

2020
3 月号
no.584

支える人を支える 京都の 福祉

『京都の福祉』は福祉関係者に福祉の課題や情報を提供する「京都府社会福祉協議会」(府社協)が発行する広報誌です



● 今月の「ふくしびと」は介護福祉士・大西基史さん ▼7ページ
● みんなはどうしてる? 「今必要な」ケアする人のケア ▼2ページ

もえくさ



N.K

2016年7月、神奈川県障害者人所施設で起きた45人殺傷事件の裁判が始まった。世間を震撼させたこの事件の被告人が「意思疎通できない障害者には生きる価値がない」と言い放つ言葉を聞くに怒りと切なさがこみ上げる。

人の生きる価値を誰が何を基準に決めることができるのか。障害の有無や社会的地位で人の価値が決まってしまうような社会に私たちは暮らしているのだろうか。

「この人には価値がない」といつて誰かを排除する社会は、結局誰もが息苦しい社会となってしまいう気がしてならない。では、排除しない・個性を認め合うために私たちは何からできるのか。

本会の中期計画策定にあたり階層を超えたグループ会議をした。その中で「知らない」ことが不安を呼び排除に繋がるのではないかと意見が出た。「知ること」「学ぶこと」「理解すること」から始めよう、それを広げていこうとの思いが一致した。「誰もが尊厳をもって生きることが出来る社会」とするために、「関係者とともに歩む計画」の具体化にしっかりと取り組んでいきたい。そして「みんなちがって、みんないい」そんな社会になることを願っている。

ケアする人のある日

こんな気持ちになったことありませんか？

「人の役に立ちたい」「支えたい」
そんな気持ちで



福祉の仕事を始めました!!

でも今日も

利用者さんを
怒らせてしまった



理想とは
ほど遠い



現実の自分...

自己嫌悪で
悲しくて...

へこみます...



みんなどうしてる？

「今必要な

”ケアする人のケア

」
京都府福祉人材・研修センターアンケート調査より

忙しい毎日の中で支援が必要な方へのケアに奔走する一方、自分自身のケアは後回しになっていませんか？ 京都府福祉人材・研修センターでは、研修を受講いただく現場の皆さんの声から「ケアする人のケア」の必要性に着目しています。

日々、他者の心や身体に接する「対人援助職」といわれる私たちの仕事は、ともしれば大きなストレスにさらされてしまいがち。良いケアは、ケアする人が健やかであってこそ。今こそ「自分自身を大切にすること」を始めてみませんか？

● 悩み・葛藤はあたりまえ

「利用者さんに思いが届かず、同じことが繰り返される」「利用者さんの特性とはいえ、自分を否定されるような言葉や態度はツライ」「忙しいときに何度も同じことを聞かれてイライラ」……こんな経験ありませんか？

研修センターが行ったアンケートでは、実に9割が「対利用者との関わりの中でし

んどさを感じる場面があった」と回答しています。人が相手の仕事ゆえ、相手とのコミュニケーションによって傷ついたり傷つけてしまったり。行き詰った状況の中では、何が正解なのか分からずに悩んでしまうこともあります。これら日々の悩みや葛藤は、対人援助の仕事の特徴と言えます。

● 心と身体をフルに使う仕事だから

福祉の仕事をしていく中では、人の生死や人生の不条理に直面したり、自分とは異なる価値観に困惑することもあります。私たちは想像力をフルに働かせながら、本人が体感している世界を理解しようと、気持ちを想像したり、紐解いてみたりと努めています。

また直接的に他者の身体に触れ、入浴や排泄といったプライベートな領域を含めた身体ケアに関わることは、大きなプレッシャーとパワーを必要とします。

自分の心や身体をフル活用する仕事は、まさに「自分が資本」。だからこそ、ケアする人にとって「自分自身を大切にすること」が本当はとても大切なことなのです。

● 自分を大切にするために自分自身を知る

ところで皆さんは自分自身のことをどの

くらい知っていますか？ 考え方の癖や、好きなこと・嫌いなこと、大切にしている価値観や仕事の原動力など、自分自身へのケアは自分を知ることから始まります。皆さんは自分を客観的に見つめ、棚卸しをする時間を取れているでしょうか？

