

NO.45 2021年7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 <https://www.ywcasharon.jp>

## 神様と皆様に仕える心で

6月のケアハウスのお誕生会の折にご挨拶を申し上げましたが、新しく理事長をさせていただくことになりました井上隆晶と申します。日本キリスト教団都島教会の牧師をしております。YWCAという女性が中心の団体であって初めて男性が、しかも牧師である者が理事長になるということは、何か神様の深いご計画があるものと思います。

YWCAはキリスト教精神をもって始められた福祉団体です。キリスト教の団体が福祉事業をするのと、そうでない団体が福祉事業をするのと一体どこがどう違うのかと、ずっと考えてきました。隣人愛でしょうか？それもそうでしょうが、それなら他団体でも十分にあると思います。一番違うのは事業主が神様だということです。ですから私たちはいつも「神様、あなたの御心はどこにありますか」と尋ねながら愛のある福祉事業を行いたいと思っております。



井上隆晶新理事長 朝川晃子前理事長

宗教を英語で「レリジョン」といい、「再び結ぶ」という意味があります。神と人、人と人との関係が切れてしまった時、その間に立って関係を結び直すのが宗教の働きなのです。大きなことはできないかもしれませんが、理事長としてそのような働きができればと願っています。心の通い合う、温かい福祉事業が展開できるように努力し、祈って参りたいと思います。どうかこれからも宜しくお願い申し上げます。

理事長 井上隆晶

2021年6月の理事会で新理事長が決まりました。7年間の任を終え、ホッとしていますと共に、お支え頂いた皆様に心より感謝申し上げます。行き届かないことが多々あり、反省ばかりです。どうぞお許してください。

さて、7年の間、こひつじほ一む、大宮保育園、シャロン千里を行ったり来たりしながらこれ等は、かけがえのない沢山の命を託されている仕事で、気の抜けない日々を送る職員の皆さんに励ましとエールを送らずにおれません。取り分け新型コロナウイルスに翻弄され、緊張の日々は戸惑うことが沢山あったと思いますが職員一丸となって、入居者さん、利用者さんと力を合わせ、ウイルス侵入を防ぐことができていることに感謝致します。コロナ収束の折には、今まで以上に質の高いサービスを提供し魅力のあるシャロン千里としてこの地域に輝きを放つことをお祈り申し上げます。

前理事長 朝川晃子

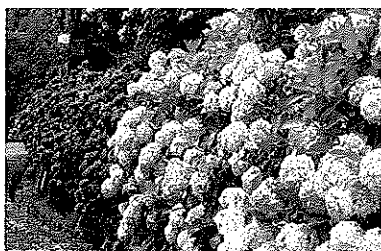
## “まだまだ WITH コロナ”



新型コロナウイルス感染症のワクチンの接種が、ようやく身近なものになってきました。報道でも接種状況や副反応のことなどワクチンの話題ばかりですね。ワクチン接種を心待ちにしてきましたが、いざ接種が終わってもまだまだ感染予防でマスクとアルコール消毒は欠かせないようです。昨年2月頃から1年以上になりますが、まだまだ WITH コロナです。

“コロナで巣ごもり” 皆さまどうされていますか。コロナ自粛で今出来ることを、“楽しみ”に転換できたらいいですね。ただ“コロナ自粛”で心身の低下など様々な悪影響もあります。あまり体を動かさないことで食欲も低下し、簡単な物（粗食）で済ませてタンパク質不足になったり、太陽に当たらないことでセロトニンが不足します。セロトニンは“幸せホルモン”と呼ばれており、やる気や幸福感につながる脳内の神経物質です。セロトニンを増やすためには、適度な運動をするほか、きれいな物を鑑賞したり感動的な映画を観て涙を流したり、大笑いしたりすることもとても効果的だそうです。セロトニンが減るとメラトニンも減るので不眠になったり睡眠の質が下がったりします。ストレスが溜まると感染症への抵抗力も弱まると言われています。“今できる“好きで楽しいことを見つけてストレス解消をしましょう。好きで楽しいことをやっている時が心の健康にとって最高の栄養になります。

シャロン千里も新型コロナウイルスワクチン感染拡大防止のために入館制限を継続しており、入居者様・ご家族様・YWCAの会員の皆様他関係者の皆様には大変ご不便をおかけしております。今後ワクチン接種が進むことで徐々に制限の緩和ができればと考えています。皆様との交流の再開で鬱々とした気分が払拭でき、皆様の笑顔を取り戻すことができれば嬉しいです。



この梅雨の時期、シャロン千里周辺でも色々な素敵な紫陽花が咲いていますね。こんなに紫陽花って種類があったのかとほっこりした気持ちになります。散歩がてら観賞してみてください。

