

地域生活サポートセンターぴぼっと南光台



# ぴぼっと南光台通信

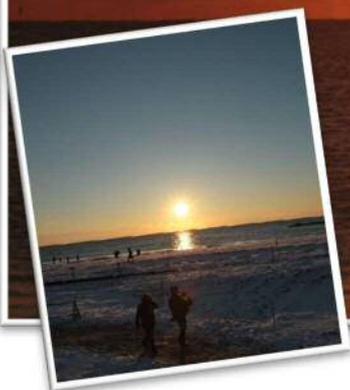
発行日 2020年2月25日

第20号

レスパイト事業の介護人として大活躍中の滝口さんの

初日の出の写真です。

素敵な写真♪♡



撮影者：滝口知弘

毎年、年末の「最終日の出」と年始の「初日の出」を拝み、写真に収め、神社にお参りをしているそうです。こちらは、七ヶ浜の菖蒲田浜で撮影したもの。カラー版を是非、法人ホームページでご覧ください(^)♪



発行：社会福祉法人つどいの家 地域生活サポートセンター「ぴぼっと南光台」  
責任者：佐藤 秋男 (管理者)  
住所：〒981-8003 仙台市泉区南光台3丁目1-24  
連絡先：TEL 022 (779) 7341 FAX 022 (779) 7342



# タイムマネジメント研修



昨年12月に行われた宮城県社会福祉協議会主催のタイムマネジメント研修に参加してきました。名前の通り時間を計画的に使う手法を学ぶ研修なのですが、サブテーマが「仕事を効率的に進めるための時間管理を学ぶ」ということで、仕事を計画的に進めることが苦手だった私にとって最適な内容でしたので期待して参加を申し込みました。

まずは自分自身の仕事の取り組み方の傾向と分析を行った後、4～5人のグループに分かれて自己分析の発表や意見交換などのグループワークをしました。今、取り組んでいる業務中について別の業務のことも考えてしまう、相手からの回答が来ないと進められない業務が多いなど、共感できる意見が多数出ていました。

講師からは、ある業務に対してどのくらい時間が掛かるのかと考えるよりも、どのくらいの時間で終わるようにするかを考えることが重要との話があり、今まで終わらせる時間を考えずに仕事を進めていたので非常に勉強になりました。研修には相談員や社会福祉協議会の職員など支援員以外の立場の方々も参加しており、働き方改革の取り組みの共有やどのように工夫しながら仕事を進めているかなども聞くことができ、モチベーションの向上にも繋がりました。

また、今回の研修後から早速、仕事のスケジュール表を作成し、いつまでに何を終わるか決めてから取り組むことを始めました。人と関わる仕事ですので予定外のこともあります、時間の管理や使い方の工夫は今後も意識していきたいと思います。  
(ぺんたす：三浦)



## 喀痰吸引等研修



昨年7月になりますが、仙台ありのまま舎にて喀痰吸引等研修（3号研修）に二日間参加させて頂きました。

喀痰吸引等研修とは「痰の吸引」や「経管栄養」を学ぶ研修です。研修の内容も「1・2号研修（不特定多数の方を対象とするもの）」と、今回私が受講した「3号研修（特定の方を対象とするもの）」に分かれています。2日間の講義と演習と指導看護師監修のもとでの実地研修で手技を学び、ご自宅でご家族に代わり痰の吸引ができるようになります。

医療行為である喀痰吸引は本来ならばご家族・医者や看護師しか対応できなかったのですが、現在では介護福祉士や介護職員などの資格を持っている者が喀痰吸引等の研修を修了し、利用者やそのご家族の同意を得て、医師や看護師の連携・医療者監督のもとで、実施できるようになりました。

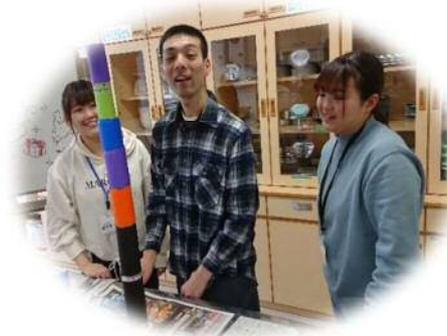
今までは痰の吸引が必要な方の吸引を近くでサポートするのみでしたが、研修を終えたので、今では現場で私も痰の吸引ができるようになりました。

