

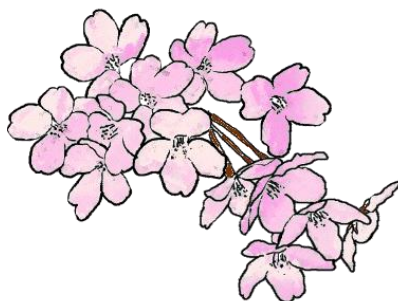


NO. 81

2017年3月30日(木)

ゆめ 夢 通信

特定非営利
活動法人
ウエーブ



〒321-1263

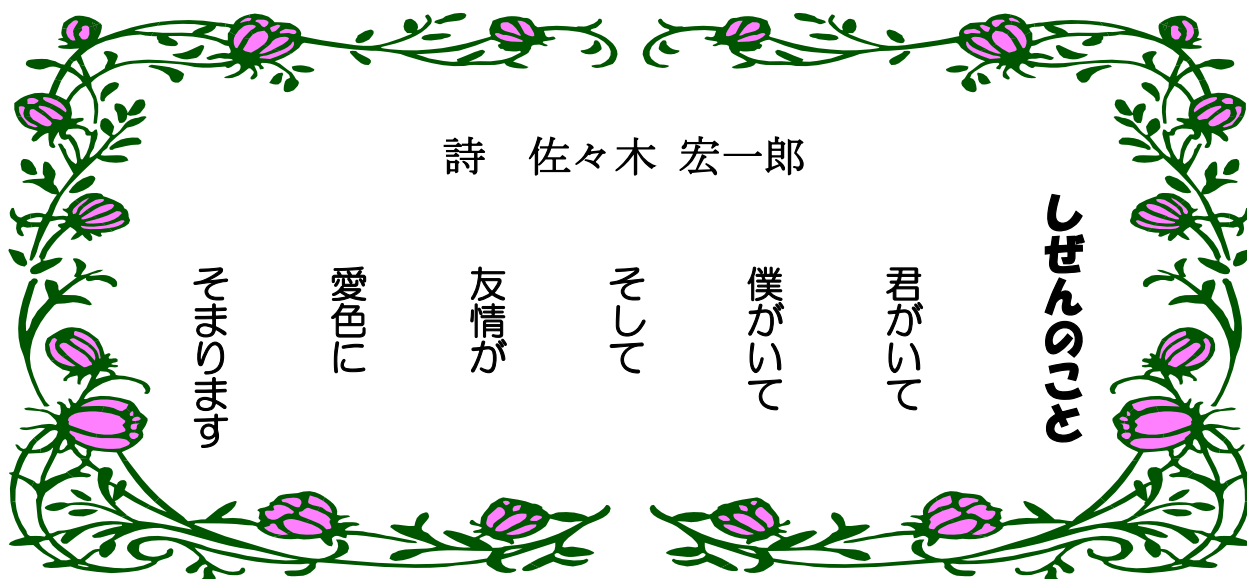
日光市瀬川95番地1(朝日町)

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



桜便りが、日本列島をにぎわす時季になりました。ここ数日冷え込みが続き開花してきた桜の花も立ち止まっているようです。庭のクロッカス、水仙、ヒヤシンス等は日に日に蕾が膨らんで春の到来を告げています。

暖かな陽射しが待ち遠しい昨今ですが、皆さま、いかがお過ごしでいらっしゃいますか。

最近、社会問題になっている働き方改革の長時間労働について、残業時間の上限を「月100時間未満」ただし、繁忙期の特別な場合のみに、と落ち着いたようですが、日本人の働きすぎは解決されそうもありません。たとえば、繁忙期ですと毎日残業5時間が可能となります、今までと変わらないのでは……。

長時間労働によって、もっとも失われていると思うものは何かを、働いている男女にアンケートしたところ、①心身の健康、②家族と過ごすこと、③家事をすること、が上位三つだったそうです。

若者たちが、夢を抱いて社会へ巣立つ春季に当たり、働く時間を短くし、心にゆとりのある職場でないと、増えつつある若者の心の病は減っていかないと思います。

人間の体力、精神力も奪い、時にはその人の一生をも壊してしまう長時間労働は、雇用する側、労働する側共に、大きな社会問題として考え、対策を講じていかななくては明るい社会や未来は築けないと思います。私たち介護を担う職場においても、介護員の働く環境を改善していきたいと思ひます。

