

おげんきですか

通信 第3号

鎌倉市高齢者生活支援サポートセンター
(特定非営利活動法人 かまくら地域介護支援機構)
〒247-0061 鎌倉市台 2-8-1 台在宅福祉サービスセンター内
TEL 0467 (48) 1130 Fax 0467 (46) 0059

2015年(平成27年)
7月1日発行

5月に開催した「鎌倉市高齢者生活支援サポーター養成講座」に、千葉県流山市の職員さんが視察を兼ね2日間とも参加されました。3年目を迎えた鎌倉市高齢者生活支援サポートセンター事業も含め、養成講座の感想をお寄せくださいました。

養成講座を見学させていただいて

流山市健康福祉部介護支援課 松本ちひろ氏

先日は、鎌倉市高齢者生活支援サポーター養成講座の視察に際しまして、お忙しい中、丁寧なご教示をいただきまして、誠にありがとうございました。

すでにサポーターとして活躍されている方(3名)のお話を伺う機会もいただき、サポーターの方のお話されている間の表情が大変生き生きとされていたことが印象的でした。生活支援サポート事業により、地域社会の中で利用者の方とサポーターの方との支え合いの関係が築かれていると感じました。

また、毎月行われている定例のサポーター会議や、コーディネーターの方の働きにより、サポーターのフォローアップが丁寧に行われていると感じました。そうすることで、サポーターの方も安心して活動を続けていくことが出来るのだと思います。

流山市においても、高齢者の方に地域で安心して暮らしていただくために、地域全体で支える仕組みづくりを、市民の方とともに広げていきたいと考えております。今回の視察を参考にさせていただき、地域の支え合いの仕組みづくりをより良いものにしていきたいと思っております。

今後とも皆様にはお世話になることが多々あるかと存じますが、一層のご厚誼のほど、お願い申し上げます。末筆ではございますが、今後とも、皆様のますますのご健勝を心よりお祈り申し上げます。



サポーター養成講座 受講生の感想

- サポートをするということは、その方の生活スタイルを変えることなく、自分もコントロールするという大切なことを学びました。
- 認知症の話、食支援についての話、いずれもとても興味深く勉強させていただきました。先輩サポーターの体験談を聞き、どなたも楽しくサポートをしていて素敵な時間を過ごしていると思いました。
- いろいろな角度からプログラムを組んでいただいていると感じました。
- このような講座は初めての参加でしたので、非常に有意義でした。自身もいつか支援されるかもしれない。そのためにもこの機会を得て勉強したいと思っております。
- 高齢者としてはじめてこの講座に参加しましたが、身体的な特徴や運動機能について、空間や骨に力を移動する等、いろいろ教えていただきました。これから高齢者が多くなる世の中ですが、大切な事は地域の中で支え合いコミュニケーションがとられているのが一番で、健康である努力も必要だと痛感しました。

サポーターの資質向上のために、年2回スキルアップのための研修会を開催しています。3月に行われた、研修テーマ「認知症“その人”の想い」の時の参加者の感想をご紹介します。

4人に1人がかかるといわれる認知症は脳の病気であり、早期受診、早期診断、早期治療が重要だそうです。初期症状は ◇新しい事が覚えられない。 ◇人と会う約束や日時を忘れる。 ◇方向感覚がなくなる(徘徊)。 ◇出不精になる。◇着衣が乱れる等・・・。

ガンの6割は生活習慣で予防できると聞きますが、認知症もバランスのとれた食事と運動、人との付き合いを大切に、頭を働かせる習慣を持つ事が大切。自ら進んで健康習慣を身につける事が望ましいと言えます。少しの知恵があれば出来る事も沢山あるので自分の出来る事はやってもらい、出来ない事を決めつけない。

特別な病気ではなく、いつでも誰でもあり得る事なので、その人の思いに添ったケアをし、皆で見守り地域で支える「人」を大事に出来る社会を作る事が大切とのことでした。

最後に講師の先生が読まれた作詞不詳、作曲樋口了一氏の手紙(親愛なる子供たちへ)は認知症の人の「魂」の叫びのように心に響きました。(G)

サポーターの声



私が行く日、Tさんはドアにくさび楔を挟んで開けておいてくれます。一応インターホンを押しますが、気づかないことが多いです。耳が遠いうえに仕事に集中しているからです。

お茶を飲みながらいろんな話を聞きました。例えば、鎌倉の海岸が桜貝でピンク色だったこと・・・見た記憶のある人はどの位いるだろうか？

蔵書を処分するつもりで始めた片付けですが、今は執筆のための資料探しになっています。80代の今もチャレンジ続けるTさんの手伝いをするのはエキサイティングなことです。

(H)

80代の方の通院同行、見守りの仕事をさせて頂きました。その方が以前住んでいた近所のアーティストや料理の上手な奥さん、和菓子屋さんの話、小学生の頃遠足に行った昔の柏尾川の様子、著名なお寺のたずまい等、1日2時間、9日間お話をされました。軽い認知症ということでしたが、同じ話は一度もなかったばかりか、デイサービスに行かれた施設で働く若い人への思いやりのこもった話さえあって、教えられました。

父、母そして私には居りませんでしたが、兄や姉にあたる年代の人生の先輩の方々のお手伝いで得るところ大です。(k)

コーディネーターより

この2年間で鎌倉市全域にひろがってきたサポート活動により、サポートセンター事業について少しずつですが各関係機関の理解が得られてきているように感じます。

幅広い年代のサポーターが活動していますが、ご利用者にも信頼感を持っていただき、サポーターが気持ちよく活動できるようにと心がけています。

これからも、サポーターと共に話し合いながら、高齢者の皆さんがお元気で毎日が過ごせるように活動を進めていきたいと思えます。



活動状況(平成27年5月末現在)

	利用者(人数)		登録サポーター	
	女性	男性	女性	男性
鎌倉地域	3	0	26	9
腰越地域	13	3	9	5
深沢地域	4	1	17	1
大船地域	9	3	18	4
玉縄地域	2	2	6	3
合計	31	9	76	22
総計	40		98	

養成講座のお知らせ

☆平成27年度 第2回サポーター養成講座

日時：8月19日(水) 26日(水) 9時30分～16時

場所：大船行政センター 3階 第2集会室