

NO.44 2021年1月発行

大阪YWCAシャロン千里通信

発行：大阪YWCAシャロン千里
〒565-0874 大阪府吹田市古江台3-9-3
TEL 06-6872-0505 FAX 6872-0503
URL <http://www.ywcasharon.jp>

マスクを外せる時がくるのでしょうか

“新年コロナウイルス感染症があげましておめでとうございます。”と喜びたいところでしたが、コロナ禍で苦悩する日々は今だ続いています。

昨年は年明けから新型コロナウイルス感染症一色でした。当初、感染は拡大しているが、それでも夏ごろには終息するのだろうぐらいの感覚でいました。ところが第1波・第2波と現在第3波まできています。

本当にいつになったら終息するのでしょうか。延期になった東京オリンピックは開催できるのでしょうか。みんなで楽しく飲み会ができる時がくるのでしょうか。会場でライブを楽しめる時がくるのでしょうか。海外旅行を楽しめる時が来るのでしょうか。色々考えると本当に苦しくなります。

マスクを外せる時がくるのでしょうか・・・

マスク生活に徐々に慣れてはきましたが、やはりこれがあると、話づらいし、聞き取りづらいのでよりエネルギーを使います。そのためおのずと会話の頻度も減りますし、相手の表情もわかりにくいです。ついついコミュニケーション不足になりますね。

うれしいこと・嫌だったこと・不安な気持ちなど誰かと話す・誰かに話をきいてもらう・誰かの話を聞いてあげるなど、やはり人とのつながりがこのコロナ禍の鬱々とした気分を和らげてくれるのではないのでしょうか。今まで何気なくしてきた当たり前のことができないもどかしさ・つらさ・しんどさ・・・いつまで・・・

自由に外出できることの喜び・楽しみを再認識するより良い時間にしてください。

シャロン千里も皆様の協力のおかげでここまで何とか感染者も出ずに過ごしていますが、毎日緊張した日々が続いています。海外では新型コロナウイルスに対するワクチンの接種が始まった国もあります。日本の医薬学会も日々頑張っているところだと思います。

新型コロナウイルスのワクチンと治療薬が早くできることを期待して、これからも皆で声をかけあって支えあってこの試練を乗り越え、今年は皆の笑顔が増えることを願いましょう。



施設長 松岡美智代



シャロン千里クリスマス

ケアハウスは クリスマス&お誕生日会

12月22日にケアハウスのクリスマス&お誕生日会がありました。

例年ならば、大宮保育園の園児さん達が演じる降誕劇でクリスマスを迎えますが、今年はコロナ感染予防のため園児さん達の訪問はかなわず、宮崎園長さんよりお祝いのメッセージと園児さん達の普段の様子や



クリスマスの過ごし方などを、写真を交えてお話いただきました。

後半はゲストに多田和美様をお迎えして、ヴァイオリンの演奏を楽しみました。ハッピーバースデーから始まり、上を向いて歩こう、ふるさとなど馴染みのある曲を中心に、最後はリクエストのジングルベルで大いに盛り上がりました。

コロナ禍の中で感染予防に気をつけながら、お昼のひと時をヴァイオリンの演奏に癒され、園児さん達からの可愛い手作りのプレゼントにほっこりした「クリスマス&お誕生日会」を過ごしました。

介護職員 杉田久子



コロナ感染予防対策に求められる 丁寧な説明と対応

ケアハウスで看護師として働いています。

新型コロナウイルス蔓延の中、施設から感染者が出ないか不安の毎日です。施設としては検温、手洗いや消毒、マスク着用、面会制限など感染予防対策にしっかりと取り組んでいます。しかし長引く新型コロナウイルスの対応の弊害として、入居者様の認知機能の低下や歩行機能の低下が目につくようになっていきます。

ご家族様の訪問制限、行事などの取りやめによる人と話す機会の減少、自由な外出の減少が起因しているように思います。また、認知症など理解力の低下で、3密の感染予防の対応にも苦戦しています。「換気は寒い」「マスクを忘れる・はずす」「外出する」などに丁寧な説明や対応を求められる日々です。私たちが接している入居者様は高齢者でハイリスクといわれています。今後も気を引き締めて感染防止に取り組んでいきたいと思っています。

看護師 新谷 朋



デイサービスはクリスマスの準備から楽しみました



シャロン千里デイサービスセンターでは、2020年の締め括り行事として『クリスマス週間』を開催しました。例年は賑やかな演奏会とゲーム等でしたが、新型コロナウイルス感染症の影響で数々の規制や自粛の中となりましたが、形を変えてお楽しみいただけたのではないのでしょうか。期間は12/22から12/25の4日間の開催でした。

