

# ぴぼっと 南光台通信

## 第25号

2021年5月25日発行

地域生活サポートセンターぴぼっと南光台



川の流れるように...

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





## 見上げる動作にリラックス効果

新型コロナウイルス感染拡大に「収束はいつになるのだろう」「感染したら大変」と、ご不安のことと存じます。こうした時だからこそ、坂本九さんの名曲「上を向いて歩こう」「見上げてごらん夜の星を」を口ずさみ、心の支えにしたいものです。

さて、私は電車・バスで通勤していますが、車内を見上げると商業広告が減少したと感じます。乗客の殆どの人がスマホに見入りますから、企業はデジタル広告に移行するのでしょうか。一昔前はビルの屋上に大きな広告物があったものですが、今は骨組みだけとなりました。大空を広告スペースにしたアドバルーンやラジコン飛行船も見かけなくなりました。規制や広告費、デジタル化広告の普及によるものと思いますが、見上げる動作が減少していることのバロメーターのようにも感じます。

私たちの日常は、長時間スマホやPC作業で、何かと下を向いていることが多くなりました。そうした姿勢により、自分では真上を向いているつもりでも、斜め上しか向けていない人が増えているそうです。そこで、簡単にできるストレッチはいかがでしょうか。朝起きたら外に出て空を見上げ深呼吸、仕事で集中が途切れたら首のストレッチ、仕事帰りは月や星を眺めて安らぎを感じ、お風呂上りに背骨を柔らかくするストレッチで身体をほぐし、そうすることで夜ぐっすり眠れ、不調を解消できることと思います。コロナ禍で気が滅入り、思うように上を向けない今ですが、見上げる動作は自然に背筋が伸び、自律神経の働きが活発化し、リラックス効果が高まるそうです。見上げてみませんか。

センター長：佐藤（秋）



## 副センター長より ～あいさつ～



今年度から副センター長に就任しました三浦郁美と言います。入職して2年目から昨年度までは、ホームヘルプサービス事業を担当していました。社会人になりたての頃から地域支援に携わり、たくさんの楽しいことや失敗を経験しながら、利用者やご家族の皆さんにお世話になってきました。

これまでにびぼっと支倉やピポット若林にも在籍していたことがあります。再びお会いできる方々がいると思うととても楽しみです。これから新しくお会いする方々との繋がりも大切にしていきたいです。

副センター長としては1年目で至らない点もあると思いますが、利用者の皆さんや職員にとって心地よい事業所となるよう努力していきたいと思っています。これからよろしくお願い致します。

副センター長：三浦



# 御礼申し上げます



この度、NTT 東日本グループ様の「マッチングギフトプログラム」により、すてっぷ・はうすに多大なるご寄付をいただきました。誠にありがとうございます。

## 【寄付団体名】

NTT 東京・山梨グループ社会福祉を進める会様  
株式会社エヌ・ティ・ティ エムイー様  
株式会社 NTT ビジネスアソシエ東日本様

株式会社 NTT 東日本-南関東様  
株式会社 NTT 東日本サービス様  
テルウェル東日本株式会社様



\*「マッチングギフトプログラム」は、社員の自発的な募金活動に会社も賛同し、社会的に意義のある活動に継続的に取り組んでいる特定公益増進法人に対し、社員の募金総額と同額の寄付を会社が行なうプログラムで、平成7年から各地域で実施されているそうです。

すてっぷ・はうすでは、日中一時支援事業と短期入所事業を行っており、利用の際に送迎もしています。昨年10月、市内3ヶ所あった実施場所を2ヶ所、短期入所に関しては基本的に1ヶ所、すてっぷ・はうすに集約して行なっています。そのため、利用件数が増え、送迎頻度や範囲も拡がりました。この度の寄付金 **2,349,566 円** は、すてっぷ・はうすの福祉車両購入に充てさせていただきます。納車は6月以降の予定ですので、改めて誌面等で報告させていただきます。(山口)

