



2018年2月10日 ふれあもちつき大会にて



## 待鳳地域で、歩き始めた第一歩、民医連の歴史を刻む年に

昨年7月に紫竹地域から待鳳地域に移転し、2018年を迎えました。待鳳ふれあもちつき大会には、大勢の地域の方々が参加され、笑顔あふれる幕開けとなりました。餅をつくときの「よいしょ!!」というかけ声はなんとも威勢よく、厳しい年を乗り越えるかけ声のように聞こえます。

さて今年には3年に1回の報酬改定の年で、介護だけではなく医療や身体障害の分野も同時に改定されます。今回の介護報酬は0.54%の引き上げが実現しました。わずかながらでも介護報酬が上がることは、私たちが取り組んできた「介護保険制度の改善と報酬の引き上げ、介護処遇改善」の運動の成果であり、介護事業所の存続を保障するものです。けれどもその内容には、生活援助の回数制限や大規模通所介護の報酬の引き下げ、利用者の3割負担など、利用者・家族、私たち介護事業所にとって見過ごすことのできないものが含まれています。住み慣れた地域で、自分らしい暮らしを続けたいという願いを実現するために、今こそ人権を守る地域包括ケアの実践が求められます。

自治体のあり方は、私たちの命や暮らしに直結し、地域包括ケアを左右するものです。京都府知事選挙は4月、沖縄知事選挙は11月に予定されています。共同の力で、新しい歴史の一步を刻む一年にしたいと思います。今後ともよろしく願いいたします。

## 「ぼくの細道」

塩島 孝幸さん



みなさん、こんにちは。自分は、筋ジストロフィー症ドウシャンヌ型という、全身の筋力が衰えていく障害を持っています。現在は人工呼吸器を付けながら車イスで、家族・ヘルパーさんの援助で生活をしています。

主な活動として、趣味である鉄道があります。3月～11月の期間に月1・2回ほど、列車の写真撮影や乗りつ

しの外出をして楽しんでいます。

自分にとって、まさに中心的活動ともいえるこの取り組みですが、これは高校3年の時からやり始めて、それ以来やみつきになり、かれこれ18年が経過した現在も、欠かす事なく近畿地方を中心に、全国各地の鉄道乗り回しています。

活動を始めるきっかけとなったのは、鳴滝養護学校在学中の高校3年の時に学校の担任の先生から「単独で外出する力をつけた方がいい。」と言われたのが始まりでした。恥ずかしい話ですが、最初は「面倒くさいなー、外出先で体調が悪くなったらどうしようかー。」などとかなり消極的な気持ちで、自主外出を拒んでいました。しかし、何回か自主外出を克服していくうちに、いつの間にか嫌気がふっ飛んでいって、まるで別人のようになった気分でした。もし、あの時先生が言ってくれていなかったら、家に閉じこもっている男になっていたことでしょう。あらためて、先生に感謝します。ありがたやー!ちなみに、列車撮影もこの時からやり始めました。

じゃあ、列車撮影はどうやっているのか?と申しますと・・・自分は、手を上げてカメラを持つということが出来ません。なので、補助具として一脚を利用しています。これをカメラに取り付けて、脚の下側のほうを、車イスに付いてい

## 今日を楽しみ 明日を生きる



～私の生活・私の思い・私の喜び～

## 「パズルに触れて」

山本佐多子さん



90歳の山本さんはご主人が2008年に亡くなってから一人で暮らしています。もともと多趣味で社交的な方でした。ご主人の介護で外出ができなくなったところにパズルに触れて第1号作品となる富士山を完成させました。

その後もほぼ毎日2～3時間家族様と共に300ピース～500ピースの作品に取り組んでいます。1つの作品は1週間から2週間ほどかかり、お部屋の中は額に入れられた作品があちらこちらの壁に飾られています。飾れない作品は部屋の片隅に沢山保管されています。山本さんにパズルの魅力を伺うと「考えてやるのが楽しい」と仰られていました。

ご家族様はパズルに取り組んでいるご本人様の様子について「いつも無口な母がパズルをしている時は『これ違うな』『これかな』『やった!合ったわ!』と多弁でなんとも良い表情をする」と嬉しそうにお話くださいました。







る机を差し込むパイプに入れて撮影をしています。

僕は、前途のとおり全身の筋力が衰えていく病気ですが、この活動をしているお陰かどうかは分かりませんが、身体が元気をキープしています。日々外出して体力をつけていることが、とても良いみたいで、「この歳にしては比較的元気なほうですね」とお医者さんに言われています。

なにしろ身体が資本なので、あまり調子に乗らず、マイペースでゆっくりとやっていかないと駄目ですね。体調を壊すと、もともこうもないので・・・自分でブレーキを掛けないと!

