



季刊紙 2011年・夏号(7月4日発行)

指定訪問介護事業所  
あ・し・す・と(垂水)  
〒655-0861  
神戸市垂水区下畑町  
烏ヶ蔵山1815-31  
電話:078-755-1455  
FAX:078-755-1456

指定訪問介護/居宅介護支援事業所  
あしすと武庫之荘  
〒661-0031  
尼崎市武庫之荘本町1-18-27  
松茂文化1階13号  
tel:06-6433-8487  
fax:06-6433-8490

都市生活ヘルパーステーション「あしすと」は、生活クラブ都市生活がともに福祉活動をすすめている都市生活コミュニティセンターの介護保険事業です。現在、2事業所60人のメンバーで楽しく活動しています。介護保険に関することは何なりとご相談下さい。

## よりよい介護を提供するために グループ研修に取り組んでいます



あしすと武庫之荘では、メンバーを数人ずつのグループに分け、グループ研修を行ない毎年5月の総会時に研修発表を行ってきました。

垂水と武庫之荘の事業所が合同で総会を行なうようになってからは垂水も研修に加わり、にぎやかな会になって、総会の大イベントとなっています。

テーマ、形式、発表の方法も各グループの自由です。今年は5回めでしたが、回を重ねる毎に興味を持って見ることでできる発表になっていることに感謝しています。忙しい仕事の合間を縫って集まり、グループの持ち時間5分という短い時間にまとめるまでの努力や苦労が伝わってきます。

仕事以外の作業として本当に大変ですが確実にメンバーひとり一人の力となり、魅力ある事業所として成長していると感じています。パフォーマンスをお見せできないのがとても残念ですが、ふたつのグループ発表のダイジェスト版を紹介させていただきます。

(あしすと武庫之荘：落合久恵)

### 研修テーマ

## バリデーション



この度、グループ研修のテーマをバリデーションに決めたのは、共に研修するメンバーのほとんどが、感情の起伏の激しい認知症の利用者さんの援助に関わっていた事からでした。彼への援助はまさしく発表の日の寸劇そのものであり、私達にとり、心身ともに苦しい援助が続いていました。

少しでも、改善をとの思いから、以前あしすと会議でも取り上げられたバリデーションを

テーマにしたのでした。バリデーションとはアメリカ人のソーシャルワーカー、ナオミキャンベルが開発した、主に、認知症のお年寄りに対するケアのひとつです。

このセラピーの仮説によると人は人生において、未解決の課題を残したまま、最後を迎えたとき、4つの解決ステージを迎え、それぞれのステージで、有効なケアのテクニックが14あります。このセラピーにより

改善されるお年寄り、効果のなかった例、ともに学びました。このセラピーは万全ではないのです。けれどこのセラピーを実践することにより、お年寄りをバリデートするとともに、自己の内面に向き合うことになり、もしかすると、自分を救うことにもなるかもしれません。子供の為にも良い年の重ね方をしたいものです。そして又今私達が関わっている、又これから関わるかもしれない利用者さんに対してもそのお手伝いをしていきたいものです。

(あ・し・す・と：木村美保)

## 研修テーマ ケアする人のケア



私たちヘルパーは利用者様のお宅に入ると一対一の対応になります。そんな中で自分の感情をうまくコントロールできないと利用者様との間に溝ができたり、またうまくコントロールできてもストレスになることがあります。ヘルパーは自分自身が精神的に健康な状態であることが大切ですが一般に自分の心のケアについてはあまり取り上げられていません。

そこで、今回の研修テーマとしました。

ケアを職業にする人には相手と接することで自分に生じる思いを受け止められることが求められます。①相手を受け入れる許容量を広げる必要性。②人と接する時に起きる自分の感情の反応パターンを知ること。③自分の感情に向かいあう必要性。この3つの事柄を心がけることが大切なことを確認しまし

た。具体的にはチーム会議の場などで、ケアの現場で起こった自分で解決できないことはもちろん感じたことや戸惑いを仲間に伝え話し合う。同時にチームメンバー全員がケアの目的、仕事内容を確認しあう。こうすることで孤立を防ぎよりよいケアとヘルパー自信の心のケアもできるという結論に至りました。「あしすと」においては会議等で話し合う場があることを再認識する結果となりました。(あしすと武庫之荘：栗本・中嶋・南雲・平井・水口)

## あしすと総会 2011年5月15日(日) 西宮市市民交流センター

今回の総会は、個人的には3度目の参加になりました。参加していつも感じる事はたくさんの方のつながりと結びつきがあってこそ「あ・し・す・と」が存在しているということ。知らないところでたくさんフォローしてもらい、私たちは日々の援助に精を出す事が出来ていると実感しています。そのことを忘れず5年先10年先につなげていきたいと思えます。

また、総会での研修発表では、年々テーマや内容にも活発に意見を出し合い充実したものになってきました。武庫之荘の研修発表では、垂水とはちがった視点の発表に次回のヒントをもらったり大変参考にさせていただいています。

日々の行動は、直行直帰と個々で行動する事が多い仕事ではありますが、事務所でヘルパー同士が研修やミーティングで顔を合わせることで、いち利用者さんに対応ヘルパー全員で支えている意識も芽生え更に団結力のある事業所としてこれからも活動していけるのではと思います。(あ・し・す・と：松尾康江)



垂水と武庫之荘、両事業所が合同で総会を開いています。



グループ研修の発表。学びの成果を楽しく分かち合います。



総会後の懇親会。研修で発表されたミキサー食も試食に。評判は上々!



## ヘルパー募集中!

「初めてでも大丈夫です」わたしたちと一緒にお仕事しましょう。まずはお電話を!  
あ・し・す・と (エリア：垂水区・須磨区・西区・北区) ☎ 078-755-1455  
あしすと武庫之荘 (エリア：尼崎・西宮・伊丹・芦屋・宝塚) ☎ 06-6433-8487  
受付時間：月～土 9:00～17:00 ご希望の曜日と時間をお気軽にご相談ください。