

花きりん新聞 9号



発行者：NPO 法人コラボエどがわ URL：<http://collaboedogawa.net/>

(2016年1月25日発行)

現在のご利用者数 (2015年9月比)	ワーク (就労支援)	ナース (訪問看護)	ハート (相談支援)
	28人 (+1)	102人 (+3)	64人 (-4)

コラボエどがわより新年のご挨拶

あけましておめでとうございます。本年も“花きりん”をどうぞよろしくお願い申し上げます。昨年12月、三事業のうち訪問看護ステーションと相談支援センターは環状7号線と清砂大橋通りが交差する東葛西7丁目に移転しました。年末年始を経て、新事務所もすっかり落ち着いたところです。

さて、昨年も多くの訪問看護に入らせていただきましたが、考えさせられることが多々ありました。マンション世帯が多いのは葛西地域の特徴ですが、一人暮らしで認知症を発症しているケースや近隣との交流がないことにより孤立している状況も増えつつあるようです。また、親族が高齢で健康や介護等の不安を抱えるなか、一人でお世話をしなければいけないことで悩む姿も見受けられました。人に頼ることなくいままでの人生を過ごしてきたことから、「私はいいから、他の人のところに行ってあげなさい。」とご本人が支援を拒むケースもありました。支援拒否はセルフネグレクトともいいます。いわゆる「自己放任」つまり「自分自身による世話を放棄・放任」した状態です。また、親族の負担軽減のために社会的支援は不可欠ですが、上述のように支援の手を差し伸べることが困難なケースでは、熟年相談室や生活安全センターの方の介入、マンションの管理人・清掃員の見守りとともに花きりんスタッフも信頼関係を築くところから支援をスタートすることができました。成年後見人を立ててその方の財産管理することはもちろん、医療福祉のサービスが適切に受けられるように条件整備することの大切さ、困難さを痛感いたしました。このような経験から、当法人として、認知症ケアを切り口に地域貢献を形にしていこうと決意した所存です。今後、リサーチをしつつ活動方針を決めていく予定であります。微力ながら地域のために頑張っておりますのでよろしくお願いいたします。

理事長 鶴岡 恵子 (つるおか けいこ)

ワーク花きりんより ～新たな一歩へ～

2016 年も早 1 カ月が過ぎようとしておりますが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。お蔭様で、今年でワーク花きりんも 5 年目を迎えます。皆さまのお力添えもあり、年々利用者数も増え、昨年 12 月末の段階で今年度の延べ利用者数が 2,747 人、平均利用者数も 15.09 人と昨年度比 1.2 倍増という結果を出すことができました。また、利用者数の増加だけでなく以下 3 点のように内容も大きく変わりました。

- ① 利用者の方が主役です！！ ～ミーティングの進行も利用者の方が担当～
- ② 清潔で快適な職場づくり！！ ～作業終了後、毎回清掃を実施～
- ③ 仕事も遊びも充実！！ ～作業効率の向上 & 年 4 回のイベントを開催～

上記以外にも、地域活動・相談支援センターかさい様とのコラボレーションによる就労セミナーの開催や企業見学・面談・実習に参加するなど、まさに変革の一年となりました。一部では、ワークの雰囲気厳しくなってしまったとの声もありますが、多くの利用者の方が望む「働きたい」「社会で役割を持ちたい」という目標に向けて、その第一歩を踏めたのではないかと考えています。そして、今年のワーク花きりんは『挑戦を楽しもう！！』をモットーに明るく楽しく自身の体調と向き合えるよう、そして時には厳しく、利用者の皆さまの夢を実現するための居場所でありたいとスタッフ一同考えています。引き続きよろしく願いいたします。

吉川 康広（よしかわ やすひろ）

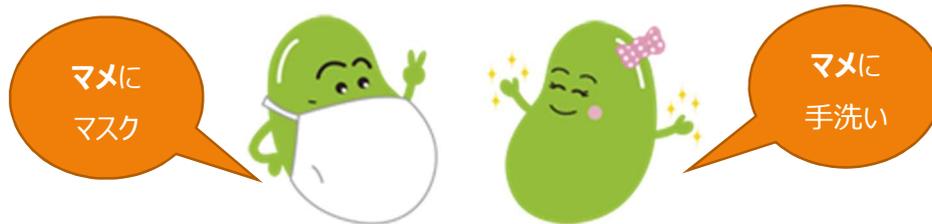
ナース花きりんより ～インフルエンザ予防のためのうがい・手洗い～

謹んで新年のお慶びを申し上げます。2016 年が始まりましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか？

