

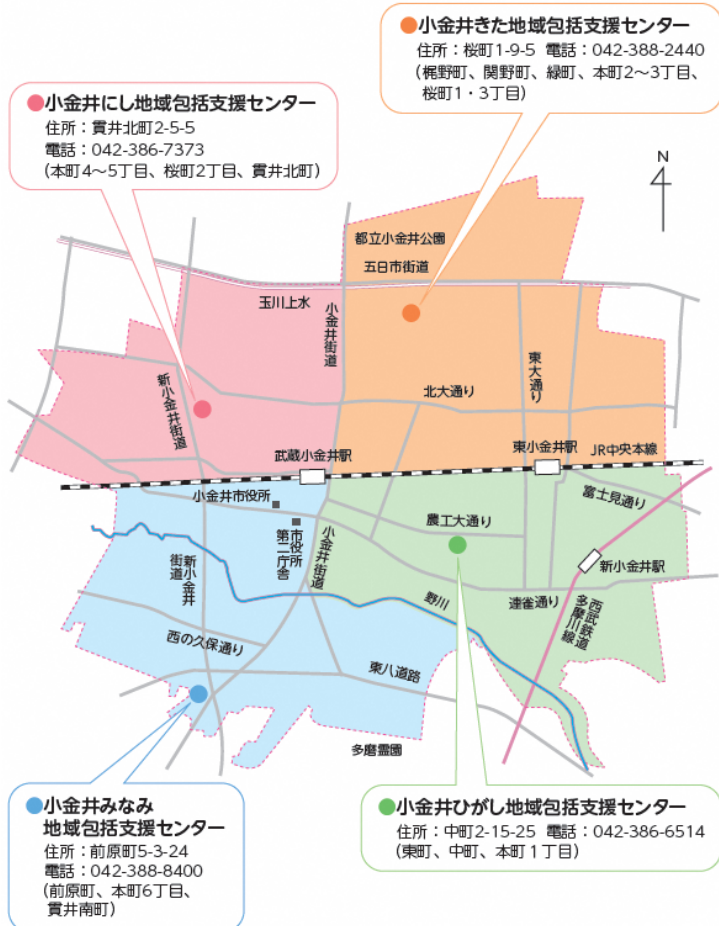
今号では、第9講で学ぶ小金井市のサービスや第10講の地域資源調査の概要についてご紹介します。これまで利用者に向けていた視点を、少しずつ地域へも広げていきます。

第9講：小金井市のサービスを学ぼう！

小金井市にはどんな介護保険サービスがあるのでしょうか？いざ問われると答えに窮する方が大半かもしれません。第9講では、小金井市の介護保険サービスについて学びます。介護保険サービスを利用する流れや利用できるサービス、さらにサブスタッフのみなさんが関わるサービスまでとらえます。第9講を学べば、みなさんがどんな制度の中で活動するのか、なぜサブスタッフが必要とされているのか、より理解が深まると思います。



第10講：街を歩いてデイサービス利用者が使える地域資源を探してみよう！



第10講では、地域包括支援センター（以下、センター）と市内に広がるサロンやさくら体操、カフェなどの団体、それぞれ1か所ずつ見学します。

地域包括支援センターは、地域住民が健康に生活を送ることができるよう支援をする機関です。市内には4か所あります。調査の際に、お住いの近くのセンターを見学し、センターの担う役割や機能などを調べましょう。

また、市内には100か所以上ものサロンやさくら体操などの介護予防や健康増進に関わる活動に取り組んでいる団体があります。身近なところに「こんな活動があるんだ！」と、あっと驚くでしょう。もしかしたら、みなさんが取り組みたい活動が見つかるかもしれません。この調査を機会に、地域で活動するきっかけとして下さい。



図. 小金井市の地域包括支援センターの所在地

事業所・サブスタッフの声を届け！

今号で桜町高齢者在宅サービスセンターのサブスタッフの皆さんの声を届けるのもいよいよ最後です。どうぞご覧下さい。

一緒に学ぶ仲間がいるからこそ楽しく受講することでできたサブスタッフ養成講座。今号では、現在の活動の様子やサブスタッフとして活動する上でのポイントを詳しくうかがいました。

Q. では、みなさんの活動のご様子を具体的にうかがいたいと思います。現在は、どういう活動をされていますか？

柳瀬：毎週金曜日の12時50分から15時40分まで活動をしています。

柏谷：まず事業所に到着したら、利用者が来るまでに当日行うことの準備を始めます。そして、利用者が来たら、バイタルチェックを行います。

伊藤：その後は、毎回行うことが違うんですが、今日はお茶会を行いました（誕生日を迎えた利用者がいたようです）。サブスタッフを始めて、2年目になって、レクリエーションのような活動も私たちが行うようになったんです。みんなで内容を考えて、スタッフさんに採用されれば「次回はこれで行きましょう！」と。

柳瀬：今日のお菓子も伊藤さんが、150円以内であちこち探して見つけてきたんです。あとは、府中の美術館に行ったこともあるんです。

伊藤：みんなでアイデアを出して場所を決めたり。

柳瀬：この前は、小金井公園に桜を見に行ったり、農工大や博物館にも行きました。喫茶店にも行ってみんなでおしゃべりもしましたよ。

伊藤：利用者の方もどこに行きたいか希望を言ってくれるんです。そういえば、「花見の時もご家族で行くと車で回って見るだけだから、歩いてみたい」って希望された方がいて、一緒に歩きました。

私たちがいれば歩けますもんね。

Q. サブスタッフとして活動している時に心掛けていること、意識していることはありますか？

伊藤：事故のないように心掛けています。

柏谷：私はできるだけ話を聞くように意識しています。

藤野：先輩から学んだのですが、私が心掛けていることは目線を合わせることです。先輩が利用者と話すと時に片膝をついて利用者さんの顔が見える

ように話されていたんですね。お話したい方も結構おいでになるので、話を引き出しやすくするきっかけにしています。

柳瀬：私は話が得意でないので、利用者の方のそばに寄って話を聞くように心掛けています。注意しているのは、利用者の方が集中している時には声をかけない、ということです。サブスタッフ養成講座が終わった時、「みなさんは何ができますか？」と尋ねられた時、自分には何もできないと思っていたんですよ。それが見つかったんです（笑）。

Q. 今後、サブスタッフとしてやりたいことはありますか？

柏谷：仲間を募って、高齢の男性を対象に食事を定期的に食べることができるような場を作りたい。実習中にカレーライスを作る機会があって、男性のみなさんが本当にたくさん食べたんですよ。楽しくて仕方なかったらしいんです。男の人って家で一人だとたいした物を食べないだろうし、「食事会って楽しい！」って雰囲気を作りたいんです。

Q. 最後に今年度、受講を決めたサブスタッフのみなさんに向けてひと言お願いします。

柏谷：養成講座はちょっとキツイかもしれないけど、そこを踏ん張ればどんどん楽しくなります。色んな人にも出会えますよ。

藤野：ここに参加するまで、小金井市には高齢者のためのプログラムがあることを全然知らなかったんです。自分が求めれば行けるところがたくさんあるんだということを知って、その知識を得るだけでも、ものすごく価値があったと思います。

