

# ほほえみ



福祉クラブ生協 高津家事介護 W.Co「ほほえみ」  
発行責任者 中山 公子

## 「ほほえみ」の「コミオプ」利用

「ほほえみ」の活動の基本とも言うべき「コミオプ」の利用について、ご紹介します。「コミオプ」とは、コミュニティオプティマム福祉＝地域に住み暮らし続けるための最適な福祉の略語です。

病気やケガ、産前産後、また高齢により日常生活が家族で支えきれなくなった時手助けします。

「ほほえみ」の現在のコミオプ利用の内容は高齢者でも介護保険には該当しない利用、例えば、通院介助、同居家族のいるお宅の家事援助、日用品でない買い物、散歩介助など。若年の方では、病気の家族のいるお宅の家事援助、共働き家庭や父子家庭の子育て支援となる家事援助、産後家庭の家事援助や上のお子さんの子守りなどで利用されています。

「コミオプ」利用は、組合員の場合、平日時間内利用料金が1時間当たり950円（税別）と一般の家事援助業者に比べ、低い金額に設定されています。これは、福祉クラブ生協が共同購入事業に支えられているからです。そのことを理解していただき、「コミオプ」利用される組合員には、ご自宅まで安心安全な食品や生活用品を宅配する共同購入の利用をお願いしています。

お知り合いで、日常生活が困難になっている方がいらしたら、「ほほえみ」の活動をご紹介ください。

また、手助けに伺うメンバーも随時募集しています。

ヘルパー資格取得支援制度もあります。

ほほえみ事務所にご連絡ください。 870-0082

## 11月にワーカーズ合同説明会を予定しています。

「高津世話焼きワーカーズすずらん」と「家事介護ワーカーズほほえみ」の合同説明会を開催予定。 詳細は後日お知らせします。

開催日 11月25日（金） 28日（月）

会場 高津市民館 第3会議室



## 「家族同然のような皆さんに支えられて」

佐藤 優（「ほほえみ」利用者）

今年、我が家は「ほほえみ」の皆さんに三度目のお世話になつていきます。この大震災で郷里のいわき市に独りで住んでいた母親が梶ヶ谷のこのマンションに避難していたので、歩行に難があるため家事がままなりません。話好きの母は皆さんと会うのを楽しんでいるようです。

あらためて振り返ってみると感慨深いものがあります。今年、亡き妻の十三回忌です。体調を崩して長いこと「ほほえみ」の皆さんの手助けを受けていたのですが、長男の中学卒業と高校受験、二男の小学校卒業と中学入学、長女の小学校入学という子供たちの一番の晴れ姿を見ずに、その年の寒い一月に駆け抜けるような四十三年の人生を閉じてしまいました。

多感な年頃の子供を抱え、途方に暮れる暇もなく、二度目の「ほほえみ」の厚意にすぎりました。週二回ではありましたが、随分と家事は勿論のこと、私自身も助けられました。その日だけでも、「お帰りなさい」と応えてくれる皆さんが居るかと思うと、子供たちが笑顔で元気に「ただいま！」と言う声が浮かんで安心して仕事ができました。

爾来、長女が高校生二年になる昨年までお世話になりました。母親と接する機会が短かったせいも、皆さんが来る日は半ば待ち遠しくもあつたようです。



今でも我が家の食卓は「ヘルパーさん」が作った方がおいしい」と言われることがあり、親としてはガツクリすると同時に、家族同然に接して頂き、この上なく有難く思っております。

お蔭さまで、子供たちは困難にぶつかりながら、漸く大人の世界に踏み出そうとしています。沢山の人の支えに感謝し、他人の心の痛さを分かち合える人になつてほしいと願っています。

＊ ＊ 「ほほえみ」メンバーから  
ひとこと ＊ ＊

長い期間「ほほえみ」が、ご家族のお手伝いに伺っています。佐藤様のご家族への愛情をいつも感じていました。また洗濯物をたたんでいる時、大きな変化や、私たちの背を越えた時等、お子様たちの成長と月日を感じました。

最近ではお母様との会話が楽しく、いろんなことを教えていただいています。

（鈴木）



〇〇〇 「認知症の基礎知識」研修会を開催しました。〇〇〇  
(8月31日高津市民館にて)

