

# 福祉NPO グループ みずほ

<発行> 福祉NPO グループみずほ 理事長：臼井 英子

〒354-0018 富士見市西みずほ台3-3-11ハイツみずほ台104号

電話：049-268-5333 FAX：049-268-5366

介護保険指定居宅介護支援事業所  
介護保険指定訪問介護サービス事業所  
介護保険指定介護予防訪問介護サービス事業所  
住民参加型在宅福祉サービス団体

障害福祉サービス指定居宅介護事業所  
障害者地域生活支援事業・移動支援事業登録団体  
富士見市障害児・者生活サポート事業登録団体  
三芳町心身障害者サポート事業登録団体

## 「グループみずほ」今後に向けて

理事長 臼井 英子

今年の夏も地球温暖化の影響で異常気象により猛暑が続き、熱中症などで救急車に運ばれた利用者さんがいつもより多く見られました。中でも私たちの訪問で異常が見つかり即対応した結果、大事に至らなかったことで家族から感謝のお言葉を頂き、介護仕事のやりがい・励みを感じています。



「グループみずほ」は開設後17年を迎えています。助け合いサービスからスタートして、今では訪問介護ヘルパー・居宅介護支援ケアマネジャー事業を主に障害者支援・移送サービスなど、地域で困っている人たちのお役にたちたいという想いを持って活動を続けています。

昨年度の「グループみずほ」は、地域の皆様・福祉関連事業所などの支援・協力にて事業目標を達成することが出来ました。私たちの課題は、現在もヘルパーさんを増やすことです。今後の事業推進を進めるためには重要な課題になっており、皆で知恵を出し合い、あの手この手を考えながら、適切なアクションを起こしながら解決できるように頑張っていきたいと思えます。

「グループみずほ」の新しい事業については、5月総会において「地域ニーズに即したデイサービス事業の具体化に向けて進めていく」ことが承認されました。その後、物件探しなど情報収集・相談・勉強会などの動きをしていますが難問が多く、まだまだ時間がかかりそうです。手探りの状態の中で、7月理事会において「私たち出来ることからやってみましょう」と決まり、会員有志メンバーで空き家をお借りして「カフェみずほ」を始めました。11月までの期間限定になりますが、試行錯誤を繰り返しながら、前に進めていきたいと思えます。

H27年4月には介護保険改正が行なわれ、要支援1・2の方が地域保険者(富士見市)に移行されることはご存知の方が多くかと思えます。改正後の状況によっては、私たちが地域社会福祉の向上に貢献が出来るのであれば前向きに検討していきたいと思っております。今年度は、目標に向けて実現ができるように、チャレンジを続けていきたいと思えます。

# 福祉NPOグループみずほが 期間限定「カフェ みずほ」 オープン



7月～10月まで、期間限定のカフェを水子貝塚公園近隣、大應寺様隣の民家をお借りしてオープンしました。(第1回7月26日、第2回8月23日) 介護する方、介護される方が一緒にくつろいで、おしゃべりができる空間です。

温かいコーヒーと手作りケーキをご用意しています。

近隣の方、水子貝塚公園にお散歩にいらした方も、ちょっと足を延ばして、是非お立ち寄りください。犬と一緒に散歩の方は、縁側でもお休みいただけます。

介護にお困りごと(オムツの当て方、排泄のケアなど)専門家が御相談に応じます。ほっと一息「写経の会」のイベントも開催いたします。

《詳しい日程は下記の通りです。》

## 第3回 9月20日(土) 13:00～15:00 「オムツ・排泄相談会」

ご希望の方はお電話ください。相談料: 500円(飲み物付き)  
御相談は佐藤(訪問介護管理者・介護福祉士)が対応いたします。



## 第4回 9月27日(土) 11:00～15:00

お席料: お一人様300円 おしゃべりしましょう!

## 第5回 10月18日(土) 13:00～15:00 「写経の会」

先着10名様 ご予約ください

(TEL: 049-268-5333 グループみずほ 小山)

お一人様: 1,200円(写経手本、写経用半紙、墨等材料費、飲み物付き)

初心者の方でも大丈夫、講師が指導いたします。

小筆はご持参ください。(当日、希望者は小筆1本1,000円でお分けいたします)



## 第6回 10月25日(土) 11:00～15:00 最終日です!

お席料: お一人様300円 お楽しみ企画あります。

(お願い)

「カフェみずほ」を  
継続できる空家を探  
しています。情報をお  
願い致します。



# 香りに癒されて...2014年6月21日

アロマセラピーとは-

アロマはギリシャ語で「自然の良い香り」セラピーは「療法」を意味し「芳香療法」とも言われている。植物に備わっている香りと成分により、人間の自然治癒力を高め心と身体のバランスを整える方法と考えられている。

毎日忙しく、ゆっくりと自分の時間を持つ余裕もなかったもので、自分をリフレッシュできる時間が持て、ハーブの効果も勉強した。マッサージは疲れた時に自分でも出来るのでぜひ実行したいと思った。

ハーブティを楽しみ、ゆっくりするこんな研修も時には必要かと感じた。

(ヘルパーT) 仲間のヘルパーが講師となって皆をリラックスさせてくれました。



# ケアマネ奮闘記 パートⅢ (O.C)

介護支援業務に必須のパソコン操作もままならないまま、不安なケアマネジャー生活が始まりました。

始めの頃は、私の担当している利用者の方が、利用されている事業所の名称も利用日も、頭の中でバラバラで把握しきれずにいました。

それでもこの頃は、訪問回数も重ね、やっと利用者の方とコミュニケーションがとれる様になったかな…？というところです。

実際にご自宅に伺ってお話をし、その方の生活全体を知るのには、時間がかかります。そこから求めている援助を導き出し、生活環境や生活手段を整える、といった事が必要となります。利用者の方が求めている生活は何なのか？その事を模索している日々です。