## 「写真とともに」

井上 良亮さん

北区で、長年西陣織に携わってきました。

自分の代で店をたたんだ後も、60年来の写真の経験を活かし、二科展はじめ、数々の展覧会やコンクールに作品を出展し、受賞もしてきました。アマガエルが被写体の写真が人気で、これを撮らせたなら右に出るものはいない、と自負しています。

一年前まではカメラを持って元気に外出できていましたが、今は少し動くと呼吸が苦しくなり、なかなか身体がいうことを効きません。それでも写真は自分の希望、誇り、人生そのもの。まだまだこれからパソコンで写真の整理をしたいし、出来るものなら写真を撮りにピョンと外へ飛び出していきたい。



「初夏」井上良亮(会員)

第65回二科会写真部展出品作品

自分で言うのも何なのですが、よくここまで執念のように、長い事活動を続けて来られたなーと思っています。三度の飯より鉄道が大好き!というお陰もあるとは思いますが・・・

これからも、体力が続く限り、鉄道の追っかけをやって行こうと強く思っております。「いつか、外出界?のカリスマ!と呼ばれる日が来ればいいなあー」と訳の分からないことを妄想している今日この頃です。

さて、今度は何処へ行ってみようかな!

## 「似顔絵三昧」

拝師 康男さん



一週間の暮らしは月曜と木曜はデイサービス。火曜、水曜と金曜は午後3時頃よりマッサージ治療の往診を受けています。この日は午前と午後に一時間半ほど仮眠することにしてしています。土曜日曜でもほとんど家に居ます。新聞に目を通し、それ以外はほとんど「似顔絵」を画いています。

平成28年7月に通信講座の「似顔絵」を受講し、平成29年1月に認定証書をもらいました。この間に新聞や雑誌に掲載された顔写真から千人以上の「似顔絵」を画きましたが、似顔らしき個人の特徴が画けずにあります。特に最近はデイの職員や利用者の「似顔絵」に集中していますが、表情は目や口元や顔全体に表れますが、これがおぼろしく、試行錯誤です。

さらに、次のように顔の表情をそれぞれの人をもって画きたいのですが、いまだに肖像画風です。「似顔絵」も奥が深く、顔だけでなくフリを入れたり手足を画き込み、その人らしい働きで雰囲気ができることですが、そこまで到着するのは何時のことでしょう。この「似顔絵」三昧で新年を迎えるでしょう。

# 普通救命救急講習会

～いざという時に!だから毎年学びましょう!～

12月9日たいほうにて普通救命講習会を行いました。講義と実技の2時間半のコースで、北消防署職員2名に指導して頂きました。参加者は、職員、他施設、利用者様、友の会会員含め計18名で多方面から参加して頂きました。テキストの講義のあと、専用の人形を使用して、心臓マッサージや人工呼吸、AEDの使い方などを学びました。受講者の緊張を笑いあいの説明でほぐして頂きながら、いざという時に必要な技術を真剣な姿勢で聞き、実践されていました。



京都市の救急車が現場に到着するまでの時間は平均で6分19秒かかると言われています。目の前で人が倒れ、呼吸や心臓が止まっていた場合、その場に居合わせた人が救命処置を実施するとしなければ、その後の社会復帰に大きな影響がでます。「そばにいる人が1秒でも早く周囲の人たちと協力し、勇気をもって自分に出来ることを行動に移してください」と呼びかけておられました。一人でも多くの方に救命処置の方法を知って頂けるよう、今後も活動していきたいと思えます。同僚やご家族の方もお誘いあわせの上、救命講習に積極的にご参加くださるようお願いいたします。

訪問看護 宮川 真未

## 今年も介護ウェブに取り組みました!



11月12日介護ウェブの署名活動が河原町で行われました。

参加人数は  
葵会から20名、  
県連全体で70  
名の参加でし

た。街行く人は若い人が大多数で、介護ウェブの事を知らない方が殆どでした。まだ遠い話しだと思っているのでしょうか。この署名は自分の未来に繋がっています。子供の未来に繋がっています。明日の私に繋がっています。

5月26日、介護保険の改正法が参議院本会議、自民党、公明党、日本維新の会などの賛成多数で可決され、成立しました。日本共産党の倉林明子議員はこの法案に対し断固反対立場で討論を行いました。さらに政府は介護職ゼロを拡大し介護難民を拡大する危険を増大するものとなっています。みんな声を大にして住みよい日本にしていきたいでしょう。

