



住民参加型在宅福祉サービス団体  
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  
介護予防・日常生活支援総合事業  
訪問型サービス事業所

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  
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

＜発行＞ 福祉NPOグループみずほ 理事長：白石 紀江

〒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

<http://www.npo-mizuho.org>

## 「福祉NPOグループみずほ」の今



この1年間は新型コロナウイルス感染症の蔓延で、我慢の1年でした。生活は新しい様式になり、三密を避け、マスクを手放せない毎日になりました。しかし、私たちは緊急事態宣言下でも、利用者や家族の方が感染することのないように日頃から気を遣った生活を続け、利用者の自宅を訪問し、密着したサービスを行っています。この生活がいつまで続くのでしょうか？ 一人で考え込むと気持ちが落ち込みます。好きな音楽を聴いたり、時には今流行のYouTubeを見たり、時間がなくて読めなかった本に挑戦したりと前向きな生活を心がけています。晴れて世の中が落ち着いたら、遠慮なく美味しいものを食べに、旅行に行きたい！この事態が収束するまでは、新しい生活様式で油断なく、静かに過ごしたいと思います。

コロナ禍で、産後の家事支援や体調不良時の家事支援の依頼が増えました。利用者が減り、ヘルパーが減り、何とかやりくりをして事業を存続させています。他事業での収入も視野に入れ、助け合い事業の見直しをしていきたいと思っています。もう少しの辛抱です！頑張りましょう！（理事長 白石紀江）



コロナ感染症対策をした事業所の風景

換気のためサーキュレーターを置き、アクリル板で飛沫防止、消毒薬設置

「コロナ禍で我慢していることが沢山あると思いますが、そんな中でストレスをどう発散しているか、この状況が収束したらあなたのやりたいことは何かな？」  
従業員の皆さんに聞いてみました。



ストレス発散方法は今まで忙しくてできなかつた趣味だった手芸やトールペイントをお家時間にしています。作品をひとつ作ると、その達成感でストレス発散出来ているんだと思います。

コロナが収束したら、やりたいことは美味しいものを食べに行ったり、旅行をしたり、友人と食事をしながら楽しいおしゃべり、外出時はマスクを外して出かけたいです。



今やっていること… 散歩、畠仕事、読書  
収束後やりたいこと… 旅行、友人との食事

友達に会えない！  
おなかがすいてないのについ、  
食べておなかの調子が悪くなる…発散出来てない！  
友達と旅がしたい。  
自由に、行きたい所、行きたい時、  
心配なく行きたい！

介護職の仲間が多いので、我慢しているのは自分だけではないことで、強いストレスをかんじることはありません。職場に行って、いろいろ話をして発散できています。  
コロナ禍が収束したら、友達とランチ、田舎の親に会いに行く、映画も見に行きたいです。

ストレス発散!!…食べる!!  
やりたいこと…旅行に行きたい！



料理を作りながら歌を歌ってストレス発散したり、今まで飲まなかったお酒を少し飲むようになりました。  
コロナが収束したら、子供と一緒に水族館、動物園、映画館カラオケに行きたい！外食もしたい！

家の中でできること、作り物、音楽などで自分のストレスを発散、毎日歩く事でこれからも体力が保てるようにしている。  
コロナ禍が収束したら、外に出かける！準備をしておくことです。



現在はほとんど動けない状態ですが、単独でサイクリングをしています。川の堤防にあるサイクリングコースを走っています。自然が広がり、人との接触も少なく快適です。図書館の廃棄処分の本をもらい、読書もしています。

コロナ禍が収束したら、気兼ねなく人の会話や集まりに参加したいです。



「コロナ禍で我慢していることが沢山あると思いますが、そんな中でストレスをどう発散しているか、この状況が収束したらあなたのやりたいことは何かな？」  
従業員の皆さんに聞いてみました。（続き）

外出自粛なので、日頃ストレス発散に友人とランチ会食、日帰り旅行等をしているが、全くできず、また自分がコロナにかかったら会社にどれだけ迷惑をかけるかと思うと発散どころかストレス溜まる一方です。  
収束したら、銀座にも美術館にも、旅行にも行きたい！  
まずは友人と沢山おしゃべりしたいです。

ストレス発散でスイーツを食べすぎてしまい、体重が増えてしました。コロナが収束したら、遠慮なく家族で会食したい、旅行に行きたい！

コロナで我慢していること…帰省すること、会食と外食、遠方（県をまたいだ移動）へ出かけること収束したら、上記のことがしたいです。

ストレス発散になっているか判らないが、今まで手を出さなかった料理に挑戦している。最近は「焼きおにぎり」色々試して、道具が肝心と思い「匠の作った焼きおにぎり用の鉄板」を購入、たれも工夫して何とかまともなものができるようになった。コロナが収束したらテレビで紹介している下町など行ったことがない場所、知らない町をのんびり旅してみたい！