● ケアする人こそ、自分のケアが必要

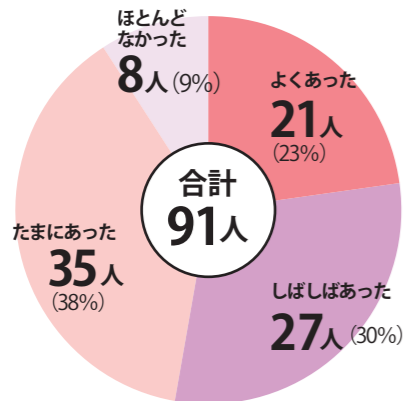
自分を大切にするために心がけて欲しいことがあります。1つ目は「ひとり背負わないこと」。2つ目は「自分を知り、助けを求めること」。3つ目は「心身を労わるリフレッシュを大切にすること」。

福祉の仕事を通して出会う問題の多くは決して自分一人では解決できません。一人で解決できるスーパーマンになる必要はありません。専門職なのだから……と責任感や使命感を無理に背負いすぎていませんか？ 理想の専門職像を描くことは大切ですが、今の自分に出来ることと出来ないことを理解し、出来ないことは適切に周りに助けを求めることも大切なスキルです。専門職である前に、ケアする人もまた一人の「人」。専門性と自分らしさのバランスを見つけていきましょう。

ケアする人が健やかであることが、ケアの良い循環を生み出していくスタートになるはず。ケアをする人こそ、「自分を大切にすること」に、今、目を向けてみませんか。

アンケート調査の結果

Q. この1年を振り返って、対利用者との関わりの中で、しんどい気持ちを感じる場面はどのくらいありましたか？



『介護・福祉職を対象とした「ケアする人のケア」に関するアンケート調査』より

Q. どんなときにしんどさを感じますか？

- ・ 理不尽なことや否定的な言葉を言われても我慢してしまうとき
- ・ 言葉では話が伝わらず、思いを理解してもらえないとき
- ・ 相手が何を不安に思っているのかわからないとき
- ・ 頼まれると断れない性格なので、いっぱいいっぱいの中でも頼まれごとを抱えてしまうとき
- ・ NO といえず、代替案の提示もできず、どう対応したらよいか分からないとき
- ・ 何度も何度も同じ説明を求められるとき
- ・ 業務の忙しさの中で相手に寄り添えきれないとき etc.

Q. リフレッシュ方法は？

- ・ 友人や同僚と話す
- ・ 早めに帰って好きなものを食べる
- ・ 家族でお出かけする
- ・ 小さい目標（楽しみ）をつくる
- ・ 自分を認める
- ・ 寝る
- ・ 飲みに行く etc.

CASE 2

農福連携事業で活用

特定非営利活動法人で・らいと チェリー工房 の場合

地域と連携した
新たな仕事が
生まれました!

理事長
石原 章子さん



この作業場も!



作業場でつくられた
数々のお菓子!

利用者さんの
モチベーションも向上
の製作や、イチジクや梅といっ

普段は就労支援として、雑貨
た城陽の特産品を使った焼き菓
子を作っています。雑貨を作っ
ている利用者さんの中には、お
菓子を作りたいと言う方もいま
したが、作業スペースが狭くて

融資を受けて、作業場を拡張
しました。ハード面を整備した
ことで、生産量が増えた作業場
を見学して「ここなら安心して
注文ができる」と地元からの新
な注文が増えています。それが
利用者さんのモチベーションに
つながっています。忙しくなっ
て自分が必要とされていること
が、実感としてあるのだろうと
思います。
いきいきする製菓担当の仲間
を見て、「自分もやってみたい」
という思いをもたれた他の利用
者さんも、職場の雰囲気も変わ
りました。

CASE 1
段階的な施設整備
のため活用

社会福祉法人 高陽会 くぬぎ保育園 の場合



この
テントも!