訪問看護  
藤本京子



## 職員と友の会が一丸となって町づくり運動へ

～秋の共同組織強化発展月間に取り組んで～

10月～11月は強化月間で友の会の会員を50名増やそうと目標を掲げて土曜日に4回の統一行動を行いました。行動日は職員や友の会役員さんから参加者を募り、目標に向かって頑張りました。その結果、23名の新しい仲間が増えました。「いつでも元気」は1名が購読していただけることになりました。

また強化月間にあわせた行事を計画しました。(救急救命学習会、認知症サポーター養成講座などこのページで紹介しています。)

健康平和まつりは11月19日に開催し450名の参加でした。



今後もこのような行事を計画し友の会役員さんや会員さんと共同して取り組んでいきたいと思えます。

4月7日には、お花見会を予定しています。ぜひ、ご参加ください!!



# 認知症の人たちをサポート出来る町づくりへ

～家族会と友の会共催で「認知症サポーター養成講座」を開催しました～



平成29年12月2日 たいほう3階にて友の会、葵会総合ケアステーションの家族会、地域住民対象に「認知症サポーター養成講座」を開催しました。参加者は20人でした。

地域で暮らす物忘れが始まった高齢者の対応について、スタッフによる寸劇を見て グループで意見を出しました。グループそれぞれ個性豊かな意見が出されました。

中には現在介護をされていて、「頭ではわかっているけど、ついきついことを言ってしまう」と、自身の介護を

吐露される参加者もいました。参加者は頷きながら話を聞いていました。

誰も責めることなく、その方の痛みを受け止めていたように感じました。家族会の必要性を痛感しました。

紫竹地域包括支援センターのセンター長による認知症は「脳の病気です」「周りの人の優しい言葉かけで穏やかに暮らしていける」という学びとともに、家族会やこのようにみんなが集って話ができる機会を作っていかなければならないと気の引き締まる講座となりました。

居宅介護支援 竹村順子



京都北健康友の会 待鳳健康友の会支部  
葵会総合ケアステーション利用者・家族の会

## お花見会



職員による漫才・歌・体操  
いろいろあるよ～  
お楽しみ企画準備中！

申込締切 3月31日(土)

日時 30年4月7日(土)午前11時

今宮公園集合(雨天は紫野協立診療所4階会議室集合)

場所 今宮公園

参加費 800円(豪華弁当、お茶、和菓子付き)

連絡先

葵会総合ケアステーション内  
紫竹包括 藤田まで  
TEL 075-495-6638

申込締切 3月31日(土)



去年のお花見会の様子です。



# たいほう納涼祭

～旧待鳳診療所を懐かしく  
思い出しながら新しい出発へ～

平成29年7月22日に旧待鳳診療所(「たいほう」と名称)に葵会総合ケアステーション(訪問看護・紫竹地域包括支援センター・居宅介護支援)が移転し、8月26日(土曜)に待鳳友の会役員や会員の皆さんと一緒に「たいほう」納涼祭を開催しました。

「たいほう」の前の駐輪場で京建労さんからテントをお借りして設置し、唐揚げ・ポテト・枝豆・ビールやジュースを販売し、1階のサロンには健康チェックコーナー(血圧・体脂肪測定・脳トレ)を設けました。皆さんの興味を引いたのか、脳トレは特に大勢の方で盛り上がりました。その奥の会議室はバザー会場です。地域の方々からたくさんの品物(陶器・食器・手作り品・タオル・小物類など)を寄付して頂き飛ぶように売れ大盛況でした。

「たいほう」を内覧された方は旧待鳳診療所を思い出し懐かしんでおられました。

又、今年も楽しんでいただけるよう取り組みます。



## 学びながら取り組んできたこと



紫竹圏域学習会「身体介護」について新しい福祉用具を用いながら学びました。  
(2017年11月24日)



紫竹圏域学習会「これって虐待？」に参加。  
(2017年9月21日)

## 職員紹介 居宅支援

ケアマネジャーとして赴任しました。利用者・家族の皆様へ寄り添った支援に努めていきます。よろしくお願いします。



渡邊泰三さん

茗荷勝行さん

**渡邊 泰三さん**  
(包括支援センターから異動)  
日々精進してまいります。  
よろしくお願いします。

**茗荷 勝行さん**  
(デイサービスセンターむらさきのから異動)  
初めてのケアマネ業務にドキドキしています。頑張りますので、よろしくお願いします。

待鳳支部友の会総会に職員も参加しました。  
(2017年8月26日)

