

# たすけあい名古屋

通信第149号



## 仕事を楽しめる団体として



夏の日差しが厳しい毎日ですが、少し前に学生時代の友達と会いました。

友人は一部上場企業勤務で、若くして管理職。余暇も充実しており、ゴルフ焼けがまぶしい、俗にいうエリートです。そんな彼と働き方の論議をしました。彼からすると、僕みたいに自分で起業してやっている人間は、なんでそんな不安定な生き方をしているの?と思うみたいで、自分自身で仕事をやっている事実が信じられないようでした。

僕の方では、彼みたいに新卒からずっと1つの大企業に勤めていて、今は管理職になったりしても、個人としては何も活動をしていない人間は、その会社に何かあって倒産や合併とかがあったりしない?とか、社会が不確定要素を抱えていくのに、1つの会社に依存して何で平気なの?と勝手に思います。僕自身は、今後どんなことがあっても絶対に生きていけるだろうという確信があるから僕の方が安定していると思っているし、彼は自分の大企業が潰れるわけもないし、自分が会社から離れることも無いと思っているから彼の方が安定していると思っているみたいでした。

どちらが正しいとかではなくて、仕事と社会の関わりについて、考えさせる瞬間でした。

最近実感してることは、「仕事を楽しむ」ということと、「生産性が高まる」ということは、実はセットだということです。仕事を楽しむ人が増えれば、自然と社会全体も明るくなります。生産性が高まれば、余暇が増え、生活にゆとりができ、人の心に余裕が生まれ、さらに社会は明るくなります。きっと悲しいことも減ると思います。

「労働生産性の高い国にして、結果的に仕事を楽しむ労働者が増える」

福祉職は地域で未来の関わりをも作り出せる仕事です。たすけあい名古屋でのキャリア形成が、関わる人生のよき指針になるように。これからもたすけあい名古屋で、働いています(働いていました)というブランドを構築していきます。その活動が総じて多様化する二ホンの未来の働き方の解になると信じています。(代表理事 熊田 光臣)

### — 鳴子初の認知症カフェ —

## 「たすけあいカフェ」 8.24(金)オープン

どなたでもご利用可能なカフェです。

ケアマネによる相談スペースもあります。

休憩したい時、困った時、相談したい時…

お気軽にお越しください!

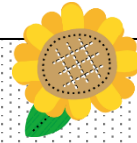
場所 たすけあい名古屋 本部事務所横(旧のんたん)  
緑区鳴子町4-13 第1カンテ

営業日・時間 **第4金曜日 13:30~15:30**



「おひさまカフェ」は、「たすけあいカフェ」と統合することになります。9月26日(水)がおひさまカフェ最終日です。今までご来店下さった方々、ご協力頂いた皆様、ありがとうございました。これからもどうぞよろしくお願ひ致します。

# 介護みどり (訪問介護) だより



7月のヘルパー研修は、キューピー株式会社名古屋支店の真鍋さんに「高齢者の栄養摂取のポイント」についてお話をして頂きました。介護食の試食もあり、「食」に対する理解を深め、ご利用者一人ひとりに合った食事について考えていく機会となりました。

高齢者の食事のポイントはいくつかあります。参考にしてみてください。

- 食事はエネルギー源になるものや食物繊維、タンパク質、水分などの栄養摂取が目的。
- 低栄養（必要なたんぱく質、エネルギーが不足した状態）に対して、卵などの良質なたんぱくをとるとすることが必要。
- 食欲を増進させるには、より五感を活躍させることが大切。
- むせやすくなるので、うまく咀嚼と嚥下（噛んで飲み込む）をするためには、とろみなどを付けて食塊形成をすることが必要。

## ◆◆ ヘルパーさんの感想 ◆◆



研修風景

◆今回の研修で高齢者のタンパク質不足の話がありました。最近テレビでもそういう話を聞くことが増えてます。

ご利用者で栄養不足と言われている方がいます。豆腐や納豆は食べられないがチーズは食べられるそうなので、今の食事に足してもらおうよと思って、買い物を頼まれた時に声かけしてみました。研修で6Pチーズ1個には3gの

タンパク質が含まれているということでしたので、少しでもとっていただきたいです。また、不足している栄養素が取れるので、介護食を2～3日に1食でも取り入れてはどうかと思いました。

◆以前支援で使用していたとろみ剤よりも現在のものは使いやすく進化していると思いました。介護食を試食した時には、かなり味が濃いと感じましたが、塩分は1g前後(食塩相当量)という話でした。高齢者の方は味覚が鈍くなっているのに塩分以外の物で味を感じるように工夫されているのだと思いました。すべてを介護食でまかなうのではなく、普段の食事作りに一品足す感じで使えるかなと思います。

◆研修でタンパク質をしっかり摂取することや、むせを予防するため食塊形成が大切だということがわかりました。キューピーの商品ではマヨネーズとドレッシングをよく利用していますが、医療食や介護食を出していることは知りませんでした。日々の介護に携わっている人の負担軽減に役立つと思います。試食のとろみサイダーは何とも微妙な味わいでした。レトルトは素材の味が生かされていると感じました。

◆今回の研修は試食もあり楽しく、勉強になりました。食べる喜びは生きる為の大事な「力」です。その大切な食について学ぶことができたのはたいへん良かったです。高齢などにより、嚥下能力が低下し、食べることに困難を抱えている方たちにもその喜びを感じていただくのは大切な事だと思います。また知識を学ぶと共に試食することにより具体的に学びました。味も固さも様々なバリエーションがあり、充実しているのに驚きました。