皆さまのご支援とご協力に感謝を申し上げます。

理事長 芳賀 マサ子

目薬の効果を高めるには

白内障などの眼疾患や花粉症、今時のドライアイなどで点眼することがあります。ここで点眼の方法をおさらいしたいと思います。

顔を上に向け、人差し指で下まぶたを軽く引き、目薬を正しい用量（たいてい一滴）さしてまぶたを閉じます。まぶたから漏れた目薬はティッシュなどで軽く押さえる程度に拭きます。目薬が涙管内に入って鼻涙管から鼻の方へ流れてしまうと効果が得られなくなることがあるので、目を閉じたまま1分位目頭を押さえるとよいそうです。2種類以上点眼する時は5分位間隔をあけて行いましょう。

最後に、一行為一手洗、必ず手をきれいにしてから行いましょう。

デイサービス看護師 阿部 松子

接遇マナー研修に参加して

「ご利用者様の太陽になる！」という演題で、松尾友子先生より素晴らしいお話を伺いました。

誰にとっても日々の生活において、人と接することは不可欠です。出来たら誰とでもスムーズな関係を築きたい思いはあるものの初対面の方は、特に緊張してしまい、表情が硬くなってしまうことがよくありました。

人の第一印象は、半分以上が視覚から入るようで、表情のこわばりはご利用者様にも不安を与えかねません。

今回学ばせていただいた接遇マナーの五大原則は

1. 感じの良い「挨拶」と「返事」
2. 印象を高める表情 → Full smile
3. 立ち振る舞い → 背筋をまっすぐに
4. 品格を伝える言葉遣い → 敬語、接続用語、クッション言葉を的確に
5. 身だしなみをきちんと整える



これらの事は、様々な職場や人間関係においても通じる事ではありますが、まずはご利用者様に安心していただけるよう、あたたかいサービスを心がけていきたいと思っています。

訪問介護員 和泉 永子

医療川柳・四字熟語・・・家族会員 高賀茂 敏男

・ 恐ろしや 心の奥まで 透視する (レントゲン)

・ 誠奉白視
(せいほうはくし)



・ ふんどしや 古式ゆかしき パンツかな

真心を込めて看護されると真の
白衣の天使に見えてくる。



節分・豆まき

「鬼は外、福は内」。今年も皆さんと「新年の厄払い」をしました。自分の年齢よりも1つ多く豆を食べるようですが・・・大変です。

ひな祭り

ひな祭りのちぎり絵をみんなで作りました。皆さん、心が若返ったようで、夢中になって作っておられました。

皆さん、お若いですね！



ギター・ハーモニカ演奏

ボランティアの川村秀一さんがギターとハーモニカの演奏をしに来てくれました。

生の演奏に皆さんうっとり。熱心に聞き入っておられました。

とちぎソーシャルケアサービス学会に参加して

「人とのつながりからつくりあげる、そこに生きるひとのための地域包括ケアシステム構築のあり方」をテーマに発表、講演、シンポジウムがありました。社会福祉専門職として地域の支援に何ができるのかを考え、学ぶことができました。

大田区では、医療、保健、福祉の分野の専門職、民間企業、行政機関が手をつなぎ、地域の高齢者の安心・健康をテーマに活動しています。地域の人たちとともに、見守り、助け合いによって、高齢者が安心して暮らし続けられる地域づくりをしています。那須塩原市の方は、居場所づくり人づくりを実践しています。

現在、多くの地域で、高齢化、核家族化、過疎化が進み、近隣のつながりも少なくなりました。誰もが安心して暮らせるように、各分野、各機関が連携し、あらためて地域の人たちがつながり、お互いに見守り、支えあう事が大切だと思います。それが、これからの私たちの生活の安心にもつながるのではないかと思います。

デイサービス調理師 田代 美由紀

移転します

「ほっとウエーブ」は、4月から東町の元つちやそば店をお借りし移転します。

開催日・・・毎週 火曜日・水曜日・木曜日
土曜日（各イベント開催日に予定）

時間・・・10時～15時

料金・・・食事・手芸・各イベント材料費は実費

第2月曜日：にっこう認知症・若年性認知症の家族の会 相談日

火曜日は、おひとり暮らしの方、高齢者世帯、認知症の方を介護されているご家族が、情報交換をしたり、介護の専門職を交えて悩みや不安を、皆さんと共に話し合うことができる「オレンジカフェ」の日です。

