

# おはよう



社会福祉法人 愛和会  
ローズコミュニティ緑地

## contents

### 01 02 トピックス

『介護という職業』

### 03 04 災害派遣

～能登半島地震災害派遣～

### 05 取り組み

あすなろの災害時の取り組み

### 06 活動報告

2023年度

豊中あいわ苑の活動を振り返って

### 07 健康アドバイス

エコノミークラス症候群



# 「介護という職業」

愛和会豊中総施設長

伊藤成規



2024年4月を迎えて、当施設でも新入職員を迎えることになりました。初日の研修として毎年15分程度の施設長講話を行っています。対象は看護職や介護職、ケアマネージャー、事務職員など職種は様々です。愛和会の成り立ちや理念などをあまり堅苦しくないように伝えることにしています。

社会人となって皆さんが色々な職業を選択するわけですが、それぞれ希望と夢を持って入職されてきます。その想いをこの職場で十分に果たせるような環境を作っていくのが私の職務の一つであると考えています。

さて少し話は変わりますが、皆さんも時々テレビドラマを見られることがあると思います。また記憶に残った昔のドラマなども思い出されることがあるでしょう。

ドラマに取り上げられる職業で多いのは何だと思われませんか？ ちよつと調べてみましたところ・・・、1位は刑事(警察官)で、やっぱりそうかという感じですよ。2位は以外にも会社社員で、これは恋愛ドラマが多いようです。3位は医師・看護師、4位は教師、5位は探偵・弁護士の順で大体予想通りではないでしょうか。



その時代を反映して内容は大きく異なるものの、やはりドラマにしやすい職業なのでしょう。

本日の本題である介護職は残念ながらそうたびたびドラマに取り上げられるわけではありません。それでもインターネットで検索すると有村架純さん主演の「いつかこの恋を思い出さないと泣いてしまう」ですとか、草彥剛さんの「任侠ヘルパー」

など中々にヒットしたドラマもあるようです。

日本は既に高齢化社会に突入しており、介護分野での社会的問題解決の必要性が迫っていますので、これからは題材として取り上げられる機会も増えるかもしれません。

是非その時には問題提起だけでなく、明るく楽しい愛情あふれる内容のドラマであってほしいものです。

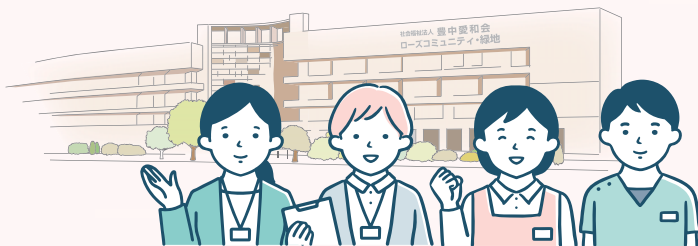
介護職に求められる一番の能力は、人に対する優しさです。今回の能登半島地震災害支援においても、愛和会の職員が率先して派遣に応じてくれたこと、本当に頭が下がります。留守を預かる職員の協力あつての行動ですが、これこそ愛和会の宝と言えるでしょう。介護の現場は体力的にも精神的



にも確かにきつい職場かもしれませんが、しかしそれを上回る喜びややりがいにも満ちています。

一人ではなくチームで働き、待遇を改善しITを取り入れて、ずっと続けられる環境を整備していけば、将来の職業として介護を選んでもらえる若い人たちもきっと増えると思っています。

今年度も明るい愛和会を職員全員で作って行きますので、どうかよろしくお願い致します。





# 「能登半島地震」災害派遣



皆さまの記憶にも新しいと思いますが、2024年（令和6年）1月1日16時10分に能登半島地震が発生し、地震による家屋の倒壊や土砂災害・火災・津波などのより250名近くの方が亡くなるなど甚大な被害が発生しました。

お亡くなりになられた方々に謹んで哀悼の意を表すとともに、被災された方々に心よりお見舞いを申し上げます。

愛和会では、能登地震における福祉施設等への救援を目的とした「能登福祉救援ボランティアネットワーク」の活動に同行し、1月6日多くの法人・施設の皆様から届けられた介護用品や衛生用品などの救援物資を輪島市、穴水町、七尾市にある介護福祉施設へ届けました。

道路状況の悪化に伴い通行止めになっており通れる道は大渋滞が発生していました。

ライフラインも停電・断水状態で、給水車も来ず雨水や雪解け水を溜めて使用しており、食糧や衛生面の確保も寒さ対策もほとんどできていない状況でした。

職員も被災されており、帰る場所がなく施設に寝泊まりしながら交代で利用者を支援しておられる状況で疲れがピークを超えておられる方々が多くいらっしゃいました。



そこで1月11日から1グループ3人構成で活動期間を9日間とし、介護や看護の資格を持つ職員を能登町や珠洲市の高齢者施設に人的支援として派遣し支援を行いました。この活動は9クール実施し、3月末時点で延べ25名218日間の支援活動となりました。私たちが支援に入ったことで24時間連続勤務をしていた職

員が、日勤の時間帯若しくは夜勤の時間帯だけでも身体を休めることができたり、避難所の家族のもとに会いに行き張り詰めていた緊張感を少し緩ませることができており、笑顔が見られたり涙を流して感謝して下さることで、愛和会としても余震の続く状況で安全面の確保が万全ではない状況、また無理してでも行きたいという職員を送り出している各事業所の「何かできることがあるのではないかと、少しでもお役に立てるように」という想いが現地と繋がって支えられている事が実感できる素晴らしい経験を共有することができました。