問題が生じた時は、先輩ケアマネに相談し、解決の糸口が見つかりホット胸をなでおろしたり、利用者の方から“頑張ってるね”と温かい言葉をかけていただき、元気になったり、色々な方に支えられながら、これからも奮闘していこうとおもいます。



現在、「福祉NPOグループみずほ」では、4人のケアマネジャーが活動しています。ケアマネジャー0さんは、H25年度に介護支援専門員の資格を取得し、今年4月よりグループみずほでケアマネジャーとして活動しています。まだ、経験が浅いケアマネですが、ご指導、ご鞭撻のほど宜しくお願い申し上げます。



## E.雅子 (H26年5月入社)

① 出身地：群馬県

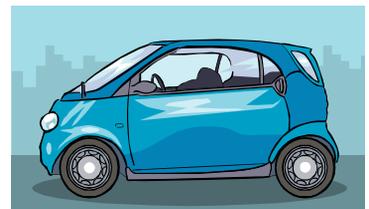
② 趣味は…

浅く、広く、色々と…

③ 仕事上のモットー

博愛を心の柱に「情けは人の為ならず」と念じて働いています。

5月に入社したEさんはサポート事業の送迎もしています。  
宜しくお願い致します。



急募

「訪問介護ヘルパー」募集中!!

\*介護職員初任者研修修了者、2級ヘルパー資格者

\*登録制 (相談に応じます)

\*時給：1,200 (移動費支給・電動自転車貸与・その他福利厚生有り)

お電話下さい！ TEL：049-268-5333 (佐藤)



H26年7月19日

# 「食中毒」研修・健康づくり調理実習（塩分3gのメニューに挑戦）報告

## 食中毒3原則とは…

「菌をつけない」「菌を増やさない」「菌をやっつける」



①手の洗い方— 指1本ずつ、親指の付け根、手首、爪を特に注意して30秒以上洗う。

②食材の衛生管理— 食中毒菌は食品、残菜、有機物の汚れを栄養分にして、水に溶けた栄養分を分解して摂取するので、湿気、温度管理（15～40℃で増殖）が重要です。食器、調理器具、食材の衛生管理に気をつけて、よく洗浄、十分な乾燥を心がける。

\* 消毒のめやす（介護職員初任者研修テキストより抜粋）

水谷公民館調理室を借りて、調理実習の前に、実際に30秒以上の手洗い、調理器具、食材の洗浄を全員が実践、体験しました。

蒸気消毒	最低80℃で15分以上、95℃5分以上
煮沸消毒	最低80℃で2分以上
熱湯消毒	まな板などの場合、熱湯を上からたっぷりかける
逆性石鹼	そのまま、50～100倍にうすめた液に数分間ひたす
次亜塩素酸ソーダ	300倍～500倍にうすめた液に数分間ひたす



## 「塩分3gのメニュー」調理実習

最近病気で塩分制限をされている方が多いので、塩分3gの味を体験してみました。メニューは、「鶏肉の薬味あんかけ、生パインのコールスローサラダ、コーヒークラッシュゼリー」を調理、塩等調味料は計量スプーンで正確に量り、塩分の味を確認、薬味等を使って物足りない塩分を補う、野菜はゆでると量が減るので多く摂取できる、など調理の工夫を学びました。今後、自宅でも調味料は目分量ではなく、計量することで薄味になれるようにしていきたいと思っています。

## 寄付金御礼

高末様、半田様、高杉様 よりご支援を賜りました。

有難うございました。今後とも宜しくお願い申し上げます。

## 活動状況（2014年1月～2014年6月）

	居宅介護支援						介護予防業務委託					
	1月	2月	3月	4月	5月	6月	1月	2月	3月	4月	5月	6月
件数	89	90	89	83	81	83	10	10	10	10	9	9

	助け合い						訪問介護						介護予防訪問介護					
	1月	2月	3月	4月	5月	6月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	1月	2月	3月	4月	5月	6月
利用人数(人)	18	9	16	14	15	17	46	48	49	42	40	40	17	16	16	17	17	17
時間(時)	27.5	20.8	27.0	21.8	35.0	33.0	419.5	449.0	480.0	447.5	447.0	444.5	89.0	83.3	87.3	93.3	100.0	92.0

	障害福祉サービス						移動支援						障害児(者)生活サポート					
	1月	2月	3月	4月	5月	6月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	1月	2月	3月	4月	5月	6月
利用人数(人)	10	12	12	10	10	12	0	0	0	1	0	1	11	8	8	8	11	11
時間(時)	102.8	139.0	151.3	135.5	121.75	148.3	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	0.5	47.0	42.0	41.5	39.5	47.0	49.0

〈編集後記〉



グループみずほの機関紙を作り始めていつの間にか35号になりました。スタート時のサイズはB5版、何を伝えたらよいのか手探り状態でしたが、毎回出来上がった機関紙を眺めて次は…と少しでも充実した紙面を目指してきました。年3回の発行が最近では2回になりましたが、方々から楽しみにしていると聞き、たいへん励みになります。原稿依頼も快く引き受けて頂きに本当に感謝しています。今年はブラジルでサッカーワールド大会があり世界中が盛り上がりました。ただ異常気象による日本各地での災害も多く心が痛みます。毎年無事に1年を過ごすことが出来たらと祈りつつ活動を続けています。秋の足音が聞こえます。皆様お体をお大事に夏の疲れを癒してください。（事務局：小山）