



ロゴデザイン：後藤章

公益財団法人武蔵野市福祉公社

武蔵野市福祉公社は、武蔵野市が全国に先駆け、昭和55年に設立した在宅サービス提供機関です。誌名「羅針盤」は、ご利用者を包括的に支援し、その人生と共に歩むサービスの基本姿勢を示したものです。

誌面より

- ホームヘルパーへの対面型の研修が再開しました ……P 1
- 公社職員としてのインターネット活用
- ご存じですか「コンチネンス」
- 武蔵野市の新エンディングノートが好評です！ ……P 2
- たなばた特集
- 社会活動センター・北町高齢者センター
- 高齢者総合センターデイサービスセンター ……P 3
- お知らせ・リレーコラム ……P 4

# ホームヘルパーへの対面型の研修が再開しました



ホームヘルプセンター武蔵野では、全ホームヘルパー（訪問介護員）を対象に毎月「地区別ヘルパー会議」を行っています。令和2年からは新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、対面型研修から動画視聴での非対面型の研修に切り替えました。

訪問介護のヘルパー達は、自宅からご利用者宅へ直接伺いケアをしますので、他のヘルパーに会う機会も少ないです。ましてやコロナ禍では、仕事仲間との悩みの共有や情報交換が難しい状況でした。対面型研修の開催後に多くのヘルパー達から、「久しぶりに話し合いの機会があって本当に良かった」と言う声が聞かれました。これからも、新型コロナウイルスの感染状況に応じて、ヘルパー達が安心して働ける職場の環境を作りたいです。

(ホームヘルプセンター武蔵野 加藤)



▲ 久々の再会。当たり前のグループワークも新鮮です！

コロナ禍では他のヘルパーに会う機会がなかったため、久しぶりに対面研修で、同じ仕事をしている方と顔を見て話し合いができて良かったです。また来月も開催して欲しいです！



## ヘルパーからの声

私がホームヘルプセンター武蔵野に入職した時はコロナ禍の時でした。研修は非対面式の動画視聴だったため、今回が初めての対面式の研修でした。研修ではいろいろな方の意見も聞けて勉強になりました。今までの研修と違い、その場での意見交換は有意義でした。



▲ 関前スペースにて。サービス提供責任者とヘルパーとのコミュニケーションはより良いケアに欠かせません。



▲ 感染症対策で窓を開けての研修。





▲ 講師の吉見氏(右)。研修委員らによる配信です。



去る5月26日に内部研修の第2回目、「情報セキュリティ研修」が行われました。感染予防のためオンラインでの開催となりましたが、コロナ禍3年目になり配信・動画撮影・視聴も慣れたものです。職場自席でのパソコンや部署ごとの大型テレビ、後日配信の動画など、様々な方法で職員全員が受講することができました。場所を選ばず、効率的に情報共有やコミュニケーションがとれるのも、インターネット環境の整備の賜物です。

事前アンケートでは、自宅で自分のパソコンを持っている職員は、回答者のうち9割を超えていました。在宅勤務も可能となり、仕事上だけでなく、

日常生活には欠かせないインターネットについて、今回は改めて仕組みを理解し、私たちが取り扱うご利用者の大切な情報をしっかりと守る術を学ぶ機会となりました。

研修は、ITコンサルタントの吉見修一氏による「福祉公社のシステム環境でのパソコン利用とセキュリティ」、伊藤常務理事の「セキュリティ委員会の役割と福祉公社の体制について」の講義でした。情報セキュリティポリシーをしっかりと守り、それが公社の信頼に繋がることを学び、組織の一員としての自覚が高められました。

(研修委員会 桑高)



## ご存じですか 『コンチネンス』

排泄障害は年齢的な問題だけでなく、様々な病気や薬の影響、身体機能の低下により起こりやすくなります。

「コンチネンス」という言葉を聞いたことがありますか？「排泄のコントロールがとれている状態」を表す言葉です。正常な状態はもとより、排泄障害が起こったとしても、困らないように工夫し、自分らしく生活できていれば、コントロールがとれている「コンチネンス」になります。