コロナ禍で、全員で研修することが難しい状況になっています。そのような中で、テキストを読み、様々な情報に触れながら、グループみずほが行っている助け合いサービスについて、勉強してみました。

### “今こそ見直そう！自費サービス”

「自費サービス」とは…介護保険外のサービスのこと、例えば、院内介助、通院同行、共有部分の掃除、家族分の調理や洗濯、外出介助等…テキストの事例を読んで感じたことを聞いてみました。

- ・助け合いサービスをもっともっと外部の方に知ってもらいたい！依頼が増えれば、資格なしの方でも登録して、簡単な研修をしてお手伝いできる。泊りがけの旅行の介助等やってみたい。
- ・ここまででは介護保険、ここからは自費、の線引きは実際の利用者の生活を考えたら難しい。利用者の要望が強くヘルパーができるなら対応してあげたい。
- ・グループみずほの助け合い料金は非常に安くしている。利用者の困りごとなど聞いてもっと助け合いを宣伝してもよいと思った。
- ・訪問介護はできないことが多いので「ワンケアプラス」（訪問介護のついでに急な助けが必要になった場合、短時間（15分位）でできることならやってあげるサービス）があると助かるのでは…電球交換、草むしりなど断るのが申し訳ない、誰もいなくて困るだろうなと思うので、やってあげたら私も安心できる。

### グループみずほの助け合いサービスは私たちの原点です。

困っている人達のお役に立ちたい！この視点で新しいニーズへの対応、新しいサービスの創出に取り組めたら、地域の方たちがもっと安全に安心に暮らせるのではないかと考えています。



# ~福祉NPOグループみずほ~ インフォメーション



新人紹介 A.S (2020年9月1日入社)

① 出身地：山口県

② 趣味は：映画鑑賞、旅行

③ 仕事上のモットー：「利用者の立場に寄り添う」介護の仕事で心掛けています。（ひとりで寂しいだろうな）（美味しいもの食べたいだろうな）そう思うと自然に寄り添う優しい気持ちになれるんです。訪問の仕事は奥が深く、まだまだ失敗と反省の日々ですが、1対1がゆえのやりがい、達成感があります。長く続けられればとおもっています。

## ヘルパーさん大募集！



今、グループみずほは、ヘルパーさんが足りません。資格をお持ちで、お仕事をされていない方、ちょっとお休みをしている方、これから資格を取ろうかな…とお考えの方ぜひグループみずほで働いてみませんか！ ご連絡お待ちしています!!

連絡先☎：049-268-5333（佐藤）



## 活動状況(2020年7月～2020年12月)

	居宅介護支援						介護予防支援委託						養育支援訪問事業					
	7月	8月	9月	10月	11月	12月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
件数	58	56	57	56	57	58	5	4	4	5	5	5	1	1	1	0	0	0

	助け合い・有償移送						訪問介護						総合事業訪問介護A					
	7月	8月	9月	10月	11月	12月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
利用人数(人)	13	10	14	13	16	11	23	21	21	22	22	22	2	2	2	3	3	3
時間(H)	37.0	30.8	37.0	40.3	40.3	34.7	245.4	207.2	219.6	230.6	206.9	235.5	8.0	6.8	8.0	7.0	10.8	9.8

	障害福祉サービス						市町村地域生活支援(移動)						障害児(者)生活サポート					
	7月	8月	9月	10月	11月	12月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
利用人数(人)	7	5	6	6	5	5	1	1	1	1	1	1	4	6	6	5	5	3
時間(H)	59.5	62.0	68.5	67.0	51.0	42.0	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	1.5	26.5	13.5	24.5	28.5	24.5	15.5

### 編集後記



思い起こせば昨年の2月だったでしょうか、新型コロナの感染が世界中に広がり、実態の見えないウィルスに恐怖を覚えたのは…あれから1年がたち、感染者人数は増えたり減ったり、そして効果が期待できるワクチンの接種も始まりました。従業員のアンケートには会食、旅行の文字が並び、みなが我慢の生活を強いられています。世界を揺るがす感染症が蔓延した後は、必ず世界が変動すると言われています。このコロナ禍が収束した後の生活がどう変わるのが、それを見る能够のか、もう少し我慢してみましょうか、私たちの事業が皆さんのお役に立っていることを糧に、頑張ろうかな（事務局K）