



# たまネット

## 多摩区内でボランティア活動をしています

カリタス女子中学高等学校 「アンジェラスの会」

### Q どんな活動してますか？

アンジェラスの会は、現在80名程度の人数で毎週木曜日に活動をしています。今回、お話を伺った古郡さんは多摩川あゆ工房・はぐるま管工舎などの近隣施設を訪問する“訪問グループ”を担当しています。他に教育里親活動を行う“海外支援グループ”、チャリティーバザーの開催と被災地支援を行う“文化祭被災地支援グループ”、練成会等企画・クリスマス会での発表などを担当する“校内行事グループ”があります。

毎週木曜日の活動では、多摩区肢体不自由者父母の会のクリスマス会で披露するトーンチャイムの練習や、カリタス幼稚園訪問の際に行う出し物の準備、近隣訪問や赤い羽根共同募金活動などの活動をしています。



多摩川あゆ工房を訪問しました

はぐるま管工舎を訪問しました



赤い羽根共同募金活動



チャーリー君

### Q ボランティア、やってみてどう？

「ボランティアを始めようと思ったきっかけは、“友達もしていたから”といった気軽な気持ちからだったけど、活動をするにしたがって楽しくなりました。これまで



古郡さん

人見知りだったのですが、活動を通じてコミュニケーション力が上がったのが良かったと思います。通学するだけでは知ることができなかった近隣の事を知るきっかけになりました。」と心強い言葉が聞かれました。



## 学校は奉仕の精神を大切にしています！

「学校は基督教の精神に基づき、教育目標の1つに“奉仕の心”を掲げており、奉仕体験やボランティア活動も課題としてある」とのことをアンジェラスの会顧問の森先生より伺いました。学生のボランティアに対する関心は高く、学校卒業後も大学等でボランティア活動を継続される方も多くいるとのことで、学校としての取り組みの成果にも感銘を受けました。

最後に、今年9月23・24日に開催されたマルグリット祭(学園祭)では、多摩川あゆ工房とのコラボ作品としてアンジェラスの会のキャラクター「チャーリー君」をクッキーにして販売し、大好評でした！

# 第17回多摩ふれあいまつり

●平成29年6月18日 ●多摩区合同庁舎

今年度も「多摩ふれあいまつり」に多摩区地域自立支援協議会として参加しました。あいにく小雨が降る中での開催でしたが、家族連れや子供たちが大勢訪れていました。地域にとけ込んだ楽しいイベントになっているなど感じました。

今回の参加では、自立支援協議会についてアンケートを実施しました。なんと、合計115人の来場者の方にご協力いただきました。ありがとうございました。

「自立支援協議会を知っていますか?」「たまネットを読んだことがありますか?」という質問には7割の方が「知らない」と答え、まだまだ一般の方に認知されていない現状が見えてきました。「おたすけカード」は知っている方が2割ほどで、実際に持っている方は4名でした。

今何もなくても、大きな災害が毎年日本のどこかで起きています。私たちが生活するこの多摩区も、多摩川のほとりにあり、いつどんな災害に襲われるかわかりません。「おたすけカード」に自身の事を記入することで、「いざという時に役に立つ安心感」につながるのではないかと思います。

多摩区役所または多摩区地域自立支援協議会のホームページでもご覧になれますので、ぜひご利用ください！



## 「たまネット」はここにあります。

ここ1

お気軽にお手に取ってください！

●多摩区役所1階  
アトリウム「福祉」コーナーラック

ここ2

常時置いてます！

●多摩区役所8階  
多摩区保健福祉センター 高齢・障害課

ここ3

パソコンでもご覧になれます！

●多摩区地域自立支援協議会のホームページの中程にPDF版を掲載しています。

ここ1



ここ3

この名称でクリック

多摩区地域自立支援協議会

検索



## 多摩区地域自立支援協議会とは?

多摩区内において、障害のある方とその家族、関係機関等が集まり、情報交換、交流し、障害児者が地域で生活していく中で困難となっている課題等を取り上げ、より暮らしやすい地域づくりに向けて、話し合いをしているところです。

お問い合わせ

多摩区保健福祉センター高齢・障害課 多摩区地域自立支援協議会 電話:044-935-3302 Fax:044-935-3396  
ホームページ <http://www.city.kawasaki.jp/tama/page/0000054346.html>



今、どんな活動をしていますか？

現在、多摩区内には多数の福祉施設、事業所があります。それぞれ創意工夫したプログラムやユニークな取り組み等、その活動を当事者の声と一緒に伝えたいです。

# 「困った！」 でも、1人ではできない・・・

わたしも利用  
しています！

## ヘルパーに密着しました！

●おんりいわん(ヘルパー事業所)



