

# 花どけい

' 12/ 1/25 No.64



## 主な内容

- ☆ 地域とのつながり
- ☆ 20周年記念式典
- ☆ イギリス研修報告
- ☆ ご利用者の声
- ☆ 介護のワンポイント



## NPO法人ぐるーぷ藤

〒251-0004 藤沢市藤が岡1-4-2

TEL 0466-24-3100

FAX 0466-24-7100

E-mail:npo-fuji@cityfujisawa.ne.jp

<http://www.npo-fuji.com/>

居宅介護支援事業  
訪問介護事業  
訪問看護事業  
小規模多機能型居宅介護事業  
障害者グループホーム  
高齢者住宅  
ボランティア活動  
レストラン

ぐるーぷ藤ケアマネジメント  
ぐるーぷ藤ホームヘルプ  
訪問看護ぐるーぷ藤  
ぐるーぷ藤しがらきの湯  
藤が岡の家  
ぐるーぷ藤一番館  
ボランティアすみれ  
OHANA(オハナ)

通所介護事業 デイハウス藤の花  
〒251-0045 藤沢市辻堂東海岸1-7-28  
TEL 35-5600 FAX 35-5800

通所介護事業 デイハウス菜の花  
〒251-0037 藤沢市鵜沼海岸2-9-11  
TEL 35-7330 FAX 35-7330

発行責任者：鷺尾 公子



## お元気ですか

理事長 鷺尾 公子

新しい年を迎えました。昨年は未曾有の災害に対したただ立ち尽くすしか出来ない時、たくさんの絆を体験し繋がることの大切さを学びました。私たちは辛い出来事とひきかえに、人間の優しさや強さも信じる事ができました。このところの寒さも身に堪えますが、元気に立ち向かって前に進んで行きましょう。

先日訪れた南三陸の仮設住宅で、ひとりのお嬢さんに会いました。成人式の晴れ着姿でした。なんの飾り気もない殺風景な景色の中に大輪の牡丹のような佇まいは、そこにいた人たちの希望そのもののように見受けられました。腰を曲げたお年寄りの笑顔が印象に残りました。ここの仮設住宅では数人のリーダーによる街づくり構想が進んでいて、私たちもそのプランニングのお手伝いをするようになりました。

その次に訪問した気仙沼の仮設住宅では入居から4か月経ってもコミュニティ作りは進んでおらず、60数戸の内半数が独居のお年寄りでした。元々の顔見知りは少なく、

挨拶がやっとなという関係作りから始めていくようでした。2、3人の方が何とか繋がりをと孤軍奮闘しておられました。疲労の色が濃く思わず何かできる事はと申し出ましたが、信頼関係を築くことが一番と感じ、ここでの支援は仮設住宅の方に「ぐるーぷ藤」の有償ボランティアとして活動して頂くことにしました。いくつかの仮設住宅でお話を聞きましたが、支援物資はたくさん届いているようで、いま一番必要なものはやはり様々に使えるお金のようにでした。今後は何とか現地の方の現金収入に繋がる活動の支援を行っていきたく考えています。それが少しずつでも生きる張り合いへと向かっていくきっかけとなったら嬉しいのですが・・・。

いよいよ4月より介護保険の改正が行われます。24時間対応の定期巡回・随時対応サービスの創設など新しい仕組みが提案されていますが、一方で家事援助には45分の区切りが導入されるなど利用者にとって本当に自立支援に役立つ内容なのか気になります。家事援助はただ掃除や洗濯をするだけではなく、挨拶をしながらさりげなく顔色を伺い、コミュニケーションを通し体調

を観察します。特に独居の方々には生活のリズムを整える目的もあり、生活の基盤そのものを支えていると言えます。在宅重視と言いつつ、軽度者に使い勝手が悪くなる改正は納得がいきません。重度化しない、またさせないための介護保険であって欲しいと思っています。

