



介護職が
「知っておきたい薬の基本」
を学びました

講師:かくの木薬局

薬剤師・加藤彩さん

9月19日(金)

グループリビングえんの森
リビングルームにて



介護サービスを利用される方々は多種多様な薬を使用しています。私たち介護職が正しい知識を持つことがとても大切です。そこでかくの木薬局の薬剤師さんに研修をお願いしました。

当日は、訪問介護、グループホーム、小規模多機能の職員も参加、薬を安全に使うための注意点や副作用のお話、塗り薬や湿布の上手な選び方など、日頃の支援にすぐ役立つ内容を専門の方から教えていただきました。初めて参加するヘルパーさんもいて、とても勉強になり、定期的に研修を開催出来るといいなと感じました。

薬剤師さんから、医療・介護等関わる人とともに地域に暮らす人たちと一緒に支えたい、利用者さんの生活などの情報は薬局ではわからないことも多いのでヘルパーさんとは何かあれば気軽に連絡できる関係でありたいと言っていただきました。すぐに相談できる薬局が近くにあることが、とても頼もしく感じました。

(ケアサポートえん／吉田史恵・関根理恵子)



介護未満もけっこうタイヘン!



この通信がお手元に届くころはすっかり秋になっているでしょうか。10月半ばの今、長い酷暑の夏が終わってホッとしています。建設業界などは国が音頭を取って酷暑対策を講じていますが、忘れられているのが、わが介護業界。とくに訪問ヘルパーの自転車やバイクでの炎天下の移動、エアコンさえない住環境で働く過酷な労働への配慮は全くされていません。財政が豊かな東京都は保冷グッズなどへの補助金を支給していますが、道路一本隔てた埼玉県新座市は皆無。北海道でさえ40℃を超える日がある今、国として対策を講じてほしい。ただいまそのための要望書を準備しています。また訪問介護を利用されている方々には、汗だくで到着するヘルパーがクールダウンする余裕などの配慮をいただければ幸いです。

読書の秋、『介護未満の父に起きたこと』（ジェーン・スウ著、新潮新書）は一読をお勧めします。要介護認定までは間がある「介護未満」の父と娘の詳細な記録で、本の帯に「人はいきなり寝たきりになるわけではない。…たいていは誰もがイメージする「ザ・介護」の前段階がある。騙しだましやっていた今までの生活がさまざまな理由でひとりでは回せなくなる日がやってくるのだ」。そのとおりです。

「ザ・介護」はプロのわたしたちでも、「介護未満」をどうすべきか答えは持っていません。73才のわたし、お父さんに起きている事態に近い将来の自分に重なって、身につまされるばかり。ありがたいことに、この本は「介護未満」の親子の指南書にもなります。しかし著者のように親に優しい上に実行力も経済力もある娘・息子はめったにいない。子どもがいない人も少なくない。例えば片づけられない時期に入ってゴミ屋敷未満がザ・ゴミ屋敷になっていくのを止めるにはどうすればよいのか。自費サービスという手はありますが、1時間当たり三千円から五千円が相場、けっこうな額です。

しかし元気高齢者の方々、とてもノンキです。高齢者向けの介護学習会で、「子どもさんにあなたたちの世話にはならない、と言っている人は？」とたずねると結構な割合で手があがります。いやいや、寝たきりでオムツをかえるような介護はプロに任せればよい。けれども病気やけがで入院・受診する、介護保険の申請をするなど誰かに任せる場面はいっぱいあります。「よろしくね」と伝えておきましょう、今まではそう伝えてきました。しかし読了後、ちょっと違うかな、さてどうしようと熟慮中です。ウチの子どもたちにどう依頼するかも含めて。むずかしいんだな、これが。

代表理事 小島美里



利用者さんに聞きました

Aさんは1939(昭和14)年生まれ。週2回、まどかを利用しながら一人暮らしをしています。まだ酷暑が続いていた9月中旬、Aさんの来し方、まどかを利用して思うことなどを聞きました。

