

ときめき通信

NO.14 介護支援サポーター応援誌

発行日:平成27年3月25日
 発行:(福)柏市社会福祉協議会
 〒277-0005 柏市柏5-8-12
 電話04-7165-0880
 FAX04-7165-1355

介護支援
サポーター数
999人
 平成27年3月10日現在
 受入施設等数
161ヶ所

27年度用の「ときめきスタンプ帳」をお届けします

今年度も心ときめく活動でたくさんの笑顔に出会えますように...

ちょっと知りたいほかの人の活動...素敵なサポーター仲間をご紹介します

特別養護老人ホーム・ディサービス マーガレットヒル
 ☎7171-7500 担当:松江・中村さん

サポーターさん大歓迎!個人でも、団体でもOK!
 できることから活動を!ご連絡待ってま〜す!



高橋美津子さん 飯塚テルさん 新里 妙子さん 勝田レイ子さん
 今津千鶴子さん 新堀晴子さん 町田れい子さん 澤部 文子さん

折り紙仲間は元気いっぱい!



「マーガレットヒルができて11年。ずっとボランティア活動を続けています。」と答えてくれたのは、中新宿町会婦人会の元気な8人。「ご近所ですもの、お手伝いしなくちゃ。」と自然体。今日は月1回のディサービスで、折り紙教室です。利用者さんとも顔なじみ、準備してきたちぎり絵の材料を配り、作り方を教えます。

「きれいな椿ができてうれしい。」「みんなそれぞれに個性的。」「いつも持って帰ると、娘がほめてくれるのよ。」と会話が弾みます。素敵な作品が出来上がり、今日は最後に認知症予防のフリフリグッパ体操のおまけがついて、笑顔で活動終了です。

「自分たちで次は何を作ろうかを決めて、活動前には必ず勉強会をするんですよ。」「喜んでくれるのが一番うれしい!サポーター手帳も活動の励みになります。」とみなさん。

「サポーターさんは施設にとっても大切な存在。利用者さんも心待ちにしています。」と職員さん。サポーター用のお部屋やお茶の用意、声掛けなど、さりげない心配りが温かいマーガレットヒルでした。



ケアラズカフェ&いきめき処 みちくさ亭
 ☎7138-5032 代表:布川さん



介護者がホッと息抜きできる場を...

平成25年秋にオープンした「ケアラズカフェ みちくさ亭」。代表の布川さんは、実母を介護する中で、「介護する側の気持ちに寄り添いたい...」、「介護を必要とする人もしない人も、地域に住む仲間として誰でも息抜きできる場を提供したい」、そのような思いからこのカフェを立ちあげました。

この日は、我孫子市の「福祉ゼミ」を卒業したグループの方々が、NHKのみちくさ亭紹介の番組を見て、「これからはこのようなカフェが絶対に必要になる」、「我孫子市にも作りたい」との思いで来所されました。

立ち上げ当初からずっとお手伝いされている、介護支援サポーターの宮村さん。「介護者自身が息抜きできる場を」との思いで週3日、「仕入れ、接客、配膳・下膳」のお手伝いをしています。「頼りにしてくれる人がいて励みになります」と宮村さん。

「一人でも多くのサポーターさんに来てほしい、笑顔づくりのお手伝いをしてくれる人大募集です。」と布川さん。

この日は、4卓のテーブルがすべて埋まる程の盛況ぶり!地元の野菜がふんだんに使われたランチはととても「優しい味」がしました。☑



介護支援サポーターの宮村寿一さん



代表の布川佐登美さん

おじゃまします！

流山市の介護支援サポーター事業

「ながっさい」と元気で 長生きを応援します！

3月1日現在、サポーター数430人、受入施設数56か所。
平成25年度から始まったこの事業、広がっています。

流山の事業の特色は

- ①受入施設は、介護保険適用施設のみ
- ②登録時に午前・午後1日の養成研修を受講
- ③介護保険の認定を受けたらサポーター卒業。

そして、最大の特色は

- ④交付金をポイントに変え、流山共通ポイントカード「ながぼん」にチャージして受け取ることもできること。
この場合は、20%の上乗せになるそうです。

流山の商業活性化に貢献する仕組みも取り入れているんですね。取材へのご協力ありがとうございました。



▲流山市社協の事業担当のみなさん

◀ながっさいスタンプ帳



のぶちゃんの 栄養コラム 簡単おかずメニュー

管理栄養士 中村 信子

春キャベツがおいしく栄養満点の季節です。すぐ作れる春キャベツのメニューをご紹介します。



キャベツの塩昆布和え

【材料】

キャベツ 1枚(70g)・市販の塩昆布 4g・ごま油 1g

【作り方】

- ①キャベツをざく切りにしてゆで、絞る
- ②①に塩昆布を混ぜよく和える
- ③仕上げにごま油を垂らしよく混ぜてから盛り付ける

コンビーフのピカタ

【材料】

コンビーフ 大1/4缶・小麦粉 大さじ 1/4・卵 1/2個
サラダ油 小さじ 1弱

【作り方】

- ①コンビーフは冷蔵庫に入れて冷たくしてから缶から取り出し、薄切りに切る
- ②コンビーフに小麦粉をまぶし、溶いた卵をからめる。
- ③フライパンに油を入れて熱し、コンビーフを入れ、両面を焼きお皿に盛る

受入施設・知っとく情報

グループホーム連絡会会長で「なごみの家」理事長の深津一広さんに聞きました。



グループホーム「なごみの家」理事長 深津一広さん

グループホームってどんな施設？

認知症の方が住み慣れた地域で、家庭的で落ち着いた環境の中で生活できる所(施設)です。

グループホームでサポーターにどんな活動をしてほしい？

ゆっくりとお話を聴いていただける方(傾聴)や囲碁の相手、演奏や芸能を披露してくれる方が来てくれるとうれしいです。

グループホームで活動するときの注意点

入居している方が穏やかに暮らしていけるように、優しい対応をお願いします。地元の入居者が多いので、地域の昔話や伝統行事のことなどを話題にすると盛り上がります。認知症だからと言ってためらわずに、気軽に参加してほしいです。



サポーターに望むこと

まだ登録したばかりなので、取りあえず多くの方に手伝いに来てほしい。サポーターさん大歓迎です。

なごみの里や他のグループホームの詳細は受入施設一覧表でご確認ください。サポーターさん、お待ちしております。

事務局からお知らせ



- 平成26年度の実績報告の提出は、平成27年4月10日締切です。お忘れなく!!
- ※なお、郵送料は自己負担でお願いします。

●手帳のカバーがほしい方はご連絡ください。送ります。

編集後記

最近、折り紙にはまっています。小さな紙からできる作品は無限大。どんな場所でも折れ、手先と頭の体操にも。折り紙講師の資格にチャレンジ中です。(MT)

