



## 入居者の皆様に寄り添う支援を

グループホームとっもろうは、2016年4月に開所し1年が経過しました。今年の春からは、2名の方が入所されて満床になりました。

この1年間を振り返ると、8名の入居者の皆様には、不安な気持ちを抱えつつも、とっもろうでの生活に自ら順応しようとする力強さを感じました。職員においても、あたたかな支援を心がけ、努力していたように思います。これからも入居者の皆様の心に寄り添う支援を続けてゆきます。

また、講演会や交流活動として地域の皆様をお招きしての音楽会も開催いたしました。

今年度、東京都、練馬区より、医療従事者に対する補助金が交付されることになりました。医療的ケアを必要とする方が入居されている当グループホームにとって、このご採択は大変な援助となります。ご理解、ご協力に感謝いたします。

最後になりましたが、昨年度ご寄付を賜りました皆様には、厚く御礼申し上げます。

今後とも、とっもろうの活動にご支援、ご協力をお願い申し上げます。

理事長 浅石 道夫

## 研修からの学び

昨年度に受講した研修の中から、Willの会主催の「障がいのある人の災害避難」をテーマとしたセミナーからの学びを発表します。

一番の学びとして「非日常の経験」の大切さです。私たち支援員はご入居者の安定を考えがちですが、時にご入居者にとって望ましくない状況を意図的に経験していただくことも、安定した生活を支える大事な支援であると感じました。「要因がはっきりしていれば、パニックになったとしても対応できる。」この発想が私には欠けていました。

この学びを活かし、当ホームでは多目的スペースで雑魚寝体験を実施しました。普段見られない新たな一面を見ることができ、ご入居者、職員ともに良い経験ができました。

主任 伊原 彰人

## 排泄ケアの講演会

グループホームの職員及び入居者の保護者向けに、『気持ちのよい排泄のためのケア』というテーマで日本コンチネンス協会の西村かおる先生にご講演頂きました。

まず、コンチネンスとは排泄をコントロールできている状態を示すそうです。

障害があると排泄障害があることは元より、浣腸や下剤でコントロールするのは仕方のないことだと思い込んでいた私たちにとって、少しでも正常な状態の排泄に近づけるようにケアするにはどのように働きかけをし努力していけばよいのか、出せば良いのではなく、理想的な排泄や便の形状についても教えて頂き、目から鱗が落ちるようでした。浣腸・下剤など結果が出やすいケアではなく、適切な水分補給、食物繊維や腸で作用する乳酸菌、オリゴ糖を積極的に摂取することで、時間はかかるが、より自然で身体に負担の少ない方法を学びました。

しかし意思疎通が難しかったり、体調管理にも細かい配慮が必要であるため、一進一退の状況ですが、職員と保護者で心をつにしながら、少しずつ目標に向かって前進しております。西村先生にはお忙しい中経過観察をして頂いており、とても実りの多い研修会でした。



### 西村かおる先生

NPO 法人日本コンチネンス協会会長、日本老年泌尿器科学会副理事、看護師、保健師。イギリスで地域看護とコンチネンスケアを学び、帰国後、日本初の排泄ケア専門のアドバイザーとして、尿や便など排泄に関する悩み相談やアドバイス、情報提供を行っている。著書に「パンツは一生の友だち」（現代書館）がある。

## 新しくご入居されました ～よろしくお願ひします～

とうもろうに、この4月からお世話になって  
います。Y.K 44歳です。

平成元年、交通事故に遭い車いす生活に  
なっていました。

この度とうもろうに入所させていただき、スタ  
ッフの皆様へ介助していただき、ひと月もた  
たないうちに、だいぶ慣れてきました。

僕の要望にも答えてくれ、とても過ごしやす  
いです。好きな入浴も今のところ、連日入れ  
てもらっています。

趣味は、スポーツ観戦です。

これから長い付き合いになるかと思いま  
す。どうぞよろしくお願ひいたします。



(Y.K 様)



平成元年11月1日生まれの27歳、入居者  
の中では一番の新米です。今までは、4人家族  
の中で笑ったり泣いたり我がままも訴えて普通  
(ややべったり)に過ごしてきた娘です。障がい  
は重く、ひとりでの座位は困難で食形態を変え  
ないと食事は難しく、発作もあります。そんな娘  
が親から離れて大丈夫なのだろうか？と、不安  
は当然ありましたが、いざ始めてみると思い  
のほかホームでの生活に自然と溶け込んでい  
る姿に、ホッとしたりちよっぴり寂しい気持ちに  
なったり…。

