

## 研修会報告

### I. 訪問介護フォーラム「新総合事業への取り組み」に参加して

3月12日(土) 千葉市農業会館

流山・松戸・船橋の現状発表があった。当法人も「担い手養成研修」のカリキュラムを参考に、これから、どう、人を養成して行けばよいのか！また、A型になった時の金額が下がった場合、ユーアイの運営やヘルパーの時給などの心配もあり、提供責任者として新総合事業について、情報収集・勉強など、これから取り組む問題が多いことを実感した。(伊藤眞理子)

### II. ～精神障害の障害特性と支援について～

3月18日(金) 八千代市福祉センター

心和会 八千代病院長 門倉真人氏

心のボランティア千葉代表・すずらん代表 黒田知映氏

#### 話の聴き方のコツ

- ・常に聴く 聴くことが信頼関係を築くことの基本
- ・説得、批判、解釈等は避ける
- ・深読み、先読み、原因追及等はしない
- ・聴くのにふさわしい態度、雰囲気大切に
- ・聞き手自身が自分のストレスを認める
- ・話をしたくない気持ちから理解する
- ・感情に巻き込まれず、感情を理解する



などの講義を確認し、業務において精神疾患の方々と接する機会にどう接してよいか迷うこともありますが、私は、医者ではないという事。専門的な知識は無くても傾聴する姿勢、真摯に受け止める姿勢を持って、隣人のように接していけばよいのだと、肩の力が抜けたような、少し楽な気持ちになれました。(吉田京子)

最初は私も、心に障害がある方に対して偏見がありました。しかし、重い症状が出ている方は別として、接していく中で、皆さん、ただ、どこかに生活のしづらさがある人だということがわかります。お話を聴き、その方の問題を一人で背負いこみ解決しようとせず、少しだけ手伝うという気持ちであれば、楽な気持ちで接する事ができると思います。そして、黒田氏がボランティアをされているのは、どんな人にも住みやすい街づくりと話されていたのが印象に残りました。八千代市がそんな街になればと思います。(戸田 明弓)



## ユーアイやちよのサービス提供責任者として間もなく1年！



ご縁あって、昨年7月に「ケアステーションひまわり」の訪問介護事業をユーアイやちよが引継いで下さる事となり、60名の利用者様、15名のヘルパーの方々と共にここユーアイやちよにお世話になりもうすぐ1年が経ちます。

提供責任者の業務でもサービスでも、経験も浅く力及ばずという面も多々あり自分の無力さに落ち込むこともしばしば。利用者様は人生の大先輩で学ぶ事が多く、逆に育てて頂いているような日々ですが、そんな自分にも

できる事がある。温かな声かけや思いやる気持ち、そして笑顔！笑顔に出会えば心が和む。心が動く。心が動けば体も動く？！

笑顔の種を蒔き、笑顔の花を咲かせ、笑顔の輪を広げ… これからも皆さんと共に歩み、大きな輪を作っていけたら良いなと思います。自分の仕事に意義を感じ、そして感謝し、今日も八千代の風を体を感じながら、自転車飛ばして頑張ります！！

これからもどうぞよろしくおねがいたします。(小川 千晴)



## “ユーアイやちよ”に感謝の24年！

山脇 かつ子

立ち上げから仲間に入れて頂き、ただの主婦が千葉の社会福祉協議会で、ヘルパー3級、2級の勉強をさせていただきました。まだ、有償ボランティアの頃でした。振り返ってみれば、おむつ交換、入浴介助、掃除、料理と、いつの間にかそれなりに手際よくこなすことが出来るようになりました。

「悔いのない旅立ち」の勉強会で、散骨の仕方、尊厳死協会の入会の仕方、お坊さんや牧師さんから旅立ちの後のお話も聴きました。介護保険制度の前の老人ホームの見学にも行

きました。泊りがけで、箱根の特養にも行きました。

振り返ってみると、利用者さんとの関わりも、辛いことよりも利用者さんの笑顔の思い出がいっぱい詰まったユーアイやちよでのヘルパー活動でした。

ふれあいサロンには今まで通りスタッフとして参加しますが、何分、喜寿を迎え、いささかヘルパーの仕事は身体に自信がなくなったので、ここで区切りをつけます。ながい間お世話になりました。

オープン  
7月2日(土)



## “ユーアイおれんじカフェ”

参加者：地域の介護家族(認知症の方歓迎)関心のある地域住民

場 所：勝田台事務所 カフェルーム

日 時：毎週土曜日 午後 1～4 時

料 金：1 回 200 円 (お茶・お菓子代)



## \*ボランティア募集中\*

**介護職員・ケアマネ・協力会員・ボランティア会員の皆様(資格は要りません)**

職種は問いません。毎回必ず、責任者が居りますので、ご都合のつく土曜日の午後を、ボランティアでご参加ください。(勝田台事務所 登根、大木まで)

## 「笑いヨガ」ってご存知ですか!?

先日、「笑いヨガ」の研修会に参加してきました。

笑いヨガは「笑いの動作」と「ヨガの呼吸法」を組み合わせた健康体操だそうです。普通は、何か面白いことを見たり聞いたりした時、冗談などで笑いますが、「笑いヨガ」は面白くなくても笑える、理由もなく笑います。体操としての作り笑いでも、おかしいと感じて笑っても、ホルモンが分泌され、身体への健康効果は全く同じであるという科学的根拠があるそうです。

最初は体操として(無理やり?)笑い、そのうち、研修会参加者みんなと笑っているうちに笑いの感染力?で、だんだんと無理なく笑えるようになりました。1 時間足らずの入り口だけの「笑いヨガ」でしたが、賑やかにストレッチをして、心地よい疲れを感じました。

講師の方は、柏市で高齢者施設や障害者の施設に、定期的にボランティアで訪問しているとのこと。八千代市でも「笑いヨガ」の教室、集まりがあるようです。(椎名)



## 「語らいパートナーの会」27 年度活動状況

ボランティア 35 名

訪問先 個人傾聴 20 人、グループ傾聴施設 8 箇所

年間延べ訪問回数 394 回、訪問延人数 752 人

