



- サブスタッフをより深く知るためのニュースレター -

□サブスタッフの活動の実際①

□中町高齢者在宅サービスセンターにインタビュー

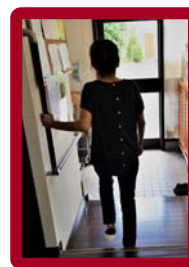
## サブスタッフの現場 へ直撃！

サブスタッフ養成講座修了後の活動はなかなかイメージできないものだと思います。そこで、修了後に各事業所で活躍されているサブスタッフのみなさんの様子を紹介します。今号では、デイステーション涼風で活躍している塚本さんの、活動に密着しました。

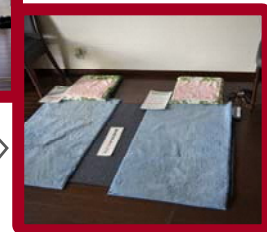


## 9:00 準備スタート

事業所内の机や椅子を移動し、会場設営をします。バイタル測定や体操に必要な物品を順次、セッティングします。準備が終わったら空き時間を利用して、塚本さん自身も体操を行います。自分自身の健康にもつながる上に、利用者のみなさんを補助する際にもトレーニングのコツを知っておくことは重要です。



空き時間にトレーニングを行う塚本さん



体操の準備も万端！

## 2

## 9:30 血圧測定

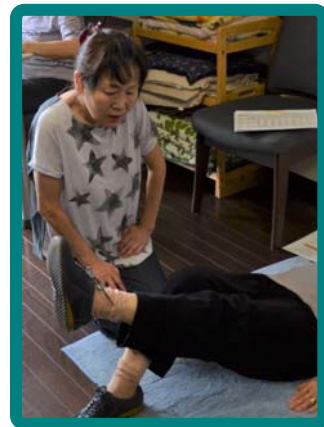
利用者が事業所に到着後、まず血圧や体温などバイタル測定を行います。測定や記録は利用者自身で。塚本さんは、血圧測定や記入のサポートをしていました。元気よく挨拶しながら調子を伺う姿に釘付け。細やかな配慮で場を和ませていました。



## 3

## 9:45 個別機能訓練

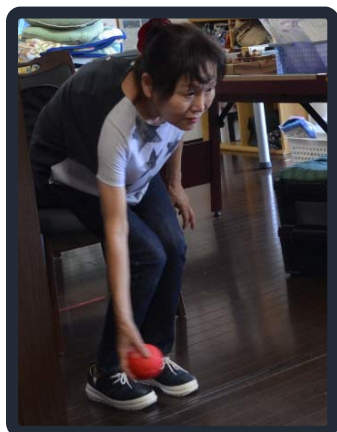
個別機能訓練では、臥位での体操や段差昇降、計算問題など体や頭を使う体操を10数種目、サーキット形式で行います。塚本さんは、利用者の体操の補助を行い、姿勢の修正や運動のアドバイスを行ってました。



## 4

## 11:00 生き生き活動

生き生き活動では、手芸や書道、外出など様々な活動を行っています。取材時は、ボッチャ大会でした。ボッチャは、目標のボールにいかにか近づけるかを競うスポーツです。東京パラリンピックの種目でもありますね。塚本さんもみなさんに交じって一投を！



## 5

## 12:00 片付け・見送り

サービス終了後は、元気よく利用者を送り出す塚本さん。その後、手際良く物品の片づけと掃除を行って、半日の活動は終了しました。

デイステーション涼風での活動はいかがでしたか？利用者へ手助けし過ぎないことを念頭に、利用者のみなさんが主体的に実践できるようサポートしているのが印象的でした。ご協力ありがとうございました。次号もサブスタッフの活動の様子をお伝えします。

# 事業所・サブスタッフの声をお届け！

事業所の紹介も5ヶ所目となりました。今号は中町高齢者在宅サービスセンターにて、サブスタッフについてのお話を伺いました。

## サブスタッフの存在が働きやすさにつながっています。

中町高齢者在宅サービスセンターは、特別養護老人ホーム「つきみの園」にある事業所で、小金井市在住の高齢者の在宅での生活を支える事業所として幅広く事業を展開しています。今回は、サブスタッフ養成事業を担当している福井さんに事業所や活動中のサブスタッフの様子について伺いました。

### Q. 提供しているサービスは何ですか？

**福井：**通所介護サービスでは、これまでの国基準のものと、総合事業の中で小金井市基準のサービスを提供しています。目的ごとにサービスの対象者を分けていて、総合事業では運動を学習療法を組み合わせる介護予防に特化したサービスを提供しています。

### Q. 事業所の特徴は何ですか？

**福井：**事業対象者から要介護5まで幅広い利用者を受け入れており、様々な方に対するケアを積んでいるスタッフが多いのが強みです。また、施設が大きい強みを生かして、総合事業も空いている部屋を活用して、実施しています。

### Q. サブスタッフ養成事業を始めたきっかけは何だったのでしょうか？

**福井：**小金井市からの依頼です。ボランティアに近い人たちが小金井市が育成しようとしているので、そのお手伝いのつもりで始めました。

### Q. サブスタッフのみなさんはどんな活動をされていますか？

**福井：**総合事業で活動しているサブスタッフは、まず、座位体操を一緒に実施します。サブスタッフの皆さんは利用者よりも若いので、動き方など、お手本になっています。マシントレーニングに関しては、基本的な補助や声かけなどを担当しています。今では負荷の設定をササッと変更したり、細かいところまで気配りをしていただけるので、サブスタッフはいないと困る存在です。



サブスタッフ養成講座を担当している生活相談員の小原さん。

### Q. サブスタッフがいて良かったことは？

**福井：**特に利用者の見守りや脳トレの採点は職員だけでは十分に手が回らない時もあるので、サブスタッフに担当してもらえるのがありがたいです。あとは、地域にお住まいの第三者がいてくれることで職員に自制が働くのが良い点ですね。どうしても、利用者と職員の距離が近くなると慣れ合ってくるので、地域の方が施設にいて、身が引き締まります。サブスタッフの方は、いろんな経験をしてきているので、「あっ、そうなんだ」ということを逆に教えてもらうことも結構あります。他にも、職員よりも利用者とのコミュニケーションを密にとってくれていることもあるので、後日に「こんなことを言っていたよ」と、職員になかなか入ってこない情報をサブスタッフの方が聞き出してくれることも助かっています。今後は、今までの恩返しもありますし、サブスタッフの皆さんに対して、僕らの視点や立場でできることをサポートしたいと思います。



### 中町高齢者在宅サービスセンター

所在地：東京都小金井市中町2-15-25

16周年を迎える「つきみの園グループ」の中で、デイサービスなど在宅サービスを展開している。