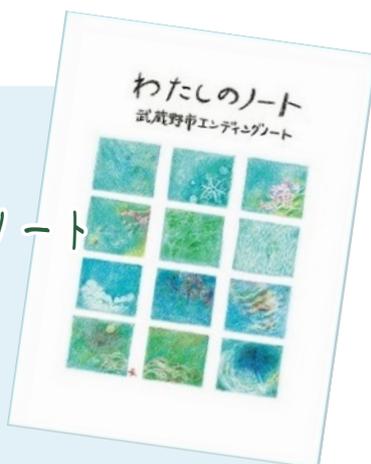
気持ちよく出ない、回数が多い、漏れてしまう、ケアが大変など気になることがありましたら、かかりつけの医師や周りの方、支援の方に「困っています！」と相談し、「コンチネンス」を目指しましょう。

住宅改修・福祉用具相談支援センターには、排泄専門相談（不定期に週1回）があります。コンチネンスの理念を実践する排泄ケア専門員「コンチネンスアドバイザー」がご相談に応じています。お気軽にご相談ください。（住宅改修・福祉用具相談支援センター 牧野）

### ◆コンチネンスアドバイザー

排泄ケア専門員の中でも確かな知識と技術を持ち、高い問題解決能力を有した人材で、NPO法人日本コンチネンス協会が育成しています。排泄ケアの啓発や教育に貢献しています。

## 武蔵野市の 新エンディングノート が好評です！



権利擁護センター職員も協力し、武蔵野市が作成した、新しいエンディングノートの発行から1年が経ちました。「一寸先は闇」、そんな言葉が心に突き刺さるような事件や事故があふれている昨今。コロナ禍での不安からでしょうか、ノートを手にとってくださる方が増えています。

ノートは、「第一章 必ず記入しましょう」「第二章 もしもの時に備えましょう」「第三章 自分のことや大切な人への思いを綴りましょう」の構成となっており、何から書いてよいかわからない時でも、順番に記入すれば、もしもの時に身近なご家族などが困らないようにできています。ご自分の想いや人生の軌跡を記す方法として活用いただき、また自身を振り返り、前を見て、生きている今を大事に愛おしむきっかけとなってくれば幸いです。（権利擁護センター 桑高）

# たなばた特集

社会活動センター 季節の折り紙講座 松尾講師より

## 大作の七夕作品到着！



▲短冊の一つ一つも凝ってます♪



▲彩る飾り達！

## 織姫様・彦星様、願いよ届け



北町高齢者センターでは約1か月をかけて、七夕に合わせた吹き流しを作りました。七つの色鮮やかな吹き流しを眺めながら、ご利用者の皆さんはそれぞれの願いを短冊に書き記し、当日に臨みました。

みずきっことの交流では、天候の影響もあって、二組の親子のみの参加でしたが、それぞれに願いを發表してくれました。

「スイカをたくさん食べたい」といったかわいメッセージや、「家族の健康、世界平和」など皆さんの幸せなどを祈る短冊もありました。ご利用者の願い事も様々で、

「彼氏が欲しい」とドキッとさせる願い事も。みずきっことの交流はご利用者の気持ちを若返らせてくれるきっかけになる良い機会です。願い事が天まで届きますように。(北町高齢者センターコミュニティケアサロン大木)

## われらは陰の立役者「手芸班」！



今回は高齢者総合センターデイサービスセンターが誇る「手芸班」をご紹介します。

当センターでは、毎日のレクリエーションの他に、いくつかのプログラムを用意し、その中の一つが「手芸班」です。「手芸班」は、ご利用者5名、職員1名をメンバーとして火曜日に活動しています。

編み物などの個人で行う活動とともに、デイサービスで必要な物品の作成もしていただいております。最近では、七夕のイベントに合わせ、織姫と彦星のひな型をフェルトで作りました。他のご利用者からも好評で「かわいいねえ〜」と喜びの声があがり、デイサービスの七夕を彩りました。

「手芸班」は、まさにデイサービスの陰の立役者です。(高齢者総合センターデイサービスセンター 後藤)

## 権利擁護センターより

### 講座

#### ● 老いじたくの基礎知識

8月19日(金) 13時30分から15時00分  
@ 福祉公社1階会議室

#### ● 成年後見制度について

9月9日(金) 10時30分から12時00分  
@ 福祉公社1階会議室



### 相談

#### ◆ 法律相談 (成年後見関連)

毎月第2火曜日 (次回は9月13日 午後 / 予約制)

