

ほっとレター

～はじめに～

年末も近づいて来ましたが、皆さんいかがお過ごしですか？インフルエンザも、まだまだ気をつけないといけない時期なので気を付けましょう。

今回のほっとレターでは、半年間の各事業所の活動内容、レクリエーション、季節行事等を情報盛りだくさんにまとめました。今後とも”ほっとレター”を宜しくお願い致します。

まず最初に”ひだま里”から紹介致します

こんにちは、ひだま里です。配食弁当を始めてから約1年になりました!!

今は、火～金曜日の週4回行っております。おかげさまで、忙しい毎日をメンバーさんと一緒に楽しく送っています。一年、色々なことがありました。順調なことばかりではなく大変なことがあった時もありましたが、その全てをメンバーさんと共に乗り越えていくことが出来ました。これからも皆で力を合わせて頑張っていきたいです!!

今回は、厨房からではなく弁当の表紙作りの様子をお届けしたいと思います。

・ひだま里のお弁当には、メンバーさんからの心のこもった文章を添えた飾り紙をお付けしています。メンバーさんが考えた文章を、職員と一緒に確認して飾り紙作りに入ります。



一枚一枚、メンバーさんの直筆で文章を書いています。
それぞれペンネームがあり、「今回は誰が書いたのかな？」と、ひだま里内でも楽しみの一つになっております。

普段、お話が大好きなお二人も
このときは静かに黙々と取り
組んでいます。名コンビ☆



出来ました!!



続きまして配達編。

都合により、近距離撮影は出来ませんがご近所様へ配達に行きます。配達では、エプロン・三角巾を着けて頂き最後まで衛生に気を使ってお届けしています。



車に気をつけて、弁当を落とさないように、細心の注意を払いながらお届けします。

☆シフォンケーキ☆

委託で置かせて頂いている地域のコーナン直産市では、大好評につきいつも完売しています。今回は、ラッピング作業の様子をお届けします。



職員が型抜きしたケーキをラップで包み、透明な袋に入れます。ケーキがとても大きいので、入れるのも一苦労です。(*^_^*)



難しい所は一緒にします。



完成です!!
是非、一度食べてみてください。



「地元高校生との交流七年」

11月1日、北条高校の文化祭に招かれ、人権委員会の生徒さんとひだまりメンバーによるひだまり Café を教室で1日営業いたしました。売上金は4万3千円もありました。

生徒のみなさんの、お一人おひとりの優しい眼差し、また陰に陽にご支援ご協力していただいた先生方のおかげで、ことし7年目の合同喫茶を開催できました。

ひだまり Café は、日ごろ「和ホスピタル」において週2回（月・木）オープンしている喫茶店です。文化祭では、地域のお客様に直接“幻のソーサー”をご賞味していただき、生徒さんともいっしょに楽しく働いてくださり、あっという間に時間がたってしまいました。

秘かにひだまりが積み上げた宝物は、“地元高校生との交流七年”です。

続きまして、すけっと工房からです

お世話になります。すけっと工房が今の場所に移転して1年がたちました。すけっと工房では 今まで通りいろいろな作業を1年を通して行っております。今回すけっと工房で行っている作業についてご紹介させていただきます。

すけっと工房での仕事

① 所内作業…昼食づくり・内職活動



② アパート・高齢者施設・個人宅の清掃



③ ホウサンダングの製作・販売



④ 除草や剪定作業



⑤ 病院内の売店の補助業務



⑥ 病院内の喫茶の運営



⑦ 簡単な建具の製作



⑧ 引越運搬



⑨ 一般廃棄物収集運搬（法人内）…11月から個人宅のゴミも相談を受け始めました。



⑩ 産業廃棄物の収集運搬…現在 売り込み中です。お安く事業所のゴミを収集運搬させていただきます。





…障子の張替え等 こんなこともしています。

(除草作業) 作業前



作業後



すけっと工房でのレク



奥道後にて



松山城にて



ソフトバレーボール大会にて



すけっと工房にて

次は口笛からです

口笛3大ニュース☆☆☆

その① ついに、パン職人が！

今年の8月から念願のパン職人が口笛にやってきました♪

改めてパンの作り方を教わったり、新しいパンを作ってみたりと新口笛に向けての準備を着実に進めています！！

最近では、パン作り興味を持つ利用者さんも増え、皆でワイワイとパン作りを楽しんでいます♪

その② 新口笛工事開始！

待ちに待った口笛の工事！12月6日に新口笛で地鎮祭が行われました☆

来年の3月に完成予定！今から新口笛が楽しみです^^

その③

パン作り以外にも昼食作りを毎日するようになり、利用者も増え、毎日にぎやかに作業をしています☆レクも「利用者さんがしたいことをしたいときにしよう」をモットーにミニレクが増え、夜の動物園に行ったり、南予まで果物狩りに行ったり、と普段できないようなことを行っています♪



