NPOグレースケア

NewsLetter Vol.79

2025年 秋号

読書会　介護スキルの先へ

8/23に「ケアの読書会」を開きました。隔月でおススメ本を紹介しあい、選んだ1冊をみんなで読んで意見を交わしています。今回もグレースケアのスタッフほか他事業所から多職種が加わり、さわる・ふれるの違いからケアをめぐる関係性と倫理について思い巡らせました。

本とお酒に酔ってます

『手の倫理』
（伊藤亜紗　講談社）

住まい探しをお手伝い

住まい事業部では10月より三鷹市の委託で「みたか住まい探しサポート窓口」を始めました。高齢・障がい・ひとり親・外国人世帯など家の見つけにくい方はどうぞご相談を。

ご予約　0422-29-9704

第1,3,5火曜13:30～16:30
市役所第2庁舎

空き家活用のススメ！

引き続き、牟礼や新川、井の頭周辺の広い物件を探しています

寄稿　働き続ける難しさ

『世界』10月号
（岩波書店）

ヘルパーは利用者や家族が働き続けることを支える半面、自分たちの働く基盤が揺らいでいます。

制度の複雑化に限られたリソースを割かずに、シンプルにケアを続けるにはどうしたらよいか、柳本が世界で考えています。

秋のイベント案内

三鷹まちゼミ with 親子まちゼミ
11/1(土)～11/30(日)

第47回 ふくしばざー 福祉バザー
11/16(日)

第23回 みたか まち活フォーラム
11/29(土)・30(日)

カトーズの「スナック☆リハビリ」開店！

リハビリで豆を箸でつまんでは隣の皿に移す…。どうせならピーナッツをつまみながらビールを飲むのはどうか⁉　8月22日、グレースケアの利用者でもある加藤奈穂子さんのそんな発想を元に、武蔵野オフィスでスナックを開きました。

加藤さんには、6月に社内の研修でご自身が脳出血を経験してからの生活やケア職との関わり方などをお話頂いており、研修後に行った“鳥貴族”で盛り上がり、勢いでリハビリバーの開催が決定！コンセプトは『みんなが楽しく飲んだり食べたりしながらリハビリする、手も使いアタマも使い、よく笑いあう飲み屋』。

お連れ合いは、視覚障がいをもち、奈穂子さんの車いすを介助しながらカトーズを名乗る名コンビで、二人と共に次々に出てくるアイデアを形にしていきました。「難病カルタ」「枝豆すくい」「玉こんにゃくダーツ」などなど。

研修では加藤さんと
利用者Hさんの対談も

カトーズから
メッセージ▶

当日は、縁日ではかき氷にヨーヨーすくい、ボーリングなど、近所のこどもがたくさん遊びにきました。夕方からはスナックタイム。お客さん自身が生ビールを注ぎ、つまみを取ってリハビリする趣向で、大賑わいでした。なかには「脳梗塞後、2年ぶりに初めて1人でバスに乗るチャレンジをしてきた」という方も。

訓練を目的に1人で頑張るリハビリではなく、誰かと生活を愉しむことが自然とリハビリになる…マヒのある方も目の見えない方も、引きこもりの方もヘルパーも、分け隔てなく交流できる素敵で温かい空間が広がっていました。次回は未定ですが、今度は一緒に飲みましょう！

NPOグレースケア

三鷹オフィス 三鷹市下連雀3-17-9
Tel 0422-70-2805 / Fax 24-8307

天文台オフィス 三鷹市大沢2-2-13
Tel 0422-30-8815 / Fax 30-8816

武蔵野オフィス 武蔵野市西久保3-18-14
Tel 0422-27-5430 / Fax 27-5431

相談・住まい事業部 三鷹市大沢4-8-8
Tel 080-4788-7517 福祉Laboどんぐり山

となりのでこちゃん
三鷹市牟礼6-11-2
Tel 0422-26-7597
Fax 0422-26-7598

むかいのさっちゃん
三鷹市牟礼5-12-25
Tel 0422-57-8290
Fax 050-3737-7826

ひとまちこころ
三鷹市牟礼5-12-26
Tel 0422-24-9275
Fax 050-3737-7826

くまちゃんのいえ
三鷹市牟礼5-12-26
Tel 090-7599-8234

猛暑でわっしょい！　最後の夏祭り

8月4日、でこちゃんで恒例の夏祭りを開催しました。いつもボランティアで活躍するこども達の夏休みに合わせたものの、最高気温は37℃を超え、外でやるには暑すぎ！テントを張ったり、水をまいたり、室内でできるものは部屋に移しながら、無理なく休み休みやりました。