在宅生活をしている障害者は多くいますが、支えるヘルパーが不足しています。今回はヘルパーが実際にどんなお仕事をしているのか、ご紹介します。



## どんなことするの？



今回、お宅にお邪魔したのは、ヘルパーを長年利用しているHさん宅。そこに毎週木曜日に訪問しているヘルパーAさんのお仕事に密着しました。



### サービススタート

↓ Hさんの体調を確認します。

### 近くのスーパーに買い物同行

↓ Hさんに今日の献立を聞いて、冷蔵庫の中身も確認、必要なものを一緒に考えます。今日の献立は焼きそばです。

### 帰宅 入浴準備

↓ Hさんがお湯を入れます。「お湯の温度は大丈夫ですか？」と声掛けをします。

### 洗濯物を畳む

↓ タオル類はHさんが自分で畳みます。袖があるものは難しいので、一緒に畳みます。ベッドのシーツを敷くのを手伝うことも。

### 入浴

↓ Hさんの手の届かない背中などを洗います。入浴後は背中が濡れていることがあるので、背中を拭く手伝いをします。

### 食事の準備

↓ Hさんが食事の準備をするので、包丁がきちんと使えているか等、見守りを行います。また、明日の朝ごはんの準備も手伝います。

### 食事

↓ Hさんが食事を摂っている間に、お風呂や部屋の掃除、翌日のゴミだしの整理、介護記録記入などを行います。介護記録には、その日気になったことなどを記入し、他のヘルパーと情報共有を図ります。

### サービス終了

↓ Hさんに挨拶をして帰ります。

ヘルパーAさんに『ヘルパーをやっている良かったなと思う事』を聞いてみたところ、「Hさんと話していて、楽しいこと」とお話しされていました。また、Hさんの得意料理である具材たっぷりの卵焼きを、自分の朝食に作るなど、おcaずの参考になっているそうです。

Hさんも「毎週、同じ人が来てくれるので安心感がある」とにっこり。Hさんはヘルパーを利用し、「以前は1人で包丁が使えなかったけど、今ではヘルパーさんに教えてもらい、見守ってもらえるおかげで、安心して包丁が使えるようになった」と、嬉しそうに話していました。

ヘルパーの仕事について、ヘルパーAさんは「なんでも手伝えることが私たちの仕事ではなく、その人が出来ることは自分でやらせてもらうことも大切なんです」とお話ししてくれました。お手伝いすることはHさんと相談し、「ここは自分でやる」「ここは手伝ってもらいたい」など、Hさんの自己決定も大切に、支援されています。



・ヘルパーAさん  
・ヘルパー歴 約10年  
・ヘルパーを始めたきっかけ  
以前の職場で、利用者さんのヘルパー取得を支援するために、一緒に受けに行った。



# 「ひとりでいけない。どうしたらいいの？」

ヘルパーにお願いできるんです！

●ヘルパーステーションいろはに(ヘルパー事業所)



## どんなことするの？

協力してくれたのは、NさんとヘルパーBさんです。  
Nさんは、毎月1回ヘルパーさんとの外出を楽しんでいます。



## 朝10時、出発！！

Nさんの自宅までヘルパーBさんが迎えに行きます。今日の目的は映画観賞です。行き先は、毎回Nさんがパソコンを使って事前に調べています。これまでも、原宿へ行って有名な綿菓子を食べたり、カラオケをしたり、いろいろな場所へ出かけました。



## 新百合ヶ丘に到着！



バスに乗って新百合ヶ丘へ到着。今日はアニメ映画の予定でしたが、映画館に着くとNさんが気になる映画を発見。ヘルパーBさんと相談をして、急きょ別の映画を観ることになりました。Nさんの希望を大事にしながら、移動支援の時間の使い方を組み直します。

チケットを購入したら、映画開始までお昼を食べて待つことになりました。Nさんの希望はパスタ。お店に着くとメニューがたくさん！Nさんが選びやすいように好みを確認しながら候補を絞っていき、最後はNさんが自分で食べたいメニューを決めました。



## 買い物もしちゃおう



食事を終えたら、次は買い物です。洋服、アクセサリーや文房具など、Nさんの好きなお店を見てまわりました。お小遣いの管理はヘルパーBさんに依頼しているので、ヘルパーBさんと相談しながら大好きなキャラクターのグッズやアクセサリーなどを購入しました。



## 4時帰宅



その後は本日の目的である映画を楽しみ、最後はヘルパーBさんが自宅まで送り届けてくれました。

また行きたいな♪



- ヘルパーBさん
- ヘルパー歴 3年
- ヘルパーを始めたきっかけ  
自分の子供も障害があることもあり、将来、カフェやグループホームを子供の為にも立ち上げたいという夢があるから



Nさんには喘息があるので、体調を確認しながら無理のないペースで過ごします。移動時には水分補給の声掛けや気候に合わせた衣類の着用など、ヘルパーBさんは様々なことに配慮をしていました。

NさんとヘルパーBさんは2年ほど前から関わりが始まっていて、会話も息がぴったり、いろいろな相談ができる関係になっています。笑顔の多い、明るく和やかな雰囲気の外出でした。