続いて、ほっとパートナーからです

ほっとパートナー

「近況」

こんにちは！ヘルパーステーションほっとパートナーです。ほっとパートナーはヘルパー事業を行っており、利用者さまのお宅へお邪魔させて頂き生活の支援を行っています。その様な業態の為、事業所としてのイベント事はほとんどございません…(汗)。ですので、ここ最近参加した研修で得た情報を皆さまにもお知らせしたいと思います。

9月の中旬を過ぎた頃に、「在宅療養者の栄養管理」と言った研修が行われました。タイトルをそのまま出すと堅苦しいですが、要は食べる事の楽しさと意味についての話でした。

講師の方が一押ししていた事は「経口摂取」。出来るだけ口から食べる！と言う事が重要だそうです。「噛む」と言う事は大切な事で、唾液の分泌を促し消化を助け、なおかつ口内洗浄に繋がるそうです。口を使わないと唾液の分泌も悪くなり、舌も動かしくなくなっていくそうです。使わない部位は退化してしまうという事でしょうか。また、噛む刺激はもちろんの事、熱やにおい、味など様々な刺激を脳が受ける事により活性化し、より充実した気持ちになれるそうです。

誰もが食事は大きな楽しみの一つだと思います。口から食事が摂れると言う事をいつまでも保てるよう、自分自身健康に気を付け、また支援者の立場として、利用者の方達がいっまでも健康で居られるよう、努めていきたいと感じました。

「新人紹介」

今年の4月に、ほっとパートナーに新人さんがやってきました！異動で来られましたので、顔を知っている方も居られると思いますが、「矢野信一」さんが、今年度よりほっとパートナーのサービス提供責任者として勤めておられます。皆さんよろしくお願い致します。



続きまして、ねっとハウスくろーばー道後・北条地区からです

あさなぎ・ゆうなぎ

●この半年間でのことについて

くろーばー北条地区のケアホームのあさなぎ、ゆうなぎです。

あさなぎは現在男性 5 名、ゆうなぎでは女性 4 名の方が入居されています。

この半年間ですが、ケアホームからでて、新しく一人暮らしへと移られた方、また新しいケアホームに入居された方等新しい出会いと別れの多い半年間でした。

レクとして春は夜桜を観に行き、夏は蛍鑑賞に花火を観ながらバーベキュー、時には豪華に焼肉を食べに行ったりと思い出となる時間を一緒に過ごせた期間でもあったと思います。今後新しい生活へと移られる方、ケアホームにて共同生活をされるかた方、生活の仕方は様々ではあると思いますが、共に支え合い、自分らしく過ごして行ける場にしていきたいです。

あいほーむ

あいほーむは男性 4 名のケアホームです。平日はすけっと工房やデイケアに通っており、休日は各々ゆっくり過ごされています。

レクリエーションではお花見やお菓子作り、かき氷作りまた、真光園のバザーや盆踊りに参加し、近くの道後商店街にある喫茶店へも毎年行っています。

7 月 7 日には全日空ホテルでほんとねっと全体でビアガーデンも行い、また次の日は地域の市民大清掃で朝早く参加し、神社の階段や周辺の清掃を行いました。神社の管理者の方と一緒に参加されていた民生委員さんにお褒めの言葉や感謝のお言葉もいただきました。今後の行事としてはクリスマス会や新年会を予定しております。

ゆーほーむ

ゆーほーむは男性 3 名、女性 2 名、計 5 名が生活をしているケアホームです☆

日中は、皆さんそれぞれデイケアや作業所などに通所されています。そのゆーほーむでは月に 1 回レクリエーションとして、皆さんで集まって行事に参加したりイベントをしています。この半年の間では、誕生日会をはじめ、お花見やビアガーデンなどの季節の行事、皆さんの要望で、お菓子作りやお好み焼き作り、外食でラーメンを食べに行ったりもしました。今後はクリスマス会や新年会を予定しています。

ケアホーム大

ケアホーム大は男性 8 人のケアホームです。春はお花見、夏はかき氷を作って食べたり、また、ほんとねっと全体でのビアガーデンにも参加しました。他にも蒸しパン作り、お好み焼き作り、カラオケへ行ったりと毎月に行事を行っています。入居者の方の誕生日会もその都度行っています。

12 月はクリスマス会、年末には大掃除を計画しています。

続いて、共同住居からです

共同住居大

共同住居大は男性 3 名の入居者が住んでいます。日中活動ではすけっと工房に通所しいつも頑張っております。

レクレーションは入居者のお気に入りのラーメン店に行っています。誕生日会も行いリクエストメニューにしたりケーキを購入しお祝いします。

年末には大掃除をする予定です。

ひまわり

10月から新しい支援員として片淵さんが入職されました。

ひまわりの夕食は毎日きらりの森の配食をとっていましたが、この機会に片淵さんに作って頂くことになりました。入居者の皆さんからは「出来たての料理はやっぱり美味しい！！」と喜びの声を伺っています。