親子でヨーヨー釣りに挑戦！

利用者さんやご家族、近所のお子さん、ヘルパーのこどもたちも遊びに来てくれました。ヨーヨー釣りや金魚釣りのほか、駄菓子屋せんべいさんからお借りしたスマートボールを愉しみ、焼きそばやフランクフルト、ラムネなどで縁日気分を味わいました。

この暑さを救ってくれたのは、やはりかき氷！昔の人はよく考えたものですね。すぐに身体が冷えて、子どもから大人まで大人気でした。機械はせんべいさんの縁日に貸し出して大好評、夏はかき氷屋でもはじめようかな(笑)

来年は多分…夏祭りはやらず、秋祭りにしたいと思います。

ゆるケアでいこう！　医療＆介護トークショー

9月6日福祉laboどんぐり山で、東郷医院の東郷清児医師とグレースケアの柳本の2人を講師に「ゆるケアでいこう！」と題した講演会が行われました（主催はミライアクションみたか）。まず柳本からは「本当の自立とは、依存先を増やすこと」であり、友だち、専門職、まちと繋がり周囲を巻き込みながらケアをする大切さや、認知症の人が忘れることを忘れないこと、自分にもやさしくすることなど、脱力しながらしのいでいくコツを語りました。

東郷先生は、在宅医療は患者さんの病気を治すことだけでなく、本人の心や家族との関係までアプローチすると言われ、意思を尊重し続けた結果起きた奇跡的な回復や、なるべく何もせずに看取った話などされました。また、三鷹に日本一の地域福祉モデルを作りたいと熱く語られ、多職種が横に繋がり信頼関係を築いていくことの重要性も訴えました。講師お二人の冗談合戦もあり、ゆるく愉しい雰囲気の講演会でした。

左から東郷清児さん、柳本、司会の石井れいこ市議さん

富山からにぎやかに　共生型と制度外の出会い

9月23日、富山からNPO法人にぎやかの阪井由佳子さんと、訪問診療の医師ら5名の方と、東京都立大学の院生さんが来られ、でこちゃん・さっちゃんを見学したあと、くまちゃんでグレースケアの社員と共に交流しました。赤ちゃんからこども、障がいの人も高齢者も入り混じる富山型デイと住まいの実践を聴き、制度外の事業運営など賑やかに意見交換をしました。

新入社員紹介　新たな挑戦

以前勤めていた訪問介護の会社では重度訪問介護の方の受け入れをお断りしていたこともあり、次第に関心を持つようになりました。高齢者の訪問介護だけでなく幅広く他の分野の関わりを持ちたい、仕事のスキルも上げたいと思い、こちらに入社しました。よろしくお願いします。

山口　香織

諦めないでおでかけ　～制度と工夫で広がる旅～

「もう無理だと思っていたけれど、行けてよかった」

おでかけを終えたあとに、ご家族やご本人からよくいただく言葉です。たとえば、島根から東京に来られるRさん。移動支援制度を上手に利用しながら、今年は世界陸上を観戦しました。帰りの飛行機で客室乗務員に声をかけられ、陸上の話題で会話が弾みました。普段は気づかれにくい「人とつながる力」を、ヘルパーがさりげなく拾い上げ、ご家族も「知らなかった一面を知れて嬉しい」と微笑まれました。

また、避暑地の別荘。病気のあと、短い滞在しかできなかった方が、地元の介護保険を組み合わせることで、2週間の夏を楽しむことができました。慣れた場所で仲間と語らい、以前の暮らしが戻ってきたようでした。

そして、お孫さんの結婚式に参列されたおばあさま。「ヘルパーは嫌」と拒まれていましたが、ご家族と一緒に工夫し「式場の係員」としてなら受け入れてくださることに。当日はヘルパーとも笑顔で過ごされ「出席できて本当によかった」と喜ばれました。

費用や制度、そして気持ちの壁。そこに少しの工夫を加えると、「無理かもしれない」と思っていた扉が開くことがあります。私たちおでかけ事業部は、その瞬間をご一緒できることを誇りに思っています。