今まで自分の中では「医療的ケアは特別なこと」と感じていました。しかし研修で学ぶことで実際に感じていた様々な疑問や怖さ不安が解消され、ステップアップができたと感じています。

何よりも大事なことは利用者に寄り添うこと、その方の思いを知ることが大切だと思い、日々の支援を行っていきたくと思いました。  
(ぺんたす：川口)



# 「そら」冬企画



昨年12月に福祉大ボランティアサークル「そら」の皆さん主催のクリスマス会に参加してきました。今年は「鳴らそう・幸せのベル」をテーマに、サンタや雪だるまなどを飾ったオリジナルのクリスマスカードの作成や、チーム対抗での缶つま競争、サンタさんからの宝探しプレゼント、最後にはみんなでクリスマスケーキを作って乾杯をしながら、おいしく食べてきました。すてっぷ・はうすご利用の皆さんも普段とは一風変わった雰囲気の中、終始笑顔で学生さんと一緒にクリスマス会を満喫してきました。

(すてっぷ・はうす：児玉)



## 職員随想 第3弾

### & 退職のご挨拶

すてっぷ・はうす 寺元 亜矢子



私事ですが、この度、主人の転勤で地元に戻ることになり、2月14日をもって退職させて頂くこととなりました(涙)。仙台での生活は4年間でしたが、東北各地の秘湯温泉巡りや山登り、グルメ探訪など…、地元で仕事ばかりしていた時から比べものにならないくらい充実した日々でした♪今では、仙台こそ私にとっての第二の故郷です・

でも、その一番の理由は、なんといっても仙台で出会った色々な方との繋がりのお陰だと思っています。『仙台つどいの家』でボランティアを始めた頃は、利用者の皆さんとの交流を通して、ご家族や職員の皆さんなど、それまでとは想像もつかない程の交流の広がりを感じました。そして、『すてっぷ・はうす』では、地域にお住まいの素敵な介護人の皆さんとも出会うことができました☆そう考えると、利用者の皆さんがいらっしゃるからこそ、そこに“人が集い”、どんどん輪が広がっていくのですね！まさに『人と人を繋げるプロ』は皆さんのなかにも…☆

### ★利用者の皆さんへ★

短い間でしたが、仲良くしていただいて、本当にありがとうございました！皆さんと一緒にいると、とても楽しくて元気になります♪これからも身体に気を付けて、色々な方と繋がりを持ちながら、チャレンジしたいことや好きなことなど…叶えていってくださいね！

これからも健康で楽しい毎日となりますように…。また遊びにきます♪



# 御礼申し上げます



◎去る2月13日

「一般社団法人 仙台建設業協会」様より

すてっぷ・はうすへご寄付をいただきました。

すてっぷ・はうすはたくさんの利用者さんが日中の過ごしや宿泊でご利用になります。

快適にご利用いただけるよう、頂いた寄付金は寝具の買い替えに使わせていただきます。

ありがとうございました。



◎去年の11月25日

「宮城県麺類飲食業生活衛生同業組合」様より

昼食を振舞っていただきました。



当日は仙台つどいの家の利用者さん・職員が、すてっぷサロンで、清水屋南光台店さんのラーメンや親子丼、お蕎麦などをおいしくいただきました。清水屋南光台店さんには、つどいの家後援会の募金箱も置いていただいています。いつもありがとうございます。 ごちそうさまでした♪

## ☆レスパイト事業

～ある日のすてっぷ・はうす～夕食編☺



レスパイトのお泊りでは一緒に宿泊をしていただく「介護人さん」に夕食と朝食を手作りで作っていただきます。メニューを何にするか相談をしながら材料の買い出しに利用者さんと一緒に近所のスーパーへGo!