開所から1年経った今、支援してくださるスタ  
ッフのみなさんにより、あったかいグループホー  
ムとなった「とうもろう」に入居できたことに感謝  
いたします。

( E.S 様 お母様 )

## とうもろうのアルバム

## 正職員の紹介



音楽会



親睦会



お誕生会



はじめまして M.K です。

この度スタッフの一員として働かせて  
いただくことになりました。

去年の11月より早半年。利用者様や  
スタッフの方と過ごし、生き生きとした  
姿、笑顔に心地よさを感じお手伝いさせ  
ていただきました。

利用者様のより良い生活、スタッフと  
のより良い支援を目指して頑張りたいと  
思います。

ちなみに休日などは韓ドラ・NHK 大河  
ドラマ・朝の連ドラ・サッカー・テニス・プ  
ロ野球など録画して観ています(ニュー  
スも観てますよ)。



## 1年を振り返って

昨年の4月オープンから1年が過ぎたとは思えない程の時間の速さに驚いています。

8名の入居者さまとのスタート、新しい環境の中戸惑いもありながら一人一人頑張っている様子でした。今では随分ホームで過ごす事に慣れていただいたように思います。

職員もまた、不安もありながら入居者さまを思う気持ちは一緒と力合わせてこの1年を過ごしてきたように思えます。現在は、入居者さまも2名増え、10名となり、また新たに気持ちを引き締めより良い環境作り、居心地の良いグループホームとうもろうを目指し努力していきます。

最後にこの1年を無事に過ごせたのも、保護者の皆様のご理解、ご協力があったの事と感謝申し上げます。また、一緒に頑張ってきた職員の皆様にも感謝の気持ちでいっぱいです。今後共とうもろうを宜しくお願い致します。

施設長 飛田 悦子

私がとうもろうで働き始めたのは昨年の4月のことでした。それまではデイサービスや外来、病棟での勤務は経験してきましたが、障害を持つ方々のグループホームでの仕事は全くの未経験でした。当初は「どうしよう。」「できないかもしれない。」と働く前から自信が無い状態でしたが、少しずつ気負いを捨てて、楽しく働くことができるようになってきたように思います。

私は今まで最初の職場に入る前に、必ず心にある言葉が甦ります。その言葉が私を力づけてくれました。それは私が初めて病棟研修をした頃に指導して下さった先輩看護師さんの言葉です。その方は仕事に入る前に私に「看護師はいつもどんな時も一番底辺にいななければならない。いばりくさるのではなく、常に謙虚でいなさい。職場のスタッフを一番下で支えなさい。」とおっしゃいました。私はハッとしました。それ以降その言葉が私の胸に深く刻まれています。どんな職場でも誰かが一番下で支えていれば他のスタッフを助ける事ができる、それが本来の仕事の姿なのかなとも思います。

また、私はいつも母から「人を助ける時には見返りを求めないこと、周りの人を大切にすること」と幼い頃から言われていました。その言葉もまた、今までの私を作りあげてきたものといえると思います。

とうもろうでの仕事は段々と慣れてきていますが、私はこれからも人として、またとうもろうのスタッフの一人として、看護師として、陰ながらグループホームとうもろうを支えていきたいと思っています。とうもろうに関わる全ての皆様、どうぞこれからも初心者の私をよろしく願いいたします。

とうもろうが、これから先もずっと利用者の皆様にとって一番輝ける場所でありますように…。

看護師 五十嵐 孝子



### ～賛助会員募集・ご寄付のお願い～

私たちの活動は皆様のお力添えによって支えられています。

医療的ケアに対応するため、夜間も含めての看護師体制を維持してゆくには、私たちの力だけでは不十分です。当法人の目的にご賛同していただき、活動を支援して下さる賛助会員及びご寄付を募集しております。是非温かいご支援をお願い申し上げます。

お申込み: ホームページから書式をダウンロードし、メールまたは FAX にて事務局までお送りください。

賛助会員 入会金 3,000 円 年会費 2,000 円

### ～編集後記～

開所して1年が経ち、それぞれの想いが溢れて、あれもこれも載せたいと構想は膨らむばかりでした。今回満員で載せきれなかった想いたちは、次号でお伝えしたいと思います。どうぞお楽しみに…。

黒澤・浅石

発行: 特定非営利活動法人とうもろう

〒176-0021

東京都練馬区貫井3-45-12

TEL:03-5936-6100 FAX:03-5936-6101

<http://www.npo-tomorrow.com/>