試食の様子

## 生活介護・児童デイかるむ (障害者総合支援) だより

終業式の日には午前中で学校が終わり、みんな早々とデイに来所します。いつもよりデイにいる時間が長いので、どこかへ遊びに行こうと考えましたが、公園はとても暑い・・・どうしようかと考えた時、水族館が浮かびました。水族館は子どもたちも大好きな場所です。涼をとるのにもちょうどいいということで、お昼ご飯を食べた後、車で名古屋港水族館へ向かいました。行った時間は開催しているショーがなく、館内しか見られませんでした。魚をみたりヒトデに触ってみたりと、とても楽しい体験をして過ごしました。

これから楽しい夏休みです。まだまだ暑いですが、子どもたちと楽しく乗り越えていきます！ (児童デイかるむ 柴田 遥)



名古屋港水族館

## 鳴子のおひさま (小規模多機能) だより

七夕では、各々の願いを書いた短冊を、笹の葉に飾り付けしました。「夫婦健康で長生きできますように」「万馬券が当たりますように」「宝くじが当たりますように」などいろいろな思いの短冊があり、多くの方は「元気で長生きを」と書かれていました。職員は皆さまの願いが叶うよう、そして毎日笑って過ごして頂けるよう一日一日を大事にしていきたいと思ひます。

最近では蒸し暑い毎日ですが、季節を感じていただきたくスイカ割



誕生日会

りもしました。女性は優しく、男性は力強くワイワイしながら楽しみ美味しくいただきました。

その他、3名の方の誕生日会を行いました。ケーキはご利用者、スタッフで協力して作り、全員でお祝い！スタッフからの些細なプレゼントも喜んで頂けたのかと・・・猛暑の続くこの夏を、熱中症や脱水症に注意を払い乗り切りたいと思ひます。 (鳴子のおひさま 原 正行)



スイカ割り

## デイサービス鳴子だより



熱帯夜が続いています。いかがお過ごしですか。

8月は夏バテ対策として、アイスクリームの日を設定し、ご利用者の皆様とアイスクリームを頂きます。また、8月8日は「民踊さん」と一緒に盆踊り！夏の風物詩をご一緒に楽しみ、暑い夏をデイサービス鳴子で過ごしましょう☆

写真は7月に開催したスイカ割りと流しそうめんの様子です。職員手作りの新鮮なスイカを皆さんで割ったり、竹筒を流れてきたそうめんをすくったり…夏は暑さを吹き飛ばすイベントがたくさんですね！ (管理者 青木 一祥)



流しそうめん と スイカ割り



# 天白福祉会館だより

## 認知症予防で「けん玉に挑戦！」

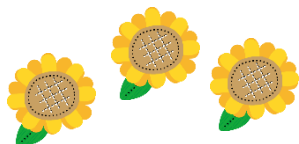
懐かしい昔遊びのひとつ「けん玉」は、認知症予防に効果があると言われています。スクワットと同様に「足腰が鍛えられる」こと、「脳を活性化できる」こと、慣れないことを一生懸命に行っている時は、脳の働きが活発になります。

今回認知症予防教室で「けん玉」に挑戦しました。「やったことないからできないよ」「難しいよね」と手に取る前から不安な様子でした。最初はお手玉の要領で大皿から手に、手から大皿へと膝を使い繰り返しました。少し慣れたら本番です。糸をたらした状態から上に引き上げ大皿で受けます。「膝を使うんだよね」と言いながら、「できたー」と興奮した嬉しい叫び声があちこちから。時間がたつのも忘れるくらい集中することができました。「楽しいね」「夏休みに孫とやろう」という声も。けん玉をとおして、遊びが運動と脳年齢の若さを引き出し、健康づくりに役立つ良い機会となりました。

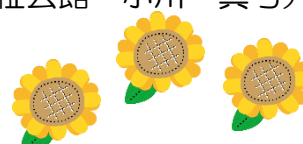


けん玉に挑戦

(天白福祉会館 小川 真弓)



## トピックス



### たすけあい名古屋主催 なるこふれあい祭り(仮称) お知らせとお願い

今年も「たすけあい名古屋」は、「なるこふれあい祭り(仮称)」を開催いたします。

お世話になった地域の方々やご利用者に感謝をこめて催し物や模擬店やを予定しています。

**新品・未使用品でバザーに寄付して頂ける品**がありましたら、10月12日(金)までにご協力お願い致します。

バザーの収益は当法人の福祉活動に使用させていただきます。

詳細は ☎899-0833

たすけあい名古屋事務局まで

### - 地域交流 - 鳴子学区夏祭り



台風の影響で不安定な天候でしたが7月29日(日)鳴子中央グラウンドで開催された鳴子学区夏祭りに「たません」の模擬店を出店し参加しました。

過去最高の枚数を提供し、暑い暑い夏に地域の方と共に楽しいひと時を過ごすことができました。

ホームページをご覧ください

たすけあい名古屋

検索



特定非営利活動法人(認定NPO法人) たすけあい名古屋

代表理事 熊田 光臣

〒458-0041 名古屋市緑区鳴子町四丁目13番地 愛知県住宅供給公社鳴子第1住宅

TEL 052-899-0833 FAX 052-899-0800

Eメールアドレス: info@tasukeainagoya.com