

事業所
リレー
つうしん



this month
9月
どうぞの家

猛暑が続く今日この頃、どうぞの家では水分補給やコロナウイルス感染予防にスタッフ一同万全を期して居ります。そして、「コロナをぶっ飛ばせ、負けないぞ！」を合言葉に、ご利用者・スタッフ共に精力的に活動しています。

三島市スカイウォークへ6月初旬に外出した時は「まさかここに来れるとは…夢みたい!!」とご利用者はスタッフのカメラに満面の笑み。6月下旬には富士市の蓮の花見学に行きました。「うわーきれい。すご〜い」と、ご利用者同士が助け合い、ゆっくりですがしっかり歩かれ「また頑張っていこう」と次の目標に向け目を輝かせていらっしゃいました。

また、近くの幼稚園に飾っていただく色鮮やかな壁画も完成。スタッフの対応や一つ一つの行事などを通して、ご利用者に楽しい時間を過ごしていただけるように努めています。



三島市 スカイウォーク



富士市 蓮の花見学
(浮島沼つりぼり公園)

定例理事会 8月21日(金)協議事項

①第一四半期を振り返って

7月度活動結果報告

ヘルパー会員数	433名	実働数	386名
---------	------	-----	------

事業	活動時間数
くらしの助け合い	2769.25 時間
介護保険 訪問系サービス	6031.00 時間
障害福祉サービス	1669.75 時間

施設名	要介護	総合支援
住宅介護支援	564名	267名

施設名	開所日数	当月利用者数	利用者数/1日
どうぞの家	25日	19名	7.12名
夢コープふじ	27日	17名	7.78名
夢コープいた	17日	34名	8.23名

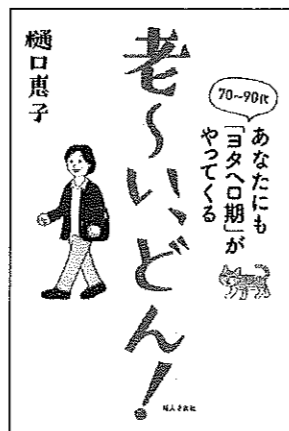
交通安全スローガン

暑くても ゆずる心で 安全に

ヘルパーさんのおすすめ本

老〜い、どん!
あなたにも「ヨタヘ口期」がやってくる

樋口恵子 婦人之友社



87歳の著者が自身の老いをユーモアたっぷりにわかりやすく解説しています。健康寿命は女性が74.79歳で平均寿命は87.14歳と、その差約12年がヨタヘ口期の「ヨタヘ口期」としてよろめきながら生きているという意味です。自然の理としての老いが心身の衰退だとしたら、その人の人生の延長としてその人らしさが発揮でき、何よりも人間の尊厳が保障されてほしいとの思いが書かれています。

K.K

夢コープニュース

2020.9.1 No.319

特定非営利活動法人ワークスコープ夢コープ
〒420-0851 静岡市葵区黒金町12-5 丸伸ビル6F

TEL 054-275-1100 / FAX 054-275-1133
MAIL honbu@yumecoop.jp / URL http://www.yumecoop.jp/

2020年9月

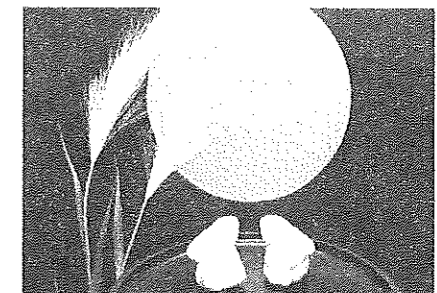
9月の声を聞いてもまだ残暑厳しい日が続きます。でも夜の草むらからは確実に秋の虫の声が聞こえてきます。

さて、私事ではありますが9月は私の誕生日です。「自分の誕生日は母親に感謝する日」と聞いたことがあります。亡き母を想うと父・祖父母も一緒に登場します。たまには思い出してみるのもいいですね。私たちは、人生の先輩であるご利用者とお話をさせていただく機会も多く、その方の故郷やご両親の事、生活歴など聞かせてくださる方もいらっしゃいます。お一人ひとりにドラマがあり「自分史の本ができますね」と言うと「そうだ

ね」と嬉しそうに笑ってくださいます。

今年の十五夜(中秋の名月)は、来月の1日だそうです。その日はいつもより、少し早めに仕事を終えて帰宅し、お月さまを眺めながら、ふるさとに思いを馳せてみるのもいいかもしれませんね。

理事長 鈴木逸子



目で笑うトレーニング

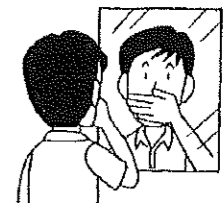
表情というと笑顔だけを意識しがちですが、アイコンタクトはとても大切です。最近は、マスクをして仕事をすることが多いので、常に目が優しい印象「やさしいまなざし」になるように意識することが大切です。