## 総務 ~新体制になりました!



### 新★事務員紹介



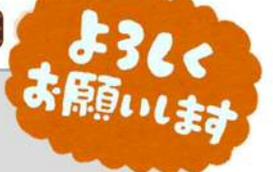
4月より、ぴぼっと南光台の事務に配属になりました

長谷川 優子 (はせがわ ゆうこ) と申します。

東日本大震災の直後には「仙台つどいの家」に勤務していました。この度、改めて地域生活サポートセンターで勤務しますが、職員みんなと心を合わせて勤めていきたいと思えます。どうぞよろしくお願いいたします。

- 出身 宮城県仙台市
- くせ 事務所内を走ること
- 趣味 音楽鑑賞 映画鑑賞 きれいな景色を眺めること
- 好きな食べ物 プリン ヨーグルト お寿司 チーズケーキ

などなど…美味しいもの😊



ぴぼっと南光台の総務は長年、管理者と事務員の2名でしたが、今年は2倍の4名になり、パワーアップしました。

ぺんたす、すてっぷ・はうすの職員たちをしっかりと支えていきます👍 どうぞよろしくお願いいたします!

管理者	佐藤 秋男	(ぴぼっと支倉 兼務)
副センター長	三浦 郁美	…ぺんたすより異動
事務	長谷川 優子	(ぴぼっと支倉 兼務)
事務	山口 まなみ	



## ホームヘルプサービス事業 ペんたす

今年度のペんたすは、昨年度から少しだけメンバーが変更しました。昨年度までチーフだった三浦がぴぽっと南光台の副センター長に、専任ヘルパーだった片桐がGH さくらはうすのチーフにと、みんな出世してペんたすを築立って行きました(ノド)ウツウツ…。

今年度は以下のメンバーとなります。改めましてよろしくお願いいたします。(高橋毅)

- 高橋 毅迅 (チーフ兼サービス提供責任者)
- 今野 竜佑 (サービス提供責任者)
- 川口 雅子 (サービス提供責任者)
- 小原 翔牙 (専任ヘルパー)
- 折原 誠司 (専任ヘルパー・GH 兼務)
- 大内 卓也 (専任ヘルパー・GH 兼務)
- 工藤 太 (専任ヘルパー・GH 兼務)
- 土生 和宏 (専任ヘルパー・GH 兼務)
- 木下 洋子 (専任ヘルパー)
- 登録ヘルパー14名



## 日中一時支援/短期入所事業 すてっぴ・はうす

日中一時支援事業、短期入所事業がスタートして数か月が経ちました。事業が変わり手探りの中、今年度より新すてっぴ・はうすが始動しました。職員の体制も大きく変わり、昨年度だいち、すきっぴも合わせ6名いた常勤職員は、現在4名体制の配置となっております。また、コロナ禍という事もあり密にならない利用受付を心がけ、体温が37.5℃以上ある方や、風邪症状の方は利用を控えていただいております。苦しい状況が続いておりますが、出来る限り皆様のご希望に添えるよう努力して参ります。新体制のすてっぴ・はうすをどうぞよろしくお願いいたします。(高橋和)

チーフ



たかはし かすや  
高橋 和也

(だいちより異動)



さかきばら ゆう  
榎原 悠



さとう かずのり  
佐藤 一範

(すきっぴより異動)



さとう きょうこ  
佐藤 享子

(すきっぴより異動)



# 合理的配慮 ～事例紹介～

2016年4月、障害者差別解消法により「教育や就業、その他社会生活において、平等に参加できるよう、それぞれの障害特性や困りごとに合わせた配慮を行政・学校・企業などの事業者は可能な限りしましょう」ということになりました。しかし、配慮と言われてもイメージが持ちづらいかと思います。そこで実際の事例をご紹介しますので、参考にしてみてください。

## ホームヘルプサービス事業「ぺんたす」移動支援にて

今まで行っていた美容室が移転することになりました。どうやら移転先の入口には段差があるようです。利用者さんは車椅子移動の方です。どうしよう・・・。

なんと、美容師さんが手作りスロープを用意してくださっていました！  
出入りもスムーズで、髪も足元も快適でした☆ (三浦)