園長代理
田島 康子さん

事務長
小倉 広海さん

環境が
変われば
心も変わる

施設整備等融資金貸付事業

その後のストーリー

施設の整備や土地取得において、資金の「ちょっと足りない!」を助けるこの事業。有効活用した2施設にお話を伺いました!

子どもたちに安全で
充実した保育を

当園では、この貸付制度をよく活用しています。まずは、園庭を覆うテントを付けました。元々、半分は付いていたのですが、雨が降ると外で遊べず、運動会などの行事は中止にするか室内で実施するよりほかありませんでした。ですが、テントを付けてからは、天候に左右されずに保育ができるようになりました。親御さんからの評判も上々です。夏場も日陰になるので、本当に助かっています。
また、園に隣接する土地の購入と通路の整備にも活用しました。購入した土地の一部は園庭の拡張に充て、残りは駐車場に。そして駐車場と園をつなぐ通路を整備し、さらに車から身を守るようフェンスも付けて、子どもたちが安全に登園できるようにしました。
この貸付制度のおかげで、子どもたちの充実した保育生活に繋がっています。

子どもたちの安全を
考えて整備しました!

この園庭も!



駐車場と園を
つなぐこの通路も!

施設のあらたな挑戦を応援します!

今回、紹介した2施設は、府社協で実施している施設整備等融資金貸付事業を活用し、子どもたちの日々の保育生活の充実や地域と連携した新たな仕事づくりにつなげました。施設整備等融資金貸付事業は、第1種・第2種社会福祉事業を営む社会福祉法人、宗教法人及び第34条に規定する公益法人を対象に京都府内(京都市を除く)の施設整備、改築等を行うため低利の融資を行っています。貸付条件等の詳細はお問い合わせください!

【施設整備等融資金貸付事業】

1. 施設整備資金(施設の新設・拡張・改造・修理に要する資金)
2. 設備整備資金(固定設備・機械・器具等の整備に要する資金)
3. 災害復旧等資金
4. 土地取得資金(施設整備等に必要土地取得に要する資金)
5. つなぎ資金(補助金・(独)福祉医療機構による貸付金等が交付されるまでに要する資金)

【貸付限度額】

1. 原則として5千万円(一部例外あり)
2. 特別養護老人ホームの整備については、1億円
ケアハウスを併設する場合は、1億5千万円

【問い合わせ先】総務課 TEL.075-252-6291 / ホームページ <http://www.kyoshakyo.or.jp>

利用者様の 今の気持ちを 第一に考えて



特定施設ケアハウスたのやま 介護福祉士 ● **大西 基史さん**

◆この職場を選んだ決め手は？

綾部が地元で、いずれは地元で働きたいと思っていたところ、いろいろなありがたいご縁が重なりました。

◆職場のいいところ

職員同士の風通しが良く、思ったことを言いやすかったり、やりたいことをやらせてくれます。

◆好きな言葉

「楽しむ」。自分が思い切り楽しむことで、周りにも良い影響を与えられると思っています。

「高校生の時、自分の将来を考える中で、人と関わる仕事がしたいと思っていました。ちょうど私の親族に介護の仕事に携わる人がいて、いろいろと話を聞くうちに、この業界で役に立ちたいと思い、この仕事を選びました」と話す大西さんは、(福)松寿苑で働き始めて約13年。現在は特定施設ケアハウスたのやまのサポートをしています。

「この施設には大切にしているスローガンがあります。それが『その人の今の思いを大切に』というものです。忙しいと頼まれ事も後回しにしてしまいがちですが、そうではない、利用者様の今という時間、今の気持ちを第一に考えて行動しています」

そんな大西さん、現在筋トレにはまっているそうで、仕事終わりや休日には、自宅やジムで筋トレに励んでいます。「筋トレを始めてから、それまでは仕事で嫌なことがあると、どうしても気分が沈みがちでしたが、前向きに考えられるようになりましたね。筋トレがいいリフレッシュになっていきますし、仕事にも好影響をもたらしています。これからも、体も心も元気で頑張っていきます！」