講師 オプティ暖 小澤智子さん

- 「認知症の基礎知識」として、認知症の定義から、その診断のポイント、症状。認知症の原因となる疾患、疾患別特徴などについて学びました。

◇資料より抜粋◇

認知症の定義—認知症とは

「脳や身体の疾患を原因として、記憶、判断力などの障害がおこり、普通の社会生活が送れなくなった状態」であり病気である。

—認知症と加齢による健忘の違い—

	認知症	加齢による健忘
物忘れの症状	体験（エピソード）全体忘れる	体験の一部
進行	進行して行くことが多い	
見当識障害	時間、場所、人がわからない	記憶障害のみ
精神障害、行動異常	幻覚、妄想（物取られ）、徘徊等	他の精神症状は伴わない
物忘れの認識	進行に伴い低下する	自覚している
人格	低下し変化する	保たれる
日常生活への影響	大きい	小さい

- さらに、介護者にとって大切な認知症の方の「心」を理解した介護について、詳しくお話を伺いました。

◇資料より抜粋◇

認知症の「心」を理解した介護 「持ちつづけるプライドを理解した共感する姿勢」

—ともに生きてゆく為に症状を理解したその人への対応が求められる—

\* 一義的なケアはない—性格、経歴、環境等のアセスメントに基づく個別なケア

\* 混乱させないコミュニケーション方法

・ はい・いいえで答える質問の仕方

・ 声、表情、振る舞い、服装などによる言葉ではないコミュニケーション活用

\* 対症療法

☆ 共感して接する療法 ☆ タクティール ☆ 音楽療法 ☆ 園芸療法 など

「認知症の基礎知識」研修会を終えて…

あと14年後には、80歳以上の3人に1人が認知症になる可能性があるようです。

あっ!!ひと事ではない。私もいずれは…?と、怖さを感じました。

この病気を学ぶ事により、介護する私達は、認知症の方の気持ちや行動を理解し受け入れ、「その人らしい穏やかな生活が送られる様にするために」意識を、さらに高めていけたらと思います。(千葉)





◇□□◇□◇□□◇□□◇□□◇□□◇□□◇□□◇□□◇□□◇□

## 高津食事サービスチーム主催の 試食会を開催しました。（9月16日梶ヶ谷3丁目「サボン草Ⅱ」にて）

梶ヶ谷地域限定でスタートしている「食事サービス」ですが、今回試食会を初めて開催しました。組合員とお知り合いが参加して歓談しながら、宮前食事サービスW. Co.「このみ」の厨房から届いた出来立ての配食（夕食）を試食しました。

まず、吸い物の「ダシ」の味がおいしいと声が上がり、「ダシ」にこだわって作っていることの説明。素材も安心な福祉クラブ生協の材料を使っています。皆さんから、美味しいとの感想でした。説明は、「このみ」の理事長を始め、高津食事サービスチームのメンバーが行いましたが、メンバーも募集しているとの話に興味を持って、検討してみるという参加者もありました。



当日のメニュー

- ・ 酢豚
- ・ 切干大根の煮物
- ・ ザーサイ和え
- ・ すまし汁
- ・ 梨
- ・ ご飯
- ・ 肉料理の差し替え用
- ・ さわらの西京漬

3日前までのお申込で、有料の「お試し」利用が出来ます。

1食 組合員945円（一般1,260円）（税込み）でご自宅までお届けします。

また、「献立表」をご希望の方も、福祉クラブ生協初山センターにお電話ください。 977-0705（代）

### 編集後記

今回、ご利用者の方にお願ひし、原稿を頂くことができました。内容にも大変感激しました。これからも、色々なご利用者の声を掲載出来たら多くの方の参考になると思います。

また、お読みになった感想なども左記「ほほえみ」宛に頂けたら嬉しいです。

苦言でも…どうぞ。 (佐藤)

福祉クラブ生協  
高津家事介護 W.Co ほほえみ  
〒213-0033  
高津区下作延 2-13-24 たつみ荘 2号室  
電話 870-0082 FAX 870-0124  
<http://homepage3.nifty.com/takatu-hohoemi/>  
福祉クラブ生協 HP <http://www.fukushi-club.net>