“WITH コロナ” コロナ禍でも楽しいことを見つけて、今を精一杯楽しみましょう。  
施設長 松岡美智代

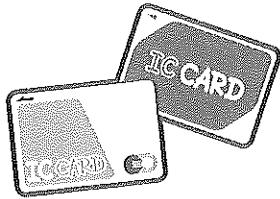
**ケアハウス**では、3度目の緊急事態宣言を受け、改めて入居者のご家族の皆様に入館制限など文書にてお知らせし、ご協力をお願いしました。入居者の皆様の日々の予防対策とご家族の皆様のご協力のおかげで、感染者が出ることなく過ごすことができています。クラブ活動も多くが休止している中、週3回の自主活動「いきいき百歳体操」は継続しており、皆様の体力維持に役立てられています。また新たな取り組みとして、脳トレプリントの配布と読書コーナーを始めました。脳トレプリントは間違い探しや漢字、ナンプレなどの問題を希望者にお渡ししています。「漢字は好きだけど数字は苦手だわ。けどやってみようかな」と挑戦される方もおられ、職員もはりきって問題を選んでいきます。読書コーナーは週2回、写真集や詩集などを楽しみながら、ゆったりと過ごして頂けるようご用意しています。早くこの状況が落ち着き、出来ることが増えていくよう願っています。  
主任・相談員 本間裕紀子

**デイサービスセンター**では感染者を出すことなく今日までサービス提供が続いています。これは利用者や家族様のご協力あっての事だと感謝しています。テーブルを増やし、1テーブルあたり2～3人で密を避けるようにしています。空気除菌脱臭機や窓開けによる換気など空気環境の改善等の予防対策も欠かせません。息苦しさや不快感からマスクを外してしまう利用者には職員が着用をお願いを辛抱強く続けています。その結果、マスク着用の意識づけが進み着用率は上がっています。コロナ禍において接触を避けるための自粛は必要な事ですが、高齢者にとって日常はもっと大切であり、運動不足の解消や認知機能低下の抑制にデイサービスの位置づけが見直されているのも事実です。基本的な感染対策を強化し、高齢者の健康（身体・精神）に貢献できるサービスを続けたいと考えています。  
管理者 石橋 淳

## ヘルパーステーション近況報告

新型コロナウイルスの流行に伴い、現場で優先されているのは、「有する能力を引き出すこと」よりも「感染させないこと」です。一方で、「利用者の廃用症候群が目立つようになった」という声も聞こえるようになりました。こうした背景には、利用者の有する能力を引き出す機会が失われたことに加え、「外出支援の頻度を少なくする」といった対策が影響していると思われます。

新型コロナウイルス感染経路として特に多いのが飛沫感染です。聞こえにくさのある利用者に対して大きな声で話しかけると飛沫も多くなるため、利用者を感染させるリスクが高まります。大きな声を出す前に、どうすれば伝わりやすくなるか考える日々です。



最後に新型コロナウイルスの大流行を機に政府が打ち出した「新しい生活様式」でも推奨されている買い物の際の電子マネー決済。新型コロナ感染予防や特殊詐欺対策により訪問介護の買い物支援にもキャッシュレス化の波がやってきています。

管理者 松嶋博美

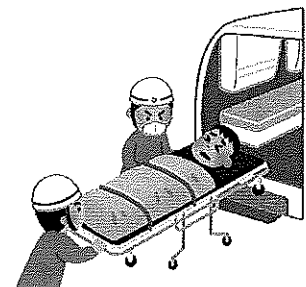
第4波の影響は**ケアプランセンター**にとっても本当に大きなものでした。独居高齢者の方が濃厚接触者と認定される、ショートステイ先で陽性者が確認されてこれまで利用していたショートステイの利用ができなくなる、施設でクラスターが発生して併設のデイサービスが営業を一時停止しデイの利用ができなくなった等、ご本人やご家族の生活が一変してしまう、そのような状況でした。そのような中においても本当に多くの事業所の方が助けてくださいました。「利用者様が心配です。顔色等、体調を含めて確認します」と言っておサービス方法を変えて訪問を続けてくださったヘルパーステーション。「何とか考えてみます」と他の利用者様に変更をお願いしてまでショートの受け入れを検討してくださったショートステイ施設。「それは大変ですね。その間のデイサービスの利用を受け入れましょう」と快く受け入れてくださったデイサービス。只々感謝の毎日でした。利用者様も私たちケアマネジャーも事業所の方々のそのような支えの中でここまで頑張ってくることが出来ているのだと思います。改めてありがたく感謝いたします。いつまで続くのか先の見えないコロナ禍。これからも各事業所の方に助けていただきながら私たちケアマネジャーとして出来る限りの支援を提供していきたいと願っています。