しかし一方で、長引く避難生活やライフライン不備の状況で現地に留まることを諦められて、金沢に利用者を送られ事業所を閉鎖した施設もあり、支援が途中で終了してしまふ現実と遭遇して胸が締め付けられる思いをしたスタッフもいました。

愛和会の能登地震に対しての思いは支援活動の終了で完結ではなく、発災まもない状況下でありながら、法人そして職員やご家族のご理解ご協力をいただき現地派遣したことで得られた経験をともに、万が一の大規模災害に遭遇しても最小限の混乱で済むよう地域の皆様方と共に連携・協力しながら防災活動に取り組んでいくことだと思っています。

共に「災害に強いまちづくり」に取り組んでいきたいと願っています。



執筆者

地域貢献室 部長 長尾 雅子



## あすなるの 災害時の取り組み

本年元日に発生した石川県能登半島地震では、障害福祉サービス等を日々利用し、生活されている方々にも深刻な被害をもたらしました。人工呼吸器を常時使用している方の非常電源の確保、見通しを持てるように構造化された環境の中で過ごされていた重度の自閉スペクトラム症の方の避難先の確保など、厳しい対応が迫られる事態となりました。

豊中市においても平成30年大阪府北部地震のように、いっなどき大きな震災に見舞われても不思議ではありません。災害そのものを避けることはできません。地域とのつながりも含めた日頃の備えと計画的な訓練が命を守ることにつながります。あすなるでは、ご利用者様と一緒に避難訓練を毎月実施しています。地震や火災発生、不審者が来た場合等様々な状況を想定して何度も繰り返しすることで、“もしも



の時に備えています。ご利用者様や職員の避難行動も訓練の度に迅速になっていきますので、今後も訓練を継続し、備えを進めていきます。

また、豊中市では令和3年から個別避難計画作成に向けて協議を重ねていて、緑地障害者相談支援センターは豊中市障害相談支援ネットワーク“えん”を代表して、その協議にオブザーバーとして参加しています。

他にも地域団体、高齢分野の連絡会等も参加し、令和6年度から優先対象者の個別避難計画の作成を目指して取り組まれます。

この取り組みを通して地域とのつながりを深め、災害時に助け合える体制を築いていきたいと思えます。

執筆者 あすなる 浦 靖宜





2023年度

## 豊中あいわ苑の活動を振り返って

豊中あいわ苑の2023年は、新型コロナウイルスも5月8日から5類となり、約3年間にわたるコロナ禍での生活を少しずつ従来の生活に戻していく1年となりました。

その中で、活動の幅を広げたのは、広報活動です。ご入所者の日常の様子を少しでもお伝えしたい、ご家族に安心していただくという思いで、愛和会のホームページリニューアルに合わせて、当苑もお知らせ欄をフル活用することになりました。

日常的なレクリエーションや行事食、季節の行事などをホームページで定期的に投稿し、11月からはYouTube「豊中あいわちゃんねる」まで開始しました。今後もホームページとYouTube、インスタグラムを連携しながら皆様に楽しめと安心をお届けできればと思います。

また、この1年は防災訓練にも力を注ぎました。

9月には大規模災害訓練を行い、

南海トラフ地震が発生した想定で発災直後から5時間後までの初動訓練に参加した職員全員が本気で取り組みました。12月の消防避難訓練では、当苑職員とご利用者、愛和会の各事業所の職員も訓練に参加し有事の際の各自の行動を再確認しました。

2024年1月1日に発生した能登半島地震の爪痕もまだまだ残り、現地の福祉施設がかなりの被害がでている中、当苑も他人事で終わらせることはできません。

職員一人ひとりがご利用者を支えられるように、災害への備えと意識を維持しながら感染対策もしっかりと継続できるようにこれからも取り組んでまいります。

## エコノミークラス症候群

被災により車中泊や避難所などでの生活を余儀なくされた場合、限られたスペースでの生活となり動く範囲が狭くなってしまいます。加えて足腰の弱さがあると、自宅内と環境が違うためにさらに動きにくくなります。

また、トイレ環境が十分でないことで水分摂取を控えたり、水分そのものの供給が少なくなるとエコノミークラス症候群の危険性が高くなります。

### 【エコノミークラス症候群とは】

食事や水分を十分に取らない状態で、避難所や、長時間の移動などで車などの狭い座席に長時間座っていて足を動かさないと、血行不良を起こし血液が固まりやすくなります。

その結果、血の固まり(血栓)が血管の中を流れ、肺に詰まって肺塞栓などの大きな病気につながることもあり、予防が重要であるといわれています。

予防のためには、

- ① ときどき、軽い体操やストレッチ運動を行う
- ② 十分にこまめに水分を取る
- ③ アルコールを控える。できれば禁煙する
- ④ ゆったりとした服装をし、ベルトをきつく締めない
- ⑤ かかとの上げ下ろし運動をしたり、ふくらはぎをもんだりする
- ⑥ 眠るときは足を上げる

### 予防体操 参考：厚生労働省ホームページ

1

足の指でグーをつくる



2

足の指をひらく



3

足を上下につま先立ちする



4

つま先を引き上げる



5

ひざを両手で抱え足の力を抜いて足首を回す



6

ふくらはぎを軽く揉む



執筆者 老健きんもくせいリハビリ主任 佐藤 公則