～大阪で空襲に遭い、広島へ疎開～

生まれは大阪。終戦間際の6歳のとき、空襲で広島県の府中町(現・府中市)に疎開したの。梅田駅(現・大阪駅)から見た景色はもう焼け野原で、缶カンの中から黒い人間の足みたいなのが出ていた。福山駅に着くとぼーっと暗くてね…。あの頃の生活ってね、押し入れ開けるとカボチャとか梨とか入っていて、お米なんて、おまわりさんに見つかったら大変だったの。



小学校時代のAさん

府中町立の小学校、中学校、県立の高校に通った。まどかで「お魚がおいしいところ、瀬戸内海の」と話したら、Hさん(まどか利用者)の実家と近いとわかって。Hさんは岡山、私は広島だけど、県境で最寄りの駅は一緒。「ほら、天満屋デパート、知ってるでしょう」って、話が盛り上がった。

特に運動はしていなかったけど、走るの速かったのよ。幅跳びも得意だった。姉が大阪にいたから大阪でお勤めした。その時お世話になった人が夫の妹さんで、それが縁で結婚して東京に出てきたの。新座に越してきたのは、30代の頃。初めて東久留米の駅に降りた時、なんて空気がいいんだろうって思った。

～新座に暮らして半世紀、年を重ねて～

50代か60代だったか、集会所で俳句サークルをやっていたので、始めました。でもコロナで大きく変わったからね。人が集まることがなくなって、そのうち腰が痛くなって、自転車で遠出ができなくなっちゃって、入院もして。それまでは元気で動いていたから、退院するとき「これからどうなるのかな」と心配だった。

私、前から介護保険制度とかには興味があったの。だから新聞でも雑誌でも記事を切り抜いて取ってあった。何かあると市の高齢者相談センター(地域包括支援センター)に相談にも行ってたのね。で、入退院がきっかけになって、高齢者相談センターからまどかに相談が行ったらしいの。それで退院のときにまどかのケアマネさんがきてくれたのね。

もう50年くらい新座に暮らしてるけど、近所の人も世代交代して、話せる人が一人しかいなくなってしまって。若い人たちは忙しくて、それどころじゃないのよ。生活していると、何かと書類を書いたり出したりしなきゃいけないでしょ。でも書けなくて困っていたのよ。腰を悪くしてからは、買い物も自分一人では歩いていけないもの。食べる物がなくなってくると心配でね。でも今は週2回、買い物に行ってます。まどかのスタッフが送り迎えしてくれる道すがら一緒に。まどかに行けば人に会える。話もできる。ありがたいと思う。家でじっとしていたら、ねえ。まどかがなかったら私の今はないわね。ああ、これからも生きていける。



理事紹介①



NPO 法人暮らしネット・えんは役員として理事13名、監事2名による理事会が構成されています。

今回は、今年度(令和7年度)新任された4名の新理事をご紹介します。

田口 裕貴 (社会保険労務士田口裕貴事務所 所長)

今年度から理事を拝命することになりました、田口裕貴と申します。前期 2年は監事を務めておりました。普段は社会保険労務士として、主に障害福祉・介護の事業所に関わるとともに、春日部市でNPO法人を立ち上げ、居宅介護(訪問サービス)、重症心身障害児を主たる対象とした放課後等デイサービスの運営に関わっています。

さて、皆さんご承知の通り、昨今の報酬改定等により、介護保険を取り巻く環境は極めて厳しいものとなっています。特に、訪問介護をはじめとする在宅支援は、介護保険・地域包括ケアシステムの要であるにもかかわらず崩壊の危機に瀕しており、ただただ「地域で暮らし続ける」だけのこと自体が難しい世の中になってしまいました。この現状に対して、いかにして立ち向かうのか、福祉職としての矜持が問われているような気がしています。私自身も、微力ながら、この現状に抗うべく、えんの理事として関わらせていただければと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。」