鏡を使って自分の目がどのように見えるのか確認してみましょう。

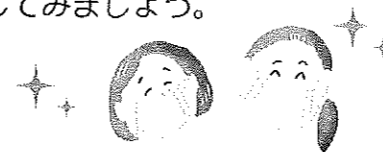


①手で鼻と口を隠し、目だけ見えるようにします。

②鏡で自分の目を確認します。



③目がやさしく笑って見えるように微笑みます。





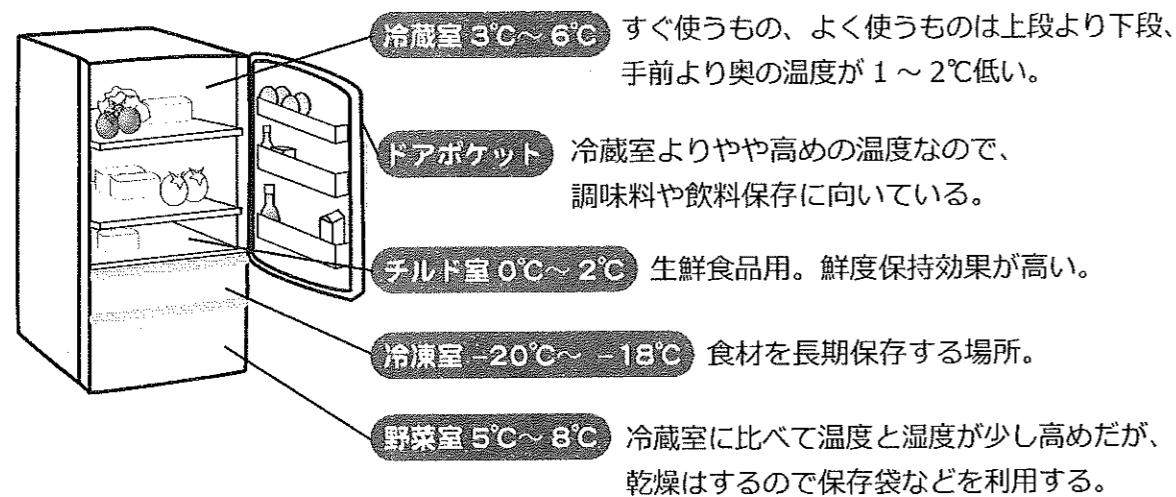
調味料の 保存方法 と 使い切る工夫

最近、食品ロス（フードロス）が問題になっています。まだ食べられるのに廃棄される食品のことです。日本国内の食品ロスは推定で年間約 621 万トン（2017 年）と言われています。これは一人あたりに換算すると毎日お茶碗約一杯分の食べ物を捨てている計算になります。廃棄の約半数が家庭からで、お金に換算すると年間一人あたり約 22,000 円というリサーチ結果が出されています。家庭からの食品ロスの主な原因は、冷蔵庫に入れたままで調理されなかった（直接廃棄）、作りすぎて食べ残された（食べ残し）、調理の際に食べられる部分を過剰に捨てた（過剰除去）等があげられます。

直接廃棄で最も多いのは生鮮野菜・大豆加工品・調味料・乳製品です。この中で調味料と生鮮野菜が 5 割を超え、調味料は購入量の約 1/3 以上が捨てられているそうです。

調味料の保存場所

常温	15℃～25℃ 直射日光の当たらない風通しの良い場所。 基本的には冷蔵庫には入れなくて良いが、夏は入れた方が良くもある。
冷暗所	台所の床下とか、マンションでは玄関付近、冷蔵庫の冷蔵室か野菜室を利用する。
要冷蔵	10℃以下
要冷凍	-15℃以下



最後まで使い切る工夫

- ① 保存場所の見直し…開封前は常温保存でも開封後は冷蔵庫に移す。
- ② 調味料に開封日を記入する。
- ③ 小さいサイズを選ぶ。
- ④ アレンジを楽しむ。



NPO 法人障害者生活支援センターおのころ島さん（藤枝市）を訪ねました

2004 年に、夢コープと島田市の共催で「障害者（児）ホームヘルパー養成研修 2 級」を開催した時に、おのころ島の井出一史理事長に講師に来ていただきました。その後、おのころ島主催の居宅介護職員養成研修の講師を毎年、夢コープに依頼してくださるなど長年に渡り良いお付き合いをして下さっています。



理事長にお話を伺いました。放課後等デイサービス「ころりん」のご利用者は重度の障害を持つ子供さんが多く、個々の障害特性を考慮しスタッフはマンツーマン対応をしています。学校が終わってからのデイサービスでは、広い芝生の庭で遊び、裁縫や料理もします。また、施設内の活動に留めず地域社会との関わりも大切にし、自分で決めて自分でお金を払う買い物の基本を練習します。上級生が下級生のロールモデルとなる場面もあり、世代を超えたふれあいの中で、学校とは違う学びがたくさんあります。「子どもは放課後成長する、地域で自己決定を学び生活する」と話していただきました。



理事長自身が障害当事者として、福祉教育や人を育てること、市の公共施設のバリアフリー化や低床バスの運行推進等、福祉の街づくりを先駆けてやってこられました。夢コープとは「相互扶助の面で近いものがある」と、おっしゃってくださり、これからも地域に貢献できることを一緒にやっていけたらいいなと思いました。 S

特定非営利活動法人障害者支援センターおのころ島
藤枝市郡 1-3-27 電話 054-641-7001



事業内容

- ・特定相談支援事業
- ・地域活動支援センター事業
- ・放課後等デイサービス事業
- ・地域における福祉サービス提供事業
- ・障害者福祉に関する市民啓発事業
- ・ヘルパー養成研修事業

