



NO. 90

2019年6月28日(金)

ゆめ 夢 通信

(認定NPO法人)

特定非営利

活動法人

ウェーブ



〒321-1263

日光市瀬川95番地1 (朝日町)

電話 0288 (21) 5330

FAX 0288 (21) 5388

ホームページ <http://npowave.jimdo.com/>

メールアドレス info@wave-i.org

【事務所営業時間】平日9時～18時

詩 佐々木 宏一郎

だれか 助けてくれますか

だから がんばるんです

それは僕自身の努力しか
ないんです

僕の小脳はなおりますか

僕の大脳はなおりますか

教えてくれますか②

梅雨空が、晴天に代わると一気に真夏の太陽に変身、昼夜の気温差が10度以上になってしまう昨今、皆さま、いかがお過ごしでいらっしゃいますか。

新しい元号令和になり2ヶ月が経ちますが、呼称に慣れましたか。私は時折立ち止まる時があります。平成は戦争のない平和な時代でした。令和も絶対戦争を起こさない、そして、原発ゼロにする社会に変えて、負の資産を未来へ引き継ぐことのない時代にしたいです。

6月17日若年性認知症になった奥様を、10年以上介護されている男性2人の話を聞く機会がありました。2人共当初誰にも言えなかった。2～3年経ち言動・行動がおかしくなり専門医の診察により若年性認知症アルツハイマー病と診断。家事のことは一切奥様任せであったため七転八倒の毎日だったそうです。包括支援センターで「認知症家族の会」があり毎月同じ悩みを持った方々の話を聞き、悩みを話し合う毎に気持ちが安らぎ、優しく介護するようになったところ、奥様の表情がとても明るくなり笑顔が見られるようになったそうです。悩んでいる方は、是非とも「認知症家族の会」に参加すること、そして、ご近所に認知症の病気を伝え理解していただくことが大切であり、また、介護も大変楽になるそうです。

理事長 芳賀 マサ子

令和元年度通常総会無事修了

令和元年5月19日(日)市民活動支援センター(二宮尊徳記念館)に於いて令和元年度通常総会が、議案審議の結果、原案どおり満場一致で承認され、無事に終了しました。

今回は役員改選があり、鴫田芙美子様(理事)、福田まさ子様(理事)、添野静子様(理事)、吉原久雄様(理事)、三澤忠雄様(監事)が任期満了により退任されました。

長い間ウエーブの活動方針等にご指導、ご尽力をいただき誠にありがとうございました。

新役員は、芳賀マサ子様(理事)、吉成勇一様(理事)、我妻英司様(理事)、永岡京子様(理事)、池田美佐子様(監事)が再任され、塚原實様(理事)、細谷幸子様(理事)、藤井久美様(理事)、見目悦子様(理事)、吉田貴光様(監事)が新任されました。

なお、5月23日の理事会において、理事長 芳賀マサ子、副理事長 吉成勇一、が選任され就任しました。これからも、皆さまのご指導、ご支援を、よろしくお願いいたします。

新役員の挨拶

この度、ウエーブの理事に就任させていただくことになりました。私は、デイサービスの運転手をしております。ウエーブの活動基本方針であります、住み慣れた地域で安心して生活ができるよう、微力ながら皆さまと共に力を合わせてまいりたいと考えております。どうぞよろしくお願い致します。

塚原 実(ウエーブデイサービスセンター)

今年度各部署からとの事で、仰せつかり2年間務めさせていただく事になりました。わからない事ばかりですが、がんばりますので、よろしくお願い致します。

細谷 幸子(居宅支援)

今年度、役員に就任させていただきました。私は、訪問介護で事務所に係っておりますが、これからはウエーブの活動について少しでもお手伝い出来たらと思っております。皆さまのお知恵を借りながら務めさせていただきます。よろしくお願い致します。

藤井 久美(訪問介護)

新理事の見目悦子です。普段はデイサービスで生活相談員をやらせていただいています。これからもご利用者、ご家族の少しでもお役に立つよう努力していきたいと思っております。

今後とも宜しくお願い致します。

見目 悦子(ウエーブデイサービスセンター)

会員の皆さま、この度監事をお引き受けすることになりました吉田です。歴史あるNPO法人の一つであるウエーブの任は光栄であると同時に、私がふさわしいのか迷いもありましたが、ここでの学びを多くの社会貢献活動の発展に活かせると考え、お引き受けした次第です。

日光市での組織の運営は様々な課題と向き合う事になりますが、共に乗り越え発展できるよう、微力ながら力を尽くす所存です。どうぞよろしくお願い致します。

吉田 貴光(日光市民活動支援センター)