初日はクリスマス準備としてリース作り。苦手な方も職員と一緒に材料と格闘しながら素敵で個性的な作品を生み出していただきました。この世でたったひとつのオリジナル作品を持ち帰っていただき良かったと思います。二日目はクリスマスソングを中心としたヴァイオリンの演奏会。生のヴァイオリン演奏に「コンサートホールにでも行かなくちゃ聴くことが出来ないのに、素



敵なものを聴かせてもらったわ」と喜びの声をいただきました。三日目はゲーム大会で盛り上がり。最終日は、職員の演奏に合わせて馴染みの曲などをマスク着用で唄っていただきました。発声の機会も少ない利用者の方々も対策（マスク着用やフィジカル・ディスタンス、パーテーションなど）をとることで喜んでいただき、楽しい催しとなりました。

管理者 石橋 淳

班活動で大賑わいな「ひまわりまつり」

今年は、新型コロナウイルス感染症の影響で、ひまわり学級でもいろいろな行事が中止となりましたが、毎年11月に実施している「ひまわりまつり」は内容を変更して行うことができました。

「ひまわりまつり」は、例年近隣の保育園の園児さんたちを招待して、ボーリングや的あてなどのゲームを楽しんでもらう行事です。今年は園児さんたちの招待をあきらめ、自分たちで楽しむことにしました。ゲームは班ごとに「ボーリング」「ボール投げ」「ストラックアウト」「ビンゴ」の4つに決まりました。班で集まってゲームのルールを決め、必要な道具を作ります。班長さんを中心に準備を進めました。発表は1日1班とし、担当の班以外の人はお客さん役です。お客さんが多いのでゲーム担当の人たちは大変でしたが、どのゲームもおもしろく、大賑わいでした。今年は教頭先生をお招きし、一緒に楽しんでいただきました。

普段のひまわり学級では、それぞれが自由に好きな遊びをしています。が、「ひまわりまつり」のような班活動もとても大切です。班活動を通してみんなで協力してやり遂げる楽しさを味わえたのではないのでしょうか。

主任指導員 平井 佐津紀





「コロナ禍での子育て」 ～おやこでいきいき リレーションシップより～

こども館主催の「おやこでいきいきリレーションシップ」は、子育てに悩むお母さん達とからだところの出会いの会代表松井洋子先生で、毎月グループワークを行っています。

近年減少傾向にあった自殺者が、新型コロナウイルス感染症発生以降、増加に転じ、中でも子育て世代の女性が特に増加しているというショッキングな結果が出ました。実際、子育て中の女性芸能人の自殺もおきました。人とのつながりが激減して孤立した子育てになり、夫の在宅勤務等による夫婦関係の悪化など、自粛生活はお母さん達にとって過酷な時間となりました。

このプログラムも、コロナ自粛で4ヶ月休会となりました。自粛期間に、子どもが不登校になったり、夫との離婚を選んだり、鬱っぽくなったりと参加者に大きな影響がありました。プログラム再開後は、お母さん達のケアに一層力を注ぎました。

「助けて」と声に出せる人は自殺に至らないと、松井先生。素直に自分の弱さをさらけ出せる参加者は、悩みの解決も早いです。母親になると、誰かを心配するばかりで、誰かに心配されることがほとんどありません。いざとなればSOSが出せる相手がいる、心配してくれる人があると思うだけで、孤独感から解放されます。

自殺に至るほどのつらい子育てになる前に、SOSが出せる関係を築いて、お母さん達への適切なケアを続けていきたいとします。コロナ禍の今こそ、このプログラムが必要と強く感じました。

こども館職員 北田真理子



※今年度は「大阪コミュニティ財団」、「こくみん共済」、「シャロン千里後援会」からの助成金や支援金を受け実施しました。この活動を理解し、応援して下さる方々に心より感謝申し上げます。

シャロン千里介護保険サービスのご案内

◆ テイサービス 一日をゆったりと楽しくお過ごしください

<利用時間> 火曜日～土曜日 午前9時～午後5時15分

<利用料金> 介護報酬の1割（ご利用者負担額） 食費（昼食＋おやつ）600円／回

◆ ヘルパーステーション きめ細やかなサービスで日々の暮らしを支援します

<利用時間> 月曜日～土曜日 午前7時～午後7時

<利用料金> 介護報酬の1割（ご利用者負担額）

※一定以上の所得がある65歳以上の方は、利用料金が介護報酬の2～3割となります。

お問い合わせ先 シャロン千里 ☎06-6872-0505

シャロン千里のホームページをリニューアルしました！！

<https://www.ywcasharon.jp>

シャロン千里の事業紹介や法人の概要などを工夫してわかりやすく掲載しました。ホームページへのご意見を募集しています。皆様にご活用いただければと願っています。