今シーズンは平年より 9 日遅く昨年より 29 日遅く、ようやく 1 月 12 日、東京にて初雪が観測されました。その後 1 月 18 日には積雪があるなど、暖冬と言われるものの冷え込みが厳しい日も見受けられます。国立感染症研究所で発表されているインフルエンザ流行レベルマップにおいて、2016 年第 1 週の定点あたり報告数は 2.02（患者報告数 9,964 人）となり、2015/2016 年シーズンで初めて全国的な流行開始の指標である 1.00 を上回ったようです。今回は風邪・インフルエンザ予防のうがい（*1）・手洗い（*2、*3）について紹介したいと思います。

うがいと聞くと「ガラガラ」と行うものを想像すると思いますが、一度目のうがいは「クチュクチュ」と食べかすや口の中の有機物を取るため口に含み比較的強うがいをします。2・3 度目のうがいは上を向いて、喉の奥まで届くように「ガラガラ」と 15 秒程度うがいをします。

手洗いについてはきちんと行っていると答える方が多いと思います。しかしながら、手洗いにどれくらいの時間をかけているか尋ねられると首を傾げてしまいませんか？手洗いは 15 秒以上かけて行うと有効と言われています。①流水でよく手を濡らした後、石鹼をつけ、手のひらでよくこすります②手の甲を伸ばすようにこすります③指先・爪の間を念入りにこすります④指の間を洗います⑤親指と手の平をねじり洗いします⑥手首も忘れずに洗います⑦十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。



厚生労働省のインフルエンザ予防啓発キャラクター「マメソウくん」と「アズキちゃん」

うがいでも手洗いでも「15 秒」がキーになりますが、15 秒を計ることはなかなか難しい上に、案外長いものです（TV コマーシャルひとつ分が概ね 15 秒です）。アメリカで有名な手洗いのコツは「ハッピーバースデー」の歌です。米国疾病管理予防センター（CDC）では「ハッピーバースデー」の歌を 2 回歌いながら手を洗うことが推奨されています。声を出して歌うことは恥ずかしいかもしれないので、心の内で「ハッピーバースデー」の歌を歌いながらうがい・手洗いをすると少しだけ楽しみながら行えると思います。以下の動画（*4）を参考に、ぜひお試しください。しっかり手洗い・うがいを行って、2016 年も元気に過ごしましょう。

服部しほり（はっとり しほり）

参考 URL :

- *1 株式会社明治 イソジン（うがい・手洗いのススメ） <http://www.meiji.co.jp/drug/isodine/learn/basic/>
- *2 厚生労働省（正しい手の洗い方） <http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkaku-kansenshou01/dl/poster25b.pdf>
- *3 サラヤ株式会社（手指衛生・手指消毒） <http://pro.saraya.com/kansen-yobo/influenza/tearai.html>
- *4 Hand Washing to Happy Birthday（YouTube 動画） <http://www.youtube.com/watch?v=9qKofTcMsY0&sns=em>

ハート花きりんより ～地域で安心して暮らすためのサポート紹介～

新年おめでとうございます。今年もハート花きりんをよろしく願いいたします。ところで、最近「地域福祉権利擁護事業ってどんなことをしてくれるの？」「成年後見制度って何ですか？」といった問い合わせをいただくことが多かったので、本当にざっくりですが簡単に説明したいと思います。

『地域福祉権利擁護事業』も『成年後見制度』も、一人で契約や手続きを行うことが難しいときに利用する制度です。

『地域福祉権利擁護事業』は一人で契約や手続きをすることが難しくても、「誰かに手伝ってもらおう」と考えられる場合に利用できます。一方、『成年後見制度』は、自分のことを自分できちんと判断することができないときに、本人に不利益がないよう、支援する人を定める制度のことをいいます。『地域福祉権利擁護事業』は社会福祉協議会や区の無料法律相談などでも扱っているので、気になる方は相談してみるのもいいかもしれません。

杉本 美乃（すぎもと よしの）

参考 URL:

江戸川区社会福祉協議会 安心生活サポート事業（地域福祉権利擁護事業）

http://www.edogawa-shakyo.jp/fukushi_yougo.html

見学・ご利用のご相談は、下記事業所までお気軽にお問い合わせください。

☆就労継続支援事業所 ワーク花きりん 〒134-0083 東京都江戸川区中葛西 6-10-7 江戸川ビル 1 階
TEL：03-6808-1670 営業日：月～金(祝・年末年始を除く) 営業時間：10：00～16：00

☆訪問看護ステーション ナース花きりん 〒134-0084 東京都江戸川区東葛西 7-2-5 エビス東葛西 102
TEL：03-3869-1730 営業日：月～金(祝・年末年始を除く) 営業時間：9：00～18：00

☆相談支援センター ハート花きりん 〒134-0084 東京都江戸川区東葛西 7-2-5 エビス東葛西 102
TEL：03-3869-1731 営業日：月～金(祝・年末年始を除く) 営業時間：9：00～18：00