日光ボランティア・市民活動フェスタ2019開催のお知らせ

開催日時 2019年9月7日(土) 10:00~15:00

開催場所 日光市今市文化会館・日光市中央公民館・日光市勤労青少年ホーム

テーマ ♪ つながる ひろがる うまれる ♪



桜の花見、ツツジ、バス旅行・・・デイサービスだより



桜の花見

今年も桜の花見に各所を巡りました！桜にもソメイヨシノや河津桜、枝垂れ桜と沢山の種類があり、それぞれに綺麗な桃色を織り成し、春の訪れを私達に教えてくれました！

ツツジの花見

5月の上旬に霧降高原のツツジを見に行きました。毎年訪れている高原ですが、今年も丘一面に咲き誇った鮮赤色のツツジが、私達を盛大にもてなし、一瞬にして魅惑の世界に誘いました！



日帰りバス旅行

6/5（水）に市有バスでとちぎ花センター（岩舟）に出かけました。当日は天候にも恵まれ、色とりどりの花々が豊かに花香を放ち、それぞれが私達の心を彩ってくれました！



確認 よし！

ウエーブでは月に1回仕事の後にヘルパーミーティングを行っています。知識だけではなく、日々の意欲向上と、ヘルパー同士の間関係にも良い影響を与えていると思います。今回は35名の参加者で、日光市消防本部での救命救急入門コースを学びました。



心肺蘇生法とAEDを用いた除細動です。3班に分かれて、笑いあり、助言ありですが、みんな真剣です。それは「救急車が来るまでに平均約6分かかり、その間の皆さんの行動で救命率に違いが出るのです。」との応急手当の重要性の再認識があったからです。

訪問介護という仕事柄や昨今のニュースからも！との心の変化に私も気合が入り、声や行動にも、…と書きたいところですが、いざ自分の実演の番になるとスムーズに動けずに、消防官の助言にホッとする場面もありました。日頃の心構えと、練習の大切さを実感しました。

余談ですが、私がウエーブで活動するようになってから3回目の研修でも、…です。

訪問介護員 山本 貴子

周囲の声掛けで熱中症予防

梅雨が明けると猛烈な暑さ。若者でもスポーツ観戦しているだけで、熱中症になることがあります。具体的な症状は、めまい、顔の火照り、吐き気、異常発汗、体温上昇などがあり、対処しないと意識が無くなることもあります。高齢者は加齢により、暑さや喉の渇きを感じにくくなり、体内の水分量も減少しているため、屋内でも熱中症になりやすくなっています。早めの水分補給をするように家族や周囲の人の声掛けが大事だと言われています。

予防には、こまめな水分摂取、塩分補給、気温・湿度を気にする、エアコン・扇風機を使って室温を涼しくする、寝不足にならないようにする、就寝中に脱水にならないよう寝る前・トイレ後・起床時にコップ1杯の水分を摂る、などの対処が必要です。熱中症かな？と思ったら、涼しい所で休み、脇やソケイ部(足の付け根、太い動脈が流れている)を、タオルを巻いた保冷剤などで冷やします。

スポーツドリンクなどの水分は一度に大量に飲まず、こまめに摂り、水分摂取出来ない時や症状が改善しない時は、すぐに医療機関を受診しましょう。

デイサービス看護師 阿部 松子

医療川柳・四字熟語 ・ ・ 家族会員 高賀茂 敏男

・ 大部屋は遠慮と会話に気を廻し

・ 真夜中の 看護師介護に 目が

うるむ



くじゅうこうみょう
苦渋光明

何事もあきらめず我慢して少しずつ苦しみを乗り越えれば明るい希望がわいてくる。



ひと味ちがうふれあいコンサート♪

毎年開催されている「ふれあいコンサート」。今年は5月19日日曜日午後3時より、今市少年少女合唱団、ボーカリーナ、四つ葉のクローバーの三団体が、出演しました。

合唱団には私の子供2人が所属しています。毎週土曜日の練習がとても楽しくて、通っています。小林先生より、ウェブでの出演の話聞いて、子供達2人とも嬉しそうでした。

当日は、いつもウェブでお世話になっている方々の前で、我が子が歌う事で、とても緊張していました。尊徳ホールでの合唱、オカリナ、みんなでの大合唱が、とても響いて、歌や演奏が心に届きました。また、聞いて下さるひとりひとりが優しい眼差しで、気持ちよく、歌や演奏が出来ました。知っている曲を楽しく大合唱して、親子で良い経験になりました。子供達も楽しかったと喜んでいました。本当にありがとうございました。

また、来年も楽しいコンサートが開催される事を期待しています。

訪問介護員 福田 理恵

『ほっとウェブ』 ニュース 7月～9月開催

2019年7月18日(木)	午後1時～2時	すごろく交流会
7月25日(木)	午後1時～2時半	介護予防講習会
8月毎週火曜日一日	皆で手芸を楽しみませんか？	
8月22日(木)	午後1時～2時	ギターの演奏で唄おう！！
9月12日(木)	昼食時	敬老の日お祝い御膳
9月26日(木)	午後1時～	オカリナ演奏