続いて、ねっとハウスくろーばー石井久米地区からです

ねっとハウス「くろーばー」石井久米（ぬくもり、すずらん、たんぽぽ）地区



職員が2名入職しました！

（左が藤高、右が田村です。）

職員の異動もあり、新しい体制でスタートしました。



休みの日の支援として昼食作りを開始。作ってもいいし、食べるだけでもOK！最初は350円でやっていましたが、今は1食150円の軽食に変更しています。

たんぽぽは現在お休み中ですが、ぬくもりでは毎週木曜日、すずらんでは毎週水曜に行っています。



たんぽぽに、新しく緒方さんが入居されました。趣味はサイクリングと、TV鑑賞。

今後は、掃除の仕事をしたいそうです。



半年に1回のぬくもりでの橘さんのうどん作り。

最近、“〇〇さんによる食事作り”が流行っています。

皆からも「おいしい」と好評です。

ごちそうさまでした☆



10月

初の試みとして、石井久米で**目帰い旅行**へ。

今回は、皆さんの話の中で「岡山に行ってみたい」「海がみたい」などの話があり、やってみようということで、旅行を開催しました。



岡山から夕食に香川の讃岐うどんを食べて帰るという、欲張りプランでした。疲れたとは思いますが、いかがだったでしょうか。北海道や、沖縄、海外旅行（!）にも行きたいという声もありました。実現していけたらいいですね。

10月には、もう1つビッグイベントが！



ぬくもりの河野さんが、松山市民文化祭に参加されました。ぬくもりに入居されてからは、今年で2回目の参加です。この日の為に、春から少しずつ準備を始められていました。応援にもかけつけてくれ、本番ではお化粧も映えて、とてもきれいでした。来年も参加することにしたそうです。楽しみにしています☆☆☆



石井久米地区合同のど自慢大会 in ぬくもり
を開催しました。

参加者と審査員の皆さん



皆さんの投票の結果・・・このようになりました☆



☆ビアガーデン☆

8月、ねっとハウスくろーばーで恒例のケアホーム合同、ご家族の方、各関係機関の方と一緒に松山全日空ホテルにてビアガーデンを行いました。大勢の方が集まって頂くことが出来てとても楽しく盛り上がりました。



料理はバイキング形式で、皆さんそれぞれ好きな料理を取りに行かれました。普段お酒を飲むことがあまりない方もたくさん飲まれてテンションも上がっていたみたいです。天候が少し雨模様でしたが、それ以上に皆さんの元気な集まりで心も晴れ晴れしたのではないのでしょうか。来年もまたビアガーデンに参加して楽しみましょう。

☆防火講習☆

11月、ケアホーム、共同住居、B型事業所の利用者で喫煙者を対象とした防火講話とグループワークをすけっと工房で行いました。ほっとねっとではタバコによる火災を防ぐため、喫煙場所についての理解や、火災原因にはどんなものがあるのかを知り、そして喫煙場所をきちんと守り、少しでも安心・安全な生活を送って頂けるように、今回消防署の職員に来てもらい話して頂きました。



その後、当事者の方とスタッフでグループワークを行い、今回の研修でどんなことに気づくことが出来たのか、又、これからどういうことに気をつけていきたいのかを、お互いに話し合い、意見交換をしました。「すごく勉強になった」「喫煙場所をしっかりと守りたい」「参加して良かった」という言葉も聞くことが出来ました。今回の研修については、また定期的に行っていきたいと思っています。

ふれあいトーク事業について

今年度より、ふれあいトーク事業としてほっとねっとを利用されている皆さんが知りたいことをもとに、学習会を開催することになりました。

第1回は、松山市の越智敏行 PSW を招き、松山市におけるピアサポーターについて説明をしてもらいました。

松山市では、地域移行・定着を利用している方に対しピアサポーターによる支援を行っています。その後、ピアサポーター活動をした方にも体験発表をしてもらいました。



ほっとねっとでも、今年度からピアサポーターとして何人かの方が松山市に登録をし、地域移行・定着を利用している方への支援の他、病院から見学にこられた患者さんへの対応や、家族会等での体験発表などを行っています。



当日はB型事業所、ケアホーム、共同住居等から合わせて82名の参加がありました。

今後も定期的 to 実施しますので、「こんなことが知りたい」ということがあれば、どんどん教えてください。

TOPICS



くろーばー

12月より、夜間支援体制加算Ⅰが算定できるようになりました。

夜間支援体制加算Ⅰとは、入居者の皆さんが寝てから起きるまで職員が夜間対応した際に、ケアホームで勤務することを評価されるものです。

今までも必要があれば、職員が夜間の勤務を行っていましたが、加算が算定できるようになり、緊急時にその体制がとりやすくなりました。その他は、今まで通り携帯等で対応できるようにしています。

編集後記

今回のほっとレターは、ほっとねっとの各事業所で半年間の出来事を一つにまとめました。

次回は季節ごとに合わせて作成し、皆様の元へ届けたいと思います。

ほっとねっとは来年も変わらず常に成長し続け、当事者の方にとってよりよい生活を支援していくことが出来るように共に協力し合い、前へ向かって進んでいきたいと思っています。来年も皆様にとってよい一年でありますように。

NPO 法人ほっとねっと

〒 790-0963

住所 松山市小坂二丁目 2-20

Tel 089-997-7307

Fax 089-997-7308