「ぐるーぷ藤」はおかげさまで20周年を迎えました。やっと成人したとも言えます。20年史をまとめることで、これまでの活動を振り返る良い機会にもなりました。大勢の皆様の応援と、多くのメンバーの参加がありここまで来ることができました。また認定NPO法人取得に対するたくさんのご寄付を寄せて頂き感謝申し上げます。2月には県への申請を行う予定でいます。この応援の声を背に、これからも福祉の街づくりの理念に添い、『歳をとっても、障がいがあっても、自分らしく暮らせる街をつくりたい』

ことしもよろしく

お願いいたします





# 地域とのつながいを大切に！

地域の皆さまからあたたかいご支援をいただき、交流の輪を広げています



## 職場体験

今年も中学生が職場体験に来てくれました。  
また来年も待ってますね！

湘洋中学の生徒と  
お散歩→

←村岡中学の生徒と  
しがらきで記念撮影



## どんぐり園とひよこ会のバザーでお買い物



## 施設見学

韓国からマラソン財団の  
方々がいらっしやいました



鷲尾理事長と記念撮影



みなさん熱心に話を聞いていかれました。

毎年11月にはどんぐり園の、12月にはひよこ会のバザーが藤が岡市民の家の前で行われています。この日はしがらきのみならずお買い物。お母さんたちの手作りの品やおかしなどがたくさん並んでいて、どれを選ぼうか迷ってしまいます。コーナーの一角にはリサイクル品も並び、かわいいぬいぐるみを見つけました。

## クリスマスコンサート

男性コーラスグループ「ゴールデン・ーツ」



力強い歌声が一番館に響き渡りました♪



うっとり～



# ぐるーぶ藤は今年創立20周年を迎えました



## 記念講演

「人生100年、  
全ての人に居場所と出番を」

講師：樋口恵子氏  
(NPO法人高齢社会をよくする女性の会 理事長)

ぐるーぶ藤の活動が始まった20年前は「介護の夜明け前」で介護にとって一番暗い時期だった。2000年に施行された介護保険によって、「老いと介護の見える化」という一応の効果はあったが、今後、長寿化と少子化により、空前の大介護時代がやってくる。長い老いの期間を豊かなレインボー人生にするために、システムを人生50年時代から人生100年時代に作りかえることが必要になる。

## 11月26日（土）グランドホテル湘南において 記念式典・記念講演・祝賀パーティを行いました。



藤沢市長 海老根様

ぐるーぶ藤は藤沢の星！色々なところで自慢している。一番館の構想を聞いた時には、本当にできるのかと思ったが、市民の方で実現してしまうところが凄い。ぐるーぶ藤とともに行政も頑張る。