- ※ 毎週木曜日午後には、「DVD楽しい音楽リハビリ」で体操をおこなっています。
- ※ 皆さま、火・水も開いています。どうぞお気軽に、お立ち寄りください。



星笑楽さんのマジックで楽しむ



春の太平山へバス旅行

今年の春は、山菜を皆さまからたくさんいただき、昼食に天ぷら、佃煮、炊き込みご飯等々いっぱい美味しくいただきました。1人暮らしの男性は、大喜び。また、50代後半の女性は、山椒の佃煮を口いっぱい頬張ったら、山菜を持ってこられた方から「まあ、そんなに一口に食べて」と叱られて、まるで御姑さんというみたいと大笑い。たわいない会話からほっとするひと時を昼食時に感じることもあります。

ほっとウェブ担当 鈴木 ちず子

防災情報が変わりました！

これまで「避難指示」「避難勧告」「避難準備」といった表現で発令されていた防災情報が、より分かりやすく、直感的に理解できるよう、「警報レベル」という表現に変わりました。具体的には「警報レベル3」や「警報レベル4」と発令された場合には、避難が必要になります。

日頃から避難所・避難経路を確認しておき、「警報レベル3・4」が発令された時には、速やかに避難できるよう準備をしておきましょう。なお、「警報レベル3・4」は、①緊急速報メール、②防災行政無線、③テレビ、ラジオ、④防災アプリ、などで市から伝達されます。確実に情報を受け取れるよう、複数の手段で情報を確認するようにしておく有効です。



活動報告 (2019年4月1日～2019年6月28日)

- | | |
|---|---------------------------|
| 4/21 (日) | イオン幸せの黄色いレシートキャンペーン贈呈式 |
| 4/27 (土) | 東照宮結婚式参列者車椅子ボランティア |
| 5/8 (水) | 平成30年度会計監査 |
| 5/14 (火) | 第1回理事会 |
| 5/19 (日) | 令和元年度通常総会
ふれあいコンサート |
| 5/23 (木) | 第2回理事会 |
| 5/24 (金) | にっころ認知症・若年性認知症の家族の会総会 |
| 5/28 (火) | 鬼怒川温泉入浴介助ボランティア (丸京ホテル) |
| 5/28 (火) | 日光市ケアマネジャー連絡協議会総会・研修会 |
| 6/13 (木) | 日光市介護サービス事業者連絡協議会「指導者交流会」 |
| 6/13 (木) | 雇用管理者責任者講習「総合コース」 (宇都宮市) |
| 6/17 (月) | ケアマネジメント支援会議研修会 |
| 6/21 (金) | 日光二荒山神社結婚式参列者車椅子ボランティア |
| 4/4 (木)、5/21 (火)、6/28 (金) | にっころ福祉のまちづくり今市地区推進委員会 |
| 4/7 (日)、5/6 (月) | フードバンク日光定例会 |
| 4/17 (水)、5/8 (水)、5/22 (水)、6/12 (水)、6/26 (水) | ボランティアフェスタ実行委員会 |
| 4/17 (水)、5/15 (水)、6/19 (水) | スタッフミーティング |
| 4/24 (水)、5/22 (水) | デイサービスミーティング |
| 4/25 (木)、5/23 (木)、6/27 (木) | とちぎ地域福祉ネット定例会 |
| 5/30 (木)、6/25 (火) | ヘルパー研修会 |



お詫びと訂正

ゆめ夢通信 NO.89号のP2中段 起きる・立つ・移乗するの研修会に参加して村上訪問介護員の記事について記述に誤りがありましたので訂正しお詫びいたします。

誤 優しく丁寧にすることを学びいきがる研修会になりました。

正 優しく丁寧にすることを学びがいきる研修会になりました。



募集

ウエーブは、皆さまのご支援、ご協力によって活動を続けています。

「困ったときはお互いさま」お時間の空いている時に、登録して一緒に活動してみませんか。

★正会員会費	3,500円	★家族会員会費	6,000円
★賛助会費(個人) 1口	3,000円	(法人) 1口	10,000円

『認定NPO法人』を継続していくために、寄付(賛助会費は寄付にあたります)3000円以上を、毎年100人以上から、支援していただくことが条件にあります。ご支援よろしくお願ひいたします。



ご協力誠にありがとうございました (順不同・敬称略)

会員・寄付者ご芳名(2019年4月1日～2019年6月28日)

正会員(活動・利用会員) 総合計 137名(活動56名・利用81名)

新規) 6名

継続) 131名

家族会員 合計 21家族



賛助会員

法人 合計 3法人 3口 30,000円

個人 合計 69名 85口 255,000円



寄付者 合計 51名 合計 437,818円

その他

たくさんの方からお菓子、野菜、お茶、日用品などのお心遣いをいただきました。

お名前は省略させていただきます。誠にありがとうございました。

編集後記

久しぶりの編集後記です。最近、ダイエットをしています。ここ3ヶ月で10kg程、体重が落ちました。それが嬉しくて、色々な人に「体重が落ちた!」と言っていたら、ある日、友達から「〇〇さん、体重が軽くなったら、口も軽くなったね。」と言われました(涙)・・・今後は口を重くします(笑)。

S.M