店内はとても広く、手を伸ばしてのびのびと体操できるようになり体力作りに役立ちます。カラオケ、ゲーム等の楽しみとパッチワーク、人形作り、折り紙やぬり絵の趣味等に活動内容を充実したいと考えています。

地域の皆さん、誰もがいつでも来たいときに立ち寄り、お茶を飲みながら気軽におしゃべりできる、「ほっと」な居場所「ウエーブ」。お互い顔見知りになり、日々のふれ合いの積み重ねで支え合う力が生まれます。

そしてそれは、お互い「どうしているかしら」と言う安否確認になります。人と人との繋がりを大切にして、一人ひとりイキイキと暮らしていくことは介護予防にもなります。

* 調理手伝いのボランティアを募集しています。（時間は11時～13時まで）

* 眠っている囲碁、将棋をお貸しして下さる方を探しています。

ご支援よろしくお願いたします。

ほっとウエーブ担当 鈴木 ちず子



平成 29 年度通常総会のお知らせ

と き 平成 29 年 5 月 21 日 (日) 午後 1 時 受付開始

ところ 日光市中央公民館 2 階 会議室

(住所 : 日光市平ヶ崎 160 Tel : 22-6211)



総会後の「ふれあいコンサート」は視聴覚室に移動して、ソプラノ歌手片岡恵美子様、ピアニスト八巻聖美様、ナレーターに岡正子様をお迎えして、お楽しみ頂きたいと思えます。



日程

総 会 : 午後 1 時 30 分 ~ 午後 2 時 45 分

休 憩 : 15 分程度

演 奏 : 午後 3 時 ~ 午後 4 時 30 分

※同封のハガキにて、5月13日までに出席等をお知らせください。

平成 29 年度 訪問介護員研修のお知らせ

平成 29 年度は、以下のような内容の研修を予定しています。

- ・守秘義務について
- ・腰痛予防について
- ・記録の仕方
- ・身体介護の技術
- ・交通安全について
- ・ヘルパーの心得について
- ・新介護保険法について

LSA たより

私ごとですが、最近同級生と会う機会が増えている。子育てがひと段落し、仕事を続けている人もいて、やりがいのある仕事を見つけることは、幸せに通じる事と思います。

先日の研修会「ご利用者様の太陽になる！」はとても勉強になりました。特に、品格を伝える“言葉遣い”“敬語”“接遇用語”“クッション言葉”は大変参考になりました。

夢を叶える秘訣は“好奇心”自信、勇気、継続。年をとったらこんなことは出来ない、そう思ったら今すぐやった方が良いでしょう。時には失敗するかもしれないし、挫折するかもしれない。何度も転んだり、回り道をしたりするうちに、人間的に余裕やふくらみが出てくるのだそうです。

どう働くかは、どう生きるかにつながるような気がします。

今、目の前にあるものに真剣に取り組んで仕事をしていきたいと思えます。

日光市高齢者住宅生活援助員 上吉原 淳子

活動報告 (平成28年12月26日～平成29年3月25日)

1/16 (月)	日光市主任ケアマネジャー研修会	1名
1/20 (金)	ウエーブ新年会	40名
1/24 (火)	日光市社会的孤立防止見守り事業推進協議会及び研修会	1名
1/31 (火)	とちぎ市民フォーラム 「新地域支援事業の動向と、 これから住民がすべきことは？」 (高根沢町)	8名
2/7 (火)	日光市 ケアマネジャー連絡協議会・地域包括支援センター合同研修会 「高齢者虐待～ケアマネジメントの際の基礎知識～」	2名
〃	平成28年度難病患者支援者向け研修会 (鹿沼市)	1名
2/11 (土)	第21回在宅ケアネットワーク栃木 総会・シンポジウム	1名
2/18 (土)	第11回日光市社会福祉大会	1名
2/26 (日)	第13回とちぎソーシャルケアサービス学会 (宇都宮)	2名
2/28 (火)	全職員研修「対応マナー～ご利用者様の太陽になる！～」	47名
3/5 (日)	移送サービスのつどい2017	2名
3/9 (木)	支え合いのまちづくりセミナー	2名
〃	デイサービスミーティング	8名
3/16 (木)	第4回理事会	11名
3/24 (金)	障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための 法律等に関する事業者説明会 (宇都宮市)	1名
1/26 (木)、2/28 (火)、3/23 (木)	とちぎ地域福祉ネット定例会	延4名
1/17 (火)、3/13 (月)	日光福祉のまちづくり推進委員会 今市地区会議	延2名
2/13 (月)	日光福祉のまちづくり推進委員会 全体会議	1名
3/14 (火)、15 (水)	平成28年度介護サービス事業者集団説明会 (宇都宮市)	延3名