来賓の方々よりお言葉をいただきました。

市民協には1300のNPOが所属しているが、その中でぐるーぶ藤はリーダー的存在。どんどん先を行って欲しい。



衆議院議員 阿部様

理事長の力強い挨拶にあったように、国の施策はぐるーぶ藤の活動のあとからついてきた。最も大事なことは地域とのつながり。



市民協専務理事 田中様



永年勤続表彰は勤続20年、15年、10年、5年のメンバーを表彰し、最後に現理事長に、メンバー一同からの感謝状と記念品を初代理事長より贈呈しました。



## 思いっきりはじけた祝賀会



創立20周年記念祝賀

笛と太鼓で本格的なおはやし



白塗り～？ 白鳥ぞすから



NPO法人ぐるーぶ藤 創立20周年記念祝賀会

ミュージカル「鳥たちの祭典」



NPO法人ぐるーぶ藤 創立20周年記念祝賀会

すてきな歌声を響かせてくれたコーラス隊



コーラス隊に合わせて、やずの「栄光の架橋」を合唱。会場にいるみんながひとつになった瞬間でした。



ウクレレにフラダンス  
きれいな衣装と踊りで私たちに魅了してくれました。



鷲尾理事長。これからも藤を引っ張っていきましょう！



手話コーラス。みんなも覚えてくださいね。おそろいの帽子がまたかわいい。



指揮はもちろん 師匠！



劇「踊る踊る大捜査線」  
ん？？  
いろんなキャラクターがいますが...  
お分かりになりますか？



川村康一様による「花どけい」表紙の原画を展示しました。いつも素敵な絵をありがとうございます。





# イギリス研修報告

2011年10月9日～16日 鷲尾公子、吉村さえ子、平野美和子



イギリス、ロンドンは日本の10月より少し肌寒い気温で、黄色く色づいたプラタナスが道を敷きつめ、古い建物がとても美しい街でした。ゆりかごから墓場までという誰もが知っている国ですが、それは医療に限ったことで福祉については国の財政によって打ち切られる、という厳しい一面も垣間見られた国でもありました。

見学したところは自立した方のデイサービスですが、ここは大きなスーパーマーケットの建物の中であり、買い物ついでにデイサービスを利用することもできます。午前・午後のプログラムをそれぞれ自分で選択することができ、人気のプログラムはパソコンということでした。そんなデイですが、運営費は公的な補助・バザーなどの収益・寄付・ボランティアで成り立っていて、保守党政権に代わり、財政困難で補助が打ち切られ、閉鎖されるという話でした。

次に区が運営する自立型の高齢者住宅を見学しました。プライバシーが確保され日本の2DKくらいの広さで、身体状況によってはリフォームをしてくれるというものでした。自立された障がい者の方も住まわれていました。各々の部屋に緊急警報システムがついていて、日中は1人の管理者がおり、夜間は民間サービスが駆けつけてくれるそうです。また、ヘルパーを頼むこともできますが、日本のように介護保険制度というものがいないため、すべて自己負担ということでした。



一緒に見学した市民協のメンバーと一緒に

イギリスはNPOがともしっかりしていて、政府・自治体と対等に交渉を行うコンパクト(契約)を結んでいるということでした。ちなみに、高齢者支援のNPOは「エイジユーカー」というNPOがまとめ役となり、50歳以上の人々を対象に支援を行っていました。老人問題に関する情報の提供・政府への働きかけ・ランチクラブの運営・介護サービスなどのローカルなNPOをまとめている一大組織です。この運営費は寄付、チャリティショップの運営、保険の手数料から成り立ち、政府からの資金援助や補助は一切ないという自立したものでした。一つひとつのNPOが力をつけ、様々な分野と手を結んで政府に働きかける部分など、日本は手本にしくてはいけないものだと思います。また、その根底にある寄付文化・ボランティア精神についても、一人ひとりが見習わなくてはいけないことだとも感じました。



緊急時対応のポスターもおしゃれ



施設の中庭はカフェのよう



世界遺産の街 パースにて

## 悪くも良いも悪くも良い

織田 涼子



関節リウマチと診断されてから16年の月日が経ちました。その間、4回の入退院を繰り返し、字が書けない時歩く事が出来ない時もありました。主人が在職中でしたので介護保険制度のお陰で沢山の方々に家事を助けて頂く機会が訪れました。元気だった頃は他人様のお世話をする事が好きでしたので、される側に立つことはいささか抵抗があり辛いものでした。動けない身体に暗く沈む時もありましたが、それが却って自分の思い方や考え方を振り返る良い機会となり、今までいかに「自分が正しい」と思い込み、家族や周りの迷惑も省みず一人で突っ走っていた事に反省しました。リウマチのお陰で立ち止まる事が出来、ケアマネさんやヘルパーさん達との出逢いで皆さんの話を聞く事で状況が良い方向に変わってくる事を実感しました。ピンチがチャンスとなりました!!

少しでも素直で明るい自分に成長するよう努力したいと思います。

いつも支えて下さりありがとうございます!!