#### ◆ 法律相談 (高齢者にかかる一般法律相談)

毎月第4水曜日 (次回は8月24日 午後 / 予約制)



【問合せ・申込み】

権利擁護センター ☎ 0422-27-5070

## 故人を偲び、謝意を表します

故・高松美代子様は、平成22年より権利擁護センターつながりサポート事業のご利用者でした。地元企業に就職し、人望も厚く優秀で、まだ女性社員が少ない中、定年まで勤め上げられた方です。

さらにはご同居のお兄様の介護もされながら、ご自宅の庭を四季折々の花で彩り、友人や隣人、職員にも丁寧に接する優しさ、芯の強さをお持ちでした。

そのような高松様より遺贈を賜りました。心より感謝申し上げるとともに、今後の武蔵野市の福祉の発展に寄与するため、大切に使用させていただきますことを誓います。(権利擁護センター 桑高)

## 職員レコラム本

## 見えない障害と生きる

高齢者総合センター 管理・社会活動センター  
小林 彩香

「あの子、なんか変だよな」。これは私が子育てをしてきた十数年の間に陰でささやかれてきた言葉である。

私にはASD(自閉症スペクトラム障害)の特性を持った娘がいる。明るく人が好きな娘には、最初は人が集まる。しかし、次第に認識が健常者から障害者へと変わっていく。「私たちとはなんだか違う」。ささやかれた噂は尾ひれがつき、愉快的ゴシップとして広まっていく。そして悪意のない攻撃となって返ってくる。

朝ランドセルを背負った娘は、友達を

見つけ「おはよう！」と駆け寄っていく。「お母さんが仲良くしちゃダメだって」と逃げていく友達を「そっかあ！」と笑顔で返し、一人で学校へ向かう娘を、涙をこらえて見送った。双方に原因のある喧嘩をしてしまった時、「危険性はないのか」「なぜ通常級にいるんだ」と罵られたこともあった。

目に見えない障害をもつ娘は、理解しようともされず排除された。少しずつそのことに気づいた娘は笑わなくなり、学校へ行かなくなった。見えない障害を個

性として受け入れ、向き合っ、理解しあう。そんな世界なら娘の笑顔は失われなかったのではないかと考えない日はない。

現在は「健常者」とは少し離れたところで一歩ずつ前に進んでいる。そして、将来「健常者」の世界へ戻る日が来る。その時、今より少しでも障害に優しい世界でありますように。



今回は  権利擁護センター 村山 咲江

## 福祉公社 各部署のご案内



<ホームページ>

◇ 武蔵野市福祉公社 <https://www.fukushikoshiya.jp>

◇ 武蔵野市地域包括ケア人材育成センター  
<https://www.m-machigurumi.jp>

◇ ホームヘルプセンター武蔵野 <https://help-musashino.jp>

営業時間 8時30分から17時15分 (すべて共通)

### 武蔵野市福祉公社 本部

武蔵野市吉祥寺北町1-9-1

総務課	☎ 0422-23-1165
権利擁護センター	☎ 0422-27-5070
成年後見利用支援センター	☎ 0422-27-1238
生活自立支援センター(三鷹サテライト)	☎ 0422-66-2801
ケアプランセンター	☎ 0422-27-5076
ホームヘルプセンター武蔵野	☎ 0422-23-2611
地域包括ケア人材育成センター	☎ 0422-20-3741

### 武蔵野市立北町高齢者センター 武蔵野市吉祥寺北町4-1-16

コミュニティケアサロン	☎ 0422-54-5300
子育てひろば・みずぎっこ	☎ 0422-38-5150

### 武蔵野市立高齢者総合センター 武蔵野市緑町2-4-1

管理・社会活動センター	☎ 0422-51-1975
在宅介護・地域包括支援センター	☎ 0422-51-1974
住宅改修・福祉用具相談支援センター	☎ 0422-51-1974
デイサービスセンター	☎ 0422-51-2933

## 広報委員会

## 編集後記

強烈な日差しが降り注ぐ夏。地上のすべてのものにスポットライトが当たったように、普段見慣れたものが輝いて見える季節でもあります。

● 羅針盤では、人知れず積み重ねられた福祉の取り組みにスポットライトを当て、これからも地域に発信していきます。(生活自立支援センター 米良)