「幸せの黄色いレシートキャンペーン」のお礼

イオン今市店様より、2016年9月～2017年2月までの半年間、お客様よりウエーブに投函していただきました黄色いレシートの総額は1,290,255円との報告をいただきました。その1%に相当する12,900円をウエーブの活動に助成させていただきます。贈呈式は4月29日土曜日を予定しています。イオン今市店様、また黄色いレシートキャンペーンにご協力くださいました皆様に感謝申し上げます。ありがとうございました。

イオン今市店様では毎月11日が、「幸せの黄色いレシートキャンペーン日」です。これからも引き続きウエーブの箱に、よろしく願いいたします。



缶飲料のプルタブ回収を終了します。

アルミ缶回収は、平成11年7月から環境美化運動の一環として“ポイッと捨てずにウエーブへ”と始めました。約8年間回収したアルミ缶は118,150個でした。

清滝町の古河スカイ（株）へ持っていき、1個1円に現金還元して、ふれあい活動資金に当てました。

平成18年7月から毎月回収しているアルミ缶は、NPO法人はばたきさんが、月1回ウエーブに取りに来て障害者の活動、アルミ缶つぶし作業に使用しています。

平成21年1月よりプルタブ回収を始めました。“プルタブで車いすを！”のアルミ資源回収運動は、地球温暖化防止運動の取り組みでもありました。

ちなみに、車いす1台をいただくには、プルタブ800kg～1200kg回収することです。今まで8年間回収したプルタブは279kg、送料分90kg差引くと現在の車いす重量は189kgです。あと現重量の5倍を回収するのに何年かかるか分かりません。

また、社会状況も19年前とは随分変わりました。

先日、テレビ番組で放送されましたが、缶飲料のプルタブは、缶に付けたままリサイクルの方が効率がよいということです。


かつての缶飲料は、開缶の時にプルタブが缶から分離する構造だったため、プルタブが多数ポイ捨てされて、環境問題になりました。それで、プルタブの回収運動が始まりました。その後、缶の加工技術が進歩して、プルタブを缶に密着させたまま、開缶できる構造になりました。結果、プルタブのポイ捨てが無くなりました。

プルタブ回収運動は、プルタブのポイ捨てを防止するために始まったので、缶に密着しているプルタブをわざわざ缶から外してまで回収することは、本来のプルタブ回収運動の趣旨ではないということでした。

アルミ缶のプルタブは、アルミ缶から取らずに、アルミ缶につけたまま、アルミ缶回収に出していただきますよう、よろしく願いいたします。

大変長い間、ご協力くださいました方々に、お礼申し上げます。

芳賀 マサ子



会 員 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」一緒に活動してみませんか。特に通院等の送迎できる方、運転するのが好きな方のご入会をお待ちしています。

★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

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 (平成28年12月26日～平成29年3月28日)

正会員 (活動・利用会員) 合計 185名

新規) 5名 小計 22名

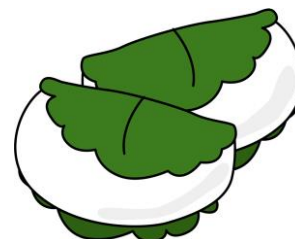
継続) 1名 小計 163名

家族会員 合計 25家族

賛助会員

法人 合計 5法人 5口

個人 合計 83名 103口



寄付者 12名 寄付金 155,120円 総計 1,158,813円

その他

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

2月26日、幸運なことに10倍を超える倍率の抽選に当選し、東京マラソンに初めて参加することができました。直前に体調をくずしたこともあり、当日は無理をせず完走を目指して臨みました。普段は絶対に走ることができない東京のコース、景色に感動しつつ、給食のバナナやみかん、アンパンを味わったり、沿道の声援に応えたり、大会自体を存分に楽しむことができました。前日の受付、エキスポも含めて、一泊二日の素晴らしい東京旅行となりました。

Y. Y

