: 029-830-8308

(各事業直通)

・訪問介護事業・障害福祉サービス事業(あすか)

電話(龍)0297-60-8282 (牛)029-874-0477

・通所介護事業(明日花の家 らくてい)

電話(龍)0297-60-8283 (牛)029-874-0477

・相談支援事業(あすか)

電話(龍)0297-85-2339 (牛)029-874-0477

http://www.asuka-npo.or.jp (編集責任者: 篠崎次雄)

介護業界に大きな変化が近づく

高齢化による人口構造の変化で、働く世代が減少し介護を必要とする人口が増大しています。その影響は国の各方面に波及しています。人手不足のために多くの産業で求人募集に拍車がかかっているようです。介護業界にも追い打ちを掛けるように人手不足が深刻化し、他業界に先んじて労働不足で悲鳴を上げております。今後一層の大きな社会問題となる気配を感じます。

今回の介護保険制度の改正を受け、4月から介護報酬等の大きな改訂があります。医療・介護・予防・住まい・生活支援の連携を検討されての変更ですが、その内容は予算面を優先にされ、介護サービス事業者には厳しいものとなっております。

当NPO法人は、ご高齢の方や障がいのある方々皆様が、少しでも健やかな生活ができますようにとの思いを強く、お手伝いをさせていただきながら、決意を新たに、迫り来る苦難の道に迷わぬよう、思慮深く活動を進めて行く所存です。

皆様方のなお一層のご支援をいただきますようお願い申し上げます。



代表理事より

昨年6月より代表理事として業務についております篠崎です。介護業界を取り巻く環境が一段と厳しさを増す折から、その責務の重大さを痛感いたしております。未熟ではありますが、ご指導をいただきながら最大限の努力をする所存でございます。

尚、現在は下記の役員にて活動に邁進しております。引き続き、変わらぬご支援を賜りますようお願い申し上げます。

役員紹介(敬称略)

役員 代表理事: 篠崎次雄、副代表理事: 中村恵美子、副代表理事: 伊藤きり子、
事務局長理事: 武藤成江、理事: 池田尚人、理事: 加瀬柁夫、理事: 津毛嘉夫、
会長理事: 宇井良夫、
監事: 夏目理一、監事: 川上郁子、

頑張ろう、この木の様に



あすかユーアイネットの表札がリニューアルしました。文字書きは会員の菊池さんのご厚意によります



あすかユーアイネットの
平成 25 年度 決算報告

平成 25 年度 (H25.4~H26.3) における当法人の活動時間は年間 4 万時間を超え、又、収入合計は 7,270 万円でした。これもひとえに皆様のご支援、ご協力の賜と感謝しております。活動の中には、苦難の日もありましたが、その節々が有るからこそ、あすかは成長することができました。事業別に見ますと障がい福祉サービスは前期の 1.7 倍になり、開始して 4 年あまりですが今後とも事業拡大に努めます。尚、ふれあい活動収入には龍ヶ崎市より委託された特別支援教育支援事業と食事配達事業（現在は休止中）も含まれております。設立以来 10 年に亘り会員の皆様並びにご関係者様にはご理解を頂き深く感謝しております。

貸借対照表 26 年 3 月 31 日現在 (千円)			
資産の部		負債の部	
流動資産		流動負債	
現金	225	未払金	6,119
普通預金	5,260	前受金	7
郵便貯金	1,861	預り金	249
郵便振替口座	301	短期借入金	2,000
未収金	10,443	流動負債合計	8,375
前払金	100	固定負債	
前払費用	0	固定負債合計	0
流動資産合計	18,190	負債合計	8,374
固定資産		正味財産の部	
車両運搬具	1,080	前期繰越正味財産	9,428
什器備品	160	当期正味財産増減	461
減価償却累計	1,167	正味財産合計	9,889
固定資産合計	73		
資産合計	18,263	負債及正味財産合計	18,263