【施設名】(福)松寿苑 特定施設ケアハウスたのやま
【場所】京都府綾部市田野町田野山 2-183
【URL】http://www.asjn.jp
【TEL】0773-40-1185 【FAX】0773-43-3505

福島県郡山市 いわき市での活動の様子



台風19号被災地に京都からの多数のボランティアが活動

京都府災害ボランティアセンター(以下「京都府災ボラ」)では、被災地の一つである福島県にボランティアバスを5回(延べ118人)派遣し、被災者の支援を行いました。

被災地支援については、それぞれが出来ることをできる範囲で行う(参画する)ことが大切です。「助けになりたい」という想いを、かたちにするためには、主に次のことが挙げられます。

1 被災地へのボランティアに参加する(人的支援)



最も基本的、直接的な支援活動です。被災地の状況は刻一刻と変化するため、現地の最新の情報を確認のうえ、十分な準備やボランティア保険加入等の手続きを行って参加することが大切です。事前登録制を行っている災害ボランティアセンターもありますので、必ず被災地に入る前にHP等で確認をしてください。

2 募金や義援金、支援物資などの物的支援を行う



京都府災ボラが実施するボランティア活動サポート募金や被災地への義援金、支援物資などの提供も重要な被災地支援活動の一つです。但し、支援物資については必ず現地のニーズに合わせて行うことが大切ですので、予めその情報を入手しておく必要があります。

3 いろいろな人に情報を伝える

現地でのボランティア活動の参加や物的支援が難しい場合、被災地が求めている支援内容や災害ボランティアセンターが行っているボランティア、募金の募集を多くの人に伝えることで、それが出来る人の輪を広げていくことが可能となります。最近ではSNSを使うなど多くの方に伝える方法があります。



「大勢の人の力の凄さを実感しました」「初めてボランティアに参加して、自分にとっての『当たり前』は他の人にとって当たり前じゃないということに改めて感じました」「被災者の方々の笑顔を見られたのが良かった」

これらの声を活かし、京都府災ボラでは今後も被災者の方の「助けになりたい」という想いをかたちにすることを大切に、そのための活動を続けていきます。

1 台風19号被災地支援活動

2019年10月に発生した台風19号は、14都道県計390市町村に災害救助法が適用されるなど大規模な被害をもたらしました。

京都府災ボラでは、これまでから京都府内の被災地支援を主に行なってきたが、大規模災害の場合には、他府県の被災地への支援の活動実績があります。今回も被害の大きさをから人的被害が最も大きかった福島県への支援を決めました。

2 福島県へのボランティア派遣

被災地である福島県(郡山市、

いわき市)へは被災状況の把握や現地災害ボランティアセンターの受入れ態勢を見極める役割を担う先遣隊を派遣したうえで、ボランティアバスの派遣を決定しました。ボランティアの募集にあたっては、今回、旅行会社の協力のもと作成したインターネットサイトからの申込方法を導入しました。これは参加希望者の申込を円滑にするためです。そして結果として多くの年齢層の方から参加をいただきました。新たな試みとして、ボランティアバスの派遣ごとに、現地での活動を短くまとめた動画を京都府災ボラのフェイスブックに載せて、更に支援の輪が広がるよう、広報にも力を入れました。

3 ボランティア参加者の声

今回ボランティアバスに参加いただいた方の声をいくつか紹介します。

「大勢の人の力の凄さを実感しました」「初めてボランティアに参加して、自分にとっての『当たり前』は他の人にとって当たり前じゃないということに改めて感じました」「被災者の方々の笑顔を見られたのが良かった」

これらの声を活かし、京都府災ボラでは今後も被災者の方の「助けになりたい」という想いをかたちにすることを大切に、そのための活動を続けていきます。

今回の台風19号支援活動に伴う京都府災ボラにご支援いただいた御寄付

【ボランティア活動サポート募金】
計301,349円(団体16団体 個人11名)