この日のメインは焼きそば◎出来上がるまで皆さんワクワクしながら待っています(o^-^o) 配膳などをお手伝いしていただきながら、みんな揃って「いただきます!!」残さずペロリと食べてくれると、みんなニコニコです。野菜が苦手だった方も、すてっぷ・はうすに来ていつの間にか食べられるようになったとか・・・?

みんなで食べるすてっぷ・はうすのごはんは、いつもあったかくて美味しいですよ(^▽^)/

(すてっぷ・はうす：児玉)



# 「お包みの会」参加者募集

毎月第3水曜日に講師をお招きして、ペーパークラフトやラッピングを楽しく体験する「お包みの会」を開催いたします。紙とリボンがすてきな小物に大変身。1枚の紙がお財布やお花に！！難しそうな作品も先生に魔法をおしえていただくと、だれでも素敵に作れます！今年度もたくさんの驚きと笑顔があふれる「お包みの会」でした。来年度はどんな驚きが待っているのか！乞うご期待！



佐藤美枝先生

「心を折り結び、包む専門家」

ラッピング講師として専門学校、文化教室、様々な団体、企業、店舗にてお包み指導をし、合わせてペーパークラフトの楽しさを伝える活動をされている元気な青い髪の先生です。

## 年間予定

4月	15日(水)	春財布
5月	20日(水)	切絵封筒
6月	17日(水)	つまようじ入れ
7月	15日(水)	カードケース
8月	19日(水)	窓付き紙袋
9月	16日(水)	ファスナー付飴ちゃん入れ
10月	21日(水)	丸花飾り
11月	18日(水)	デコクリップ
12月	16日(水)	働き者の鶴
1月	20日(水)	鶴の心付け袋
2月	17日(水)	袱紗(ふくさ)
3月	17日(水)	たとう折りのポチ袋



**時間** 10:00~12:00

**場所** ぴぼっと南光台「すてっぷサロン」 泉区南光台3丁目1-24

**材料費** 500円~1000円程度

※1回のみでの参加でも年間を通しての参加でも、ご都合に合わせてご参加ください。

**お申込み・お問い合わせ**

ぴぼっと南光台 779-7341 担当 山口



# 個展を開催しました

昨年 11/26-29、当法人の通所サービスを利用している、菊地愛子さんの作品展「バンバル展」を開催しました。



…正確には「すてっぴサロン」をお貸しして、個展開催に使っていただきました。外出先や普段の暮らしの中でふと、心にとまった風景を撮影した写真や絵、染め物やレジンで作った小物など、愛子さんのやりたい！思いのたくさんつまった作品が「すてっぴサロン」に集結しました！

オクラが並んでいるだけなのになんだかステキ★とか、レトロな氷削り器など、愛子さんの豊かな感性とノスタルジーを感じる写真がたくさんありました。

最終日にはご本人が登場し、ご来場者の似顔絵描きもしました。

自分のやりたいことを形にすること、そして、それを人にみってもらうことはとても素敵なことです。サロンがそんな空間になったことをとても嬉しく思いました。

そして、感化された私は管理者の得意な絵を展示しては！とか、写真好きの職員の写真展を開催しては！！などなど。思いを巡らせ…そうだ！きっとご近所にもそんな方がいるのでは！？…と。

写真・絵・手作り小物など自分の好きなものをたくさん持っているあなた！

「すてっぴサロン」に作品を展示してみませんか・



地域の皆様へ **サロンスペースの貸館** を行っています。

平日 9時から 17時の間でサロンスペースをご利用いただけます。サークル活動、お茶飲み会、会議、勉強会などお気軽にご利用ください。今回ご紹介したような作品展を開きたい方も是非ご相談ください。

使用料は半日 500 円、全日 1,000 円です。スクリーンの貸し出しもございます。

※土日のご利用を希望される場合にはご相談下さい。

お問合せ：「ぴぽっと南光台」022-779-7341（担当：山口）

編集後記 いつのまに年末！と驚き→お正月休みを満喫し→令和2年と書く事に違和感を覚えつつ…早いもので、もうすぐ春です。

遠くに見える山並みは雪化粧をしています、冬？という気候でしたね。

送迎や通勤には支障がなく良かったのですが…。



事務 山口