活動計算書 25年度(25年4月1日~26年3月31日)			
科目		金額 (千円)	
1. 収入			
受取会費		146	146
ふれあい等活動		9,204	
介護保険訪問介護	あすか	31,586	
介護保険通所介護	明日花の家	15,418	
障がい福祉サ事業	あすか	13,458	69,667
ボランティア評価費用	ボランティア	2,231	
受取寄付金、雑収入		673	2,904
収入合計			72,717
2. 支出			
給料手当		53,154	
法定福利・福利厚生費		4,041	57,195
ボランティア評価費用	ボランティア	2,231	
会議・研修費		338	
通信運搬費		1,169	
減価償却費		34	
広告宣伝費		287	
事務用品費		1,082	
食料費	食材費	722	
配達食費	宅配食費	1,518	
印刷製本費		917	
車両費	送迎車両	1,322	
水道光熱費		566	
支払地代家賃	駐車借地含	1,202	
保険料		1,297	
雑費		2,056	14,741
法人、住民、事業税		321	321
支出合計			72,257
収支差額(次期活動費)			460



写真は介護員研修会（口腔ケア）

講師の出張を依頼しての研修会は訪問介護、通所介護合同で年に 2~3 回開催しています。ご利用者の感覚を理解し、研修の重要性を実感する時間です。

◎各年度の年間活動時間と収入

15 年度	323 時間	479 千円
16 年度	4,907 時間	8,145 千円
17 年度	15,050 時間	29,675 千円
18 年度	20,670 時間	38,680 千円
19 年度	22,930 時間	41,457 千円
20 年度	23,160 時間	40,853 千円
21 年度	19,590 時間	37,831 千円
22 年度	20,060 時間	37,393 千円
23 年度	34,700 時間	50,450 千円
24 年度	40,500 時間	69,384 千円
25 年度	40,700 時間	72,717 千円

あすかユーアイネット新規事業所開始

『相談支援事業平成 26 年 4 月開始』

あすかでは、障がいを持った方々へのご支援やサービスを行う中、その方々やご家族のこれまでの生活史や現在抱えていることに直面する場面が幾つもあります。そんな時、私達に「何かできることはないか?」と、深く考えさせられることがあります。いくら頑張っても私達はご家族のようにはなれませんが、何かあった時の『杖』、『一緒に考える杖』でありたいと思っております。

そんな思いの延長線上に、相談支援事業指定の資格があることがわかり、龍ヶ崎市に申請を行い平成 26 年 4 月 1 日に相談支援事業所の指定を頂くことができました。

現在、多数の方々とお会いする機会（出会い）を頂きながら、沢山のことを学ばせて頂いているところです。本当にありがたい気持ちでおります。繊細で奥深い仕事だと痛感しながらですが、皆様のご理解とお力添えのもと進んで行きたいと思っております。



11 月
つくば市にて事業説明会参加



12 月
水戸研修会にて発表

身体機能維持向上のために

明日花の家 らくてい 機能訓練指導員 向田勝人

ロコモティブシンドロームということをご存知ですか。メタボリックシンドロームについては、生活習慣病のことで広く知られていますが、ロコモティブシンドロームについてはあまり知られていないようです。どちらも加齢に伴い起こる身体機能の変化です。シンドロームとは症候群、ロコモティブは運動器、つまり、運動器に係る症候群ということです。例を挙げると膝、股関節、肩、頸、腰、肘等の動きや機能が徐々に低下し、時には変形や痛みが生じる状態です。運動器は①筋肉、②血管、③神経、④関節（骨）、⑤脊髄・脳、それぞれの機能が連携して身体の運動が成り立っています。これら一つでも傷害をきたすと運動器の役割が果たせなくなります。それではどうすれば、いつまでも運動器の機能を維持できるかということ、①正しい姿勢の維持、②毎日の適度な運動、③休養、④栄養バランスのとれた食事等が挙げられます。中でも適度な運動と正しい姿勢の維持が重要だと思います。ラジオ体操やジムでの筋トレ等継続して実施できれば良いのですが、なかなか難しいようです。一番負担がなく継続しやすいのは、ジョギングやウォーキングです。是非、実施してみてください。（継続は力なり 筋肉や骨が再生されるには 3 か月かかるといわれています。）変形や痛みが生じてきた場合は、その原因により対応が違ってきます。急性の場合は冷やす、慢性のものは温める、といったように、筋肉に原因があるのか、神経なのか等です。この辺は専門家と相談しながら対応したほうが良いと思います。加齢とともに筋肉量は減少、萎縮や硬縮、血管は硬化、関節は可動域が狭まり、神経の反応は鈍くなります。挙げてみると嫌になってしまいます。でも、できることを繰り返すことで、これらの機能は維持回復することができます。あきらめず毎日の積み重ねが一番大切です。何事も前向きに考え、出来ることを実践しましょう。