西野 裕哉 (株式会社隣家 代表取締役)

このたび、認定 NPO 法人暮らしネット・えんの理事を務めさせていただくことになりました西野裕哉と申します。

新座市大和田で株式会社隣家「デイサービス隣家」を運営して 13 年、介護老人保健施設やケアマネージャー、デイサービスでの経験と合わせ、介護の仕事に 27 年間関わってきました。

8 年前…隣家をご利用されていた認知症の方が、地域住民の方から誤解を受ける出来事があり「新座市から出ていってくれ」と言われてしまったことをきっかけに、学生世代や地域住民、企業のみなさんに向けて、認知症への理解を深める活動を行っています。

今回、理事という立場をいただき、これまでの経験を活かして、みなさんと力を合わせながら明るくあたたかい地域づくりに関わっていけたら嬉しいです。特に介護事業ではお互いの事業特性を活かしつつ、相互フォローしながら、

年をとっても、認知症になっても、障がいがあっても住み良い新座市にしていけるよう共に尽力していきたいです。

今後とも、よろしく願いいたします！



菅 嘉子 (えん 多機能ホームまどか管理者)

ひよんなことからこの業界に入って30年ちかく、ここまで続けているとは思いませんでした。20代の頃に障がいをもつ人たちと共に働く場(堀ノ内病院にあった「売店てまや」)に出入りすることになり、少しずつ地域と関わり始め、子どもを通して知り合った人たちと一緒に食事をしたり、お出かけしたり、多くの人に支えられて子どもと一緒に私も親として育ってきました。そんなことをしていたもので、支えたり支えられたりはできる人がやるものと思っていました。初めのうちは仕事として介護に携わることに違和感があったのが、少しずつ責任の重さを感じてきて「お互いさま」の関係でありながらも、プロ意識が必要なのだとシフトチェンジするようになりました。

私からみた「えん」は、目の前にある必要なことをしていれば知らず知らずのうちに地域のいろいろなところで繋がっている法人になっていて、ちょっと驚いています。アメンバーのように形を変えてきた「えん」。これからも変容していくのに一員として携わっていきたいと思います。どうぞよろしくお願い致します。

安田 実子 (えん 特定相談支援ケアプランえん管理者)

障がい者福祉の仕事始めて27年目でしょうか…。人生の半分を福祉で占めていると思うと、あらためてびっくりします。重度障害者の在宅支援の仕事が私の福祉のスタートです。そんな私が『えん』のような法人で理事を務めることになるとは、私の人生設計にはありませんでした。常に外から『えん』を見ている感じではあるのですが、ヘルパー時代に見えていた『えん』、相談支援専門員になって見えた『えん』、現在は特定相談と基幹センターの管理職となって見えている『えん』。立場や役割が変われば、見えるものは違うし見ようとする私の意識も変わってきました。

理事として、なにを見ていくか？必要なことをしっかり捉えて発信できる人になりたいと思っています。スタッフの意見が正しく届いて運営に反映される、それがちゃんと形になっていくのが見える『えん』を作る、それが私の理事としての目標です。





安全でおいしいお弁当の提供を続けるため、 値上げにご協力を



えんの食卓では、食材、調味料にこだわり、季節感を大切にした手作りの食事をお届けしています。冷凍食品は極力使わず、地元農家さんが大切に育てた新鮮野菜を使ったり、メインのおかずなどは、ほぼ毎日肉屋さんや魚屋さんから届きます。栄養士がカロリー・塩分に配慮した栄養満点な献立を立て、昆布や削り節から取った出汁を使った季節の野菜の煮物、丁寧に炒った胡麻を使った胡麻和えなど、スタッフ一同毎日心を込めて作っています。また、おかゆ、軟飯、刻み食、減塩、魚・肉禁など、利用者さんのご要望になるべくお応えさせていただいています。また、配達担当者は、お弁当の配達に留まらず、地域での在宅生活を支援する事業の一環として「見守り」「声かけ」を重要な責務としています。(新座市高齢者配食サービス事業)