管理者 山崎清美

先月、心疾患があり入退院を繰り返しておられる地域の高齢者の方が体調を崩されて救急車を呼ばれたのですが、いつも診てもらった病院でコロナのクラスターが発生していて入院が出来ず、救急隊が懸命に病院を探しても断られ続け、3時間後ようやく大阪市内の病院がみつき運ばれたというケースがありました。病床逼迫を肌で感じた出来事でした。

**地域包括支援センター**の相談支援を通じて感じた事ですが、コロナ禍のこの1年半の間に外出や人との交流を控えたり、デイサービスの利用を控えたりされた方も多く、なんとなくしんどい・気の晴れない思いの中での生活で、心身の機能低下が進んだ方が増えたように思います。そのせいか地域包括支援センターへの相談や介護保険を申請される方が増えてきています。

ようやくワクチン接種も始まりました。このコロナ禍が一日も早く収束し、この事態が好転していく事を願うばかりです。日々ちょっと面倒だなと思う事を無理のない範囲でいいのでやってみるといのは如何でしょうか。達成感を得ることで、心身のバランスを保って頂けたらと思います。



主任介護支援専門員 飯島泰世

**こども館**では、新型コロナウイルス感染症の影響で今も活動が制限されています。

毎週水曜日の放課後に地域の子も達が集う「オープンデー」は、昨年度から引き続きお休みしています。お母さん同士で子育ての悩みをわかち合う「おやこでイキイキレーションシップ」は、緊急事態宣言中は休止しており、定期的な開催が難しくなっています。オンラインによる開催も検討しましたが、お母さんは、子どもがそばにいる家の中では、自分の悩みや弱い部分をさらけ出せることはできず、本音が出てこないことがあります。このプログラムは、自分のありのままをどれだけ出せるかがとても重要なので、オンライン開催は断念し、休みの期間は、メール等でメッセージを発信したり、本当につらくなったときは、先生に連絡がとれるような体制を整えて乗りきっています。開催できる月も、人数を半分に減らして感染対策を徹底しています。一時も早く、安心してみんなで集える日が来ることを願うばかりです。

児童厚生員 北田真理子

## 「やまぼうし」20周年記念号発刊にあたって

文月会 木下 蘭子

シャロン千里ケアハウスのサークルとして2000年7月に始まった「文月会」が、YWCA千里のクラブにと変わりましたが、今年20周年を迎えました。コロナ禍の中、祝会の開催が難しく、冊子を記念号として発刊することにしました。特集にはコロナの問題を取り上げたく、広くYWCA千里の会員の皆様からの寄稿も募りました。記念号らしく幅のあるものになったと思います。

文月会は常に10余名の会員で活動しております。ケアハウスから参加の葛良さんは発足当初からのメンバー、向井さんは8年目。会員の中には男性が2名います。毎月の例会はそれぞれの人生が垣間見えて豊かな時間です。記念号を楽しんで読んで頂けたらこんなに嬉しいことはありません。よろしく願いいたします。



未知のもの

向井 恭子

新型コロナウイルス感染者が確認されたのは今年二月中旬だった。中国からの帰国者だった。その頃はまだサーズやマーズと同じく対岸の火事のように受け止めていた。当時は専門家と称する人が「四月頃になり、気温が上がってくれば自然消滅するだろう」と発言していた。

ところが感染は広がるばかりで、出勤も制限され、二月末には学校が一斉休校になり、緊張感が漂った。四月には国民に布マスク配布が決まった。四月七日に史上初めて緊急事態宣言が発令された。無症状の人も感染力を持つ、厄介なウイルスだという。不要不急の外出は自粛となり、閉じこもるようになった。すると、高齢者だから足腰が動きにくくなり、気分も沈んでくる。私の住む高齢者福祉施設シャロン千里の中でもマスクを付けることになった。食堂へ行くのもマスクが必要で、時々忘れて部屋に取りに戻る。食堂では以前のように和やかな雰囲気はなく、黙々と食べるだけになった。テーブルも学校給食のような配列になっている。教会へ行くのもあつちこつちに気を遣う。子ども達は「万一感染したら、自分一人の問題ではないのよ」と強く引き留める。それでも月に一度位は受付の人の心配顔を横目に、タクシーに乗り参加する。何処に行っても皆さんマスク顔なので、挨拶程度で寂しい。やはりマスクの下の面影を求めてしまう。

アパレルが早々と会社を畳むニュースを聞くと、衣類に対する考え方も変わってきたらしい。息子達の働き方も変わった。若い人が雇用危機で苦労しているらしいと聞く。こんな状況の時、総理大臣が交代した。今迄とあまり変わらないと思うが、財政を守りながらコロナ対策を強く願う。無論、コロナ後、皆が平穏でありますように。

「やまぼうし」20周年記念号より

2020年9月