(ホームヘルプをご利用されています)



## 🌸 スタッフ紹介 🌸 2011年5月から9月に入会された3名の方々です。

### ○ 川島 真美 5月入会

何も分からない状態からのスタートで、毎日たくさんの方とふれあい、色々な事を学ばせていただいています。まだまだ勉強中ですが、皆さんに助けていただきながら頑張ります。宜しくお願いします。

### ○ 山口 智子 6月入会

知人の紹介でお仕事をさせて頂いてます。スタッフの方々が丁寧に指導して下さるので感謝の気持ちでいっぱいです。これからも頑張りますので宜しくお願いします。

### ○ 佐藤 さよ 9月入会

一番館のスタッフとして入会しました。日勤と遅番の仕事をさせて頂き、日々勉強の毎日です。入居者の方の心に寄り添うケアが出来るように努力したいと思います。



## わが家のペット紹介

今回はケアマネの高橋さんの愛猫



狭いところがあつたら取りあえず入っておきます。段ボールももちろん入ります。頭の上に何かを乗せられたって気にしない...♪マイペースだから。



6年前の5月に高橋家に迎え入れてもらったの。だから名前はめいちゃん。よろしくね!

猫好きにはたまらない肉球



## ● 介護のワンポイント ●

看護主任 巻瀨静美

### 《 老人性乾皮症 》

#### ★ 特徴

毎年11月～3月までによくみられる皮膚が白い粉をふいたようになる  
魚のうろこようになる  
亀裂をおこしたりする  
かゆみが強く、背中・腰・下腿におこりやすい

かゆい～  
痛い～

#### ★ 予防法

お風呂は熱すぎないものに…長風呂は乾燥のもと  
石鹸を使用する時は優しく洗って  
保湿剤の使用（お風呂の後は早めに）  
衣類は刺激の少ないもの（綿など）

ふつるつるお肌になりましょう



ひどくなってしまった場合は … 必ずお医者さんへ!

内服薬（抗ヒスタミン剤）を

処方してもらいましょう!!





## 悪くも良いも悪くも良い

織田 涼子

関節リウマチと診断されてから16年の月日が経ちました。その間、4回の入院を繰り返し、字が書けない時歩く事が出来ない時もありました。主人が在職中でしたので介護保険制度のお陰で沢山の方々に家事を助けて頂く機会が訪れました。元気だった頃は他人様のお世話をする事が好きでしたので、される側に立つことはいささか抵抗があり辛いものでした。動けない身体に暗く沈む時もありましたが、それが却って自分の思い方や考え方を振り返る良い機会となり、今までいかに「自分が正しい」と思い込み、家族や周りの迷惑も省みず一人で突っ走っていた事に反省しました。リウマチのお陰で立ち止まる事が出来、ケアマネさんやヘルパーさん達との出逢いで皆さんの話を聞く事で状況が良い方向に変わってくる事を実感しました。ピンチがチャンスとなりました!!

少しでも素直で明るい自分に成長するよう努力したいと思います。

いつも支えて下さりありがとうございます!!

(ホームヘルプをご利用されています)



## 🌸 スタッフ紹介 🌸 2011年5月から9月に入会された3名の方々です。

### ○ 川島 真美 5月入会

何も分からない状態からのスタートで、毎日たくさんの方とふれあい、色々な事を学ばせていただいています。まだまだ勉強中ですが、皆さんに助けていただきながら頑張ります。宜しくお願いします。

### ○ 山口 智子 6月入会

知人の紹介でお仕事をさせて頂いてます。スタッフの方々が丁寧に指導して下さるので感謝の気持ちでいっぱいです。これからも頑張りますので宜しくお願いします。

### ○ 佐藤 さよ 9月入会

一番館のスタッフとして入会しました。日勤と遅番の仕事をしていただき、日々勉強の毎日です。入居者の方の心に寄り添うケアが出来るように努力したいと思います。



## わが家のペット紹介

今回はケアマネの高橋さんの愛猫



狭いところがあつたら取りあえず入っておきます。段ボールももちろん入ります。頭の上に何かを乗せられたって気にしない...♪マイペースだから。



6年前の5月に高橋家に迎え入れてもらったの。だから名前はめいちゃん。よろしくね!