お店はコチラ！



出入口



エレベーターホール



シャンプー台



「パウダーテラ」さん

宮城野区榴岡 1 丁目 6-36

ファインホームビル 4F

022-299-6139

## 職員随想 第8弾

## 私の「モットー」

ぺんたす 折原誠司

ある人材教育会社がZ世代の新入社員に「会社に対して望むことは何ですか？」の問いに対し、回答のダントツトップが「円滑な人間関係」と答えています。また他の就職情報サイトによると、Z世代の転職経験者に離職率の理由を調査したところ、退職理由の上位が「同僚、先輩、後輩とうましくない」が入っています。Z世代の若い人の考え方を顕著に表しています。このように職場における人間関係はとても大切です。

私が以前、勤務していた東京都の障害者支援施設を運営している法人では、とても人間関係を大切にしていました。上司や同僚はもちろん利用者さんともコミュニケーションを良く取り、楽しい雰囲気でした。私の尊敬する上司は知識が豊富で優しく楽しい人でした。上司のモットーは「利用者さんと楽しく過ごす」でした。そう、私はその上司のモットーを引き継いでいます。

つどいの家に入社して初めて勤務したのが「レスパイト事業 すきっぷ」でした。私はモットーを大切に、介護に入って頂いた職員さん、介護人さん（学生含む）達と楽しく介護をしました。ある主婦の介護人さんは「すきっぷはいつも楽しいですね。」、学生の介護人さんからは「つどいがホワイト企業で良かったです。毎週介護入りしたいです。」と言われ、また利用者さんの保護者さんからは「(利用者さんが) すきっぷから帰ってくると今日あった出来事を楽しそうに話してくれます。」や別の保護者さんからは「毎月泊まりを楽しみにしているようですよ。」と言われ嬉しく思いました。

今年も新職員が入りました。また異動して職場が変わった職員もいます。上司や同僚と良きコミュニケーションをとり、利用者さんと楽しく過ごして下さい。

受講者募集中

# 介護職員初任者研修



- 実施予定期間 令和3年5月～6月（火・金曜日）  
令和3年7月～8月（土・日曜日） ※約2ヶ月で資格取得ができます！
- 受講資格 満18歳以上の方 仙台市内または近郊在住の方で全日程を受講できる方、しょうがい福祉に関心のある方
- 講義内容 スクーリング16回+課題提出8回（講義はオンライン受講も可能です）
- 受講料 27,500円（税込）テキスト代含
- 会場 仙台つどいの家（仙台市宮城野区幸町3-14-16）
- お問い合わせ・お申し込み  
022-293-3751（仙台つどいの家 担当：早坂）



【申込サイト】



## CDプレーヤー、DVDプレーヤーを譲っていただけませんか？

「すてっぴ・はうす」では、様々な年代の利用者さんが思い思いの時間を過ごしています。創作や音楽鑑賞・映画鑑賞をしたり、お散歩をしたり…。

ご自宅で使わなくなったCDプレーヤーやDVDプレーヤーがございましたらお譲りいただけませんか？

譲っていただける方はぴぽっと南光台へ直接お持ちいただくか、ご連絡をいただけたらうれしいです♪よろしくお願いいたします！



平日10時～17時 ☎022-779-7341 担当：高橋（和）・榊原

**今年度も、コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、残念ながら「三丁目市」（バザー）を中止することといたします。**



御 礼



先日、ぺんたす利用の長部様、すてっぴ・はうす利用の高橋様からタオルを寄贈いただきました。とても助かります♡大切に使用させていただきます。ありがとうございます。

### 《異動した職員》（異動先）

ぺんたす：片桐 卓也（さくらはうす）

### 《退職した職員》

すてっぴ・はうす：児玉 文昭



編集後記 春だ！と思ったら、あっという間に立夏を過ぎ、新緑のグラデーションが目に眩しい季節になりました。密を避けながら、自然の中で過ごすのに良い季節ですね。

（事務：山口）