しかし、昨今の物価高の影響により、米などの食材費やお弁当箱やビニール袋などの資材・水道光熱費、ガソリン代等のあらゆる原価が高騰しており、経費の節約だけでは現行の価格を維持するのが困難になりました。大変心苦しいのですが、2025年10月1日よりお弁当の価格を100円アップとさせていただくことになりました。

(新座市配食サービスは450円から550円へ／自費は650円から750円へ)

今後とも安全で美味しいと喜んでいただける食事をお届けして行きたいと思えます。ご理解の程よろしくお願い致します。



ある日の調理風景

(えんの食卓／高田有子)



敬老の日のお弁当はいつもより豪華に・・

メニューはお赤飯、天ぷら（えび、さつまいも、かぼちゃ、ピーマン）天つゆ、がんもと野菜の煮物、青菜の酢味噌和えでした。多くの利用者さんが楽しみに待っていてくれました！

長年ご利用いただいている弘津（ひろつ）さんにお話を聞かせていただきました。



敬老の日のお弁当



敬老の日のお弁当は楽しみにしていました。天ぷらを家で揚げるのがなくなり、スーパーで買ってきた天ぷらは衣が厚くておいしくないので、家で揚げたような天ぷらが食べられてうれしい。それに、大根おろし入り天つゆも付いていて心づかいがありがたい。関西出身ですし、年齢的にも薄味なのでうれしい。口に合いおいしくいただいていますよ。配達の方もしっかり見守りをしてくれて、体調が悪い時に助けていただいております。

やりがいを感じる感想をいただきました。ほかの利用者さんも「いつもごくろうさま」「運転気を付けて」と優しい声をかけていただきありがとうございます。

（えんの食卓／富山優子）

認知症対応型共同生活介護

暮らして
グループホームえん



リビングの壁を秋らしく

鯉の貼り絵を作る際、利用者さんに「本物の鯉らしく銀にしましょう」「お花の模様だとかわいいわね」などアイデアをたくさん出して頂きました。皆さん集中されていて、数日かかる予定が2日で完成しました。

（グループホームえん／佐藤弘美）



えん祭り やります!!

えんの森にて開催

リビング・アトリエ・駐車スペース内

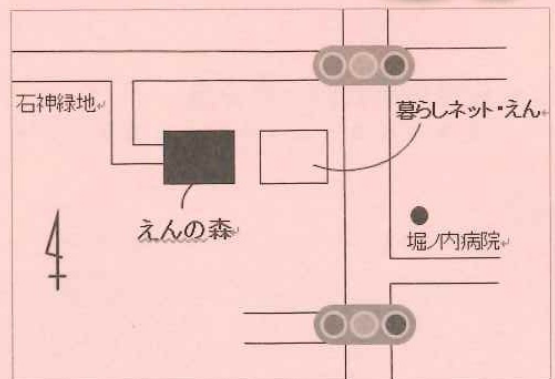
12月7日(日) 10:00~14:00

焼き芋、キッチンカー(コーヒー・ジュース・みそポテト)、
市内福祉作業所自主製作品の販売、えん利用者による
作品展、スポーツスタッキング体験、スタンプラリー等

※キッチンカー、市内福祉作業所自主製作品は有料です

イラスト
多機能ホームまどか 金子 慧

参加費無料
どなたでも参加
できます



地域で暮らし続けていくために2025年度新規・継続会員募集中!

正会員/1000円 賛助会員/3000円

郵便振替(00180-5-314344) ※入会を希望される方は、事務局までご連絡ください



編集・発行 認定NPO法人暮らしネット・えん

〒352-0033 埼玉県新座市石神2-1-4

TEL:048-480-4150 FAX:048-201-1311

Eメール:kurashinet@npoenn.com

ホームページ:https://npoenn.com/



ホームページ
QRコード

X(旧ツイッター)はじめました!



えん X(旧ツイッター)
QRコード