猫好きにはたまらない肉球



## ● 介護のワンポイント ●

看護主任 巻瀨静美

### 《 老人性乾皮症 》

#### ★ 特徴

毎年11月～3月までによくみられる皮膚が白い粉をふいたようになる  
魚のうろこのようなになる  
亀裂をおこしたりする  
かゆみが強く、背中・腰・下腿におこりやすい

かゆい～  
痛い～

#### ★ 予防法

お風呂は熱すぎないものに…長風呂は乾燥のもと  
石鹸を使用する時は優しく洗って  
保湿剤の使用（お風呂の後は早めに）  
衣類は刺激の少ないもの（綿など）

ぷつぷつお肌になりましょう



ひどくなってしまった場合は…必ずお医者さんへ!

内服薬（抗ヒスタミン剤）を

処方してもらいましょう!!



## □ 認定NPOをめざして

前号の花どけいで特集したように、ぐるーぷ藤は2012年4月に認定NPO法人の取得をめざしています。大勢のみなさまから温かいご寄付が寄せられ、1月17日現在166名、822,000円になりました。ありがとうございました。3月末までに200名をめざしておりますので、引き続きご協力下さいますようよろしくお願いいたします。

## □ スキルアップ研修に参加して 12月5日～1月27日

内部講師によるスキルアップ研修が下記の内容で開催されました。毎回熱心な参加者が多く、メンバー同志も良い刺激を受けながら、改めて介護のポイントを学ぶ良い時間が持てました。

- 12月 5日(月) 訪問介護の基礎、共感的理解
- 13日(火) 基本介護技術 歩行、車椅子、移乗
- 21日(水) 基本介護技術 調理のコツ
- 1月 12日(木) 基本介護技術 排泄、陰洗、清拭
- 27日(金) 基本介護技術 着衣、寝具の整え方



## □ ふじファンドの報告

ふじファンドは3月で満期を迎える方が37名いらっしゃいます。事前に意思確認させていただいたところ多くの方が継続でしたが、解約3名600万円、減額1名100万円でした。以前よりお申し込みのあった新規1名500万円と増額2名200万円で、新たな募集はしないことになりました。ありがとうございました。

## □ オハナはお子様大歓迎！！



レストランオハナにはお子様椅子が4脚あります。ご予約の上ご利用ください。

お待ちしております



### 編集後記

創立20周年のために、全員が仕事のあとで、自分の時間を割いてそれぞれの芸をみがき、当日、いつもはまじめなヘルパーさんの意外な三枚目を見て大笑い。最後に、ゆずの「栄光の架橋」を皆で歌い、気持ちをひとつにした時間でした。

(小野淑・井出・岩澤・上原美・戸田・橋本雅)

## NPO法人ぐるーぷ藤

受付時間：9：00～18：00

電話：24-3100

時間外(18：00～翌日9：00)の場合は、090-7015-7062までお問い合わせください。

表紙の絵は、川村コウイチ様のご厚意による作品です。

### 好評レシピNo. 13

OHANA  
オハナ

### カリフラワーのソテー



#### 材料

カリフラワー	...	大半分
にんにく	...	2片(スライス)
長ネギ	...	1/2本(小口切り)
鷹のつめ	...	1ヶ
塩・こしょう	...	少々
オリーブオイル	...	大さじ1/2

今は色とりどりのカリフラワーが出ていますので、パーティにもお勧め!

#### <作り方>

- ① カリフラワーを食べやすい大きさに切っておく。
- ② フライパンにオリーブオイルを入れ、にんにく、鷹のつめを入れ、香りが出てきたら長ネギ、カリフラワーを入れていためる。
- ③ 少しかたい位にいためたら、塩・こしょうする。

\*2~3日して食べても味がなじんでgood!

レストランOHANA(オハナ)  
日曜日～金曜日/11:00～16:00営業  
皆さまのお越しをお待ちしております。