福島県内の災害ボランティアセンター(社協)の活動支援に係るものとして
福島県社会福祉協議会を通じ、寄付を行いました。

京都府社会福祉協議会からのお知らせ

ご寄付ありがとうございました

2019年12月9日に『一般財団法人日本自動車販売協会連合会 京都支部 中古車部会様』より**300,000円**をご寄付いただきました。ご芳志の趣旨に沿い活用させていただきます。ありがとうございました。



2019年12月9日に『株式会社キリック様』より**250,000円**をご寄付いただきました。ご芳志の趣旨に沿い活用させていただきます。ありがとうございました。

2019年12月16日に『一般財団法人 近畿陸運協会様』より**250,000円**をご寄付いただきました。ご芳志の趣旨に沿い活用させていただきます。ありがとうございました。

2020年1月31日に『公益社団法人生命保険ファイナンシャルアドバイザー協会京都府協会様』より**100,000円**をご寄付いただきました。ご芳志の趣旨に沿い活用させていただきます。ありがとうございました。



京都府保育園 就職説明会のご案内

保育の仕事に関心のある**学生の方**はもちろん、**一般の方**も大歓迎!**履歴書は不要、服装も自由!**出展園によるリレートークもあります!ぜひご参加ください!

- 日程** 2020年3月15日(日)
- 時間** 13:00~16:30(受付12:30~)
- 会場** 京都テルサ テルサホール
(近鉄「東寺駅」・地下鉄「九条」駅下車 徒歩約5分)
- 対象** 保育園・認定こども園に就職を希望する一般・学生等の方
- 出展** 京都府・京都市の保育園・認定こども園40法人
- 問い合わせ先** 京都府保育人材マッチング支援センター
TEL. 075-252-6333

社会人としての基本の接遇研修

福祉の仕事をするうえでも必要な**基本的な接遇**を学びます。**この春初めて就職される方**はもちろん、**あらためて仕事の基本を学びなおしたい方**、ぜひご参加ください!

- 日程** 2020年4月23日(木)
- 時間** ① 9:50~12:30 ② 13:20~16:00
- 会場** ハートピア京都 3階 大会議室
- 講師** Office・Skipper 足立 明美 氏
- 受講料** 会員 3,000円 非会員 5,000円
- 問い合わせ先** 研修課 TEL. 075-252-6296

「京都の福祉」は、みなさまからの情報をお待ちしています!

府社協の広報誌「京都の福祉」は、「支える人を支える」をテーマに、読み手のみなさまに活用していただけるようにリニューアルしました。ご意見や感想はもちろん「こんなテーマを取り上げてほしい」「取材してほしい」、そんな情報をぜひ気軽にお寄せください。

●本会へのご意見等は、下記URLの「お問合せフォーム」を通じてお寄せください。

<http://www.kyoshakyo.or.jp>

京都府社協

検索

©中央共同募金会



本紙は、共同募金の
配分金によって
つくられています。

福祉事業を始めるなら

賠償責任保険は必須です!

福祉事業者総合補償制度
「まごころワイド」をおすすめします!

充実の賠償責任補償制度、
安価な傷害見舞金補償制度など
必要なプランを組み合わせでご加入いただけます。

福祉専門チームによる安心の事故対応、京都市社会福祉協議会、
京都府社会福祉協議会が提供する福祉の現場に合った内容です。

詳しい補償内容はこちらまで

福祉の保険「まごころワイド」取扱代理店

京都の総合
保険代理店 **S.R.M.** 株式会社 **エスアールエム**

専用TEL **075-255-0883**

福祉の保険
ホームページ www.srm-net.co.jp/smile/

引受保険会社: 三井住友海上火災保険株式会社

この広告は保険の特徴を説明したものです。
詳しくは商品パンフレットをご覧ください。

版1-10-1111

ボランティア活動には「ボランティア保険」
イベントを開催されるときには「福祉行事保険」も併せてご利用ください。