



くるみ・通信

Vol. 54

2025. 12. 18

発行責任者 酒井晃

多摩区登戸 3031 TEL:934-3633 FAX:934-3628

ホームページ <http://wco-kurumi.sakura.ne.jp>

くるみヘルパーさんの声を聞きました

日頃私たち訪問介護のヘルパーは個人で利用者様のお宅に伺って活動しています。ケア会議や月1回の定例会などで顔を合わせ、ヘルパー同士で話しをする機会はありますが、日頃のワークで気になる事、くるみの働き方、くるみへの希望など理事長が更に詳しく知りたいと思い、アンケートを実施しました。その後個人面談を初めて実施し、理事長と理事の二人で一人15分間お話を伺いました。

●仕事について

概ね困ったことはない。仕事の量も自分にちょうど良い。自分のペースで都合に合わせて選び働くことが出来る。やりがいを感じる。身体介護のスキルを上げたい。個別対応の研修をしたい。

●くるみに対して

大きな不満はない。いろいろな経験ができる。定例会は他のヘルパーさんの話が聞けて勉強になる。次につなげることを考えなければいけないと思うし準備が必要、等の意見がありましたが、ヘルパーの仕事が好き！人と話をするのが好きです！の声も聞くことができました。また、他事業所勤務、別の仕事との兼業、ボランティア、体操教室の講師、料理教室、趣味活動などくるみだけでなく、他の様々な活動を活発に行っている様子が伺えました。

次ページで他の活動をしているヘルパーさんをご紹介します。

くるみのヘルパーさんこんなこともやっています！



かれこれ 30~40 年間社協が母体となってつどいの家でミニデイサービスのボランティアを行っています。ボランティアスタッフと企画を考え準備をして時に送迎をすることもあります。体操、歌、ゲーム、お手玉、踊り、折り紙やミニ運動会もやっています。夏のペットボトルを使った水中花作りは評判でした。また利用者さんの一芸の披露もあり、お年寄りの知恵や経験の詰まったお話から学ぶことがたくさんあります。利用者さんの楽しかった！また来たい！の声にやりがいを感じ、何より自分たちがとても楽しんでいます。 (F. K)



訪問介護の仕事を始めたのは 2002 年からですが、同時に自然エネルギー推進の活動も始めました。今のままでは地球温暖化が大変なことになると知ったからです。子どもたちが暮らす未来の環境をマシなものにしたいと思いました。23 年経った今、温暖化の状況は悪くなるばかりで残念です。活動に参加することで仲間ができ、活動の幅も広がったのは良いことでした。中でもソーラーチームの自然エネルギー普及活動では太陽光発電とソーラークッキングがとても人気があります。川崎地域エネルギーの活動では市民の皆さんのお出資で麻生市民館に太陽光発電を設置することができました。2050 年までに脱炭素社会！皆で実現したいです！ (H. Y)



自分がシニアと呼ばれる歳になり、なにか新しい事を始めたいと思い、六十の手習いで書道を始めました。思ひ立った時がチャンスというわけで始めましたがいつまで続くか不安でした。でも、今年で 7 年になります。子供の使っていない習字道具を引っ張り出してきて久しぶりに筆を持ち、ドキドキしながら書き始めたことを思い出します。月 2 回、近所のいこいの家で習っています。メンバーは 60 代から 80 代の人たちで賑やかです。特に 80 代の先輩の方々は、皆さんお元気で私も年を重ねるのが楽しみです。これからも、少しずつでも上達できるように続けたいです。 (M. K)

川崎北ユニット会議に参加して

くるみは川崎北ユニット会議の運営委員として参加しています。(注 川崎を3つに分けて「川崎、幸、中原区を南部ユニット」「高津、宮前区ユニット」「多摩・麻生区を川崎北ユニット」とし生活クラブ組合員とW.Coが地域の高齢者福祉や子育て支援などを学習し政策提言活動に生かしています。



政策提言活動では「産前産後ヘルパー派遣事業について」「医療的ケア児の通学について」「幼いころの発達障害の適切な養護について」が課題として上がっていますので今後検討していきます。

担当として参加している横山縁さんにお話を伺いました。

川崎北ユニット会議では6月に私たちの住む多摩区で活動されている「特定非営利活動法人 ウィメンズハウス・花みずき」(設立から26年になりました)の大塚加代子さんをお迎えし「困難を抱えた女性の支援について」をテーマにお話しをお聞きしました。

困難を抱えるとは一口では言い表せないのですが、今や社会問題となっている家族やパートナーなどからのDV(暴力)や相談等を受けています。そこから離れて安心な生活をおくれるようアドバイスし、生活の立て直しプランを立てるなど、精神的に落ち着かれてから自立するまでフォローしているとのことでした。主に女性のための相談・支援をしています。女性の年齢はさまざまだそうです。

花みずきの思いは、

☆女性が安心できる暮らしのために、自立するための生活支援(ステップハウス)として利用できる居室を提供する。
☆「スペースらいらっく」を地域にふらっと寄れる居場所として開放し、近隣の方々に利用して頂く。

女性自身が悪いわけではなくても大変な思いをした方々を暖かく支援なさっていると感じました。

くるみも高齢者・障害者・産前産後・コミオブ事業を25年以上進めてきました。くるみメンバーの協力で多摩区の福祉活動の一翼を担い社会貢献をしてきましたと思います。また地域でもいろいろな形で福祉を進めている団体もありこのような学習会は私自身の心に残るものでした。同じ特定非営利活動法人として今後も共に歩みたいと思います。

◆くるみ冬休みのお知らせ

12月30日(火)～1月4日(日)まで事務所はお休みです。(12月29日(月)は16時で閉所します。)事務所は閉めていますが電話は通じるようになっております。緊急の場合は934-3633までご連絡ください。



◆今年もウエルフェス 2025 に参加しました



12月6日(土)地域のイベントに、くるみ事務所の前でスタンプラリーの拠点として参加しました。今回は少しにぎやかさに欠けましたものの、10名くらいの方が立ち寄ってくださいました。福祉系の関係施設が身近にあるこの地域でのイベントの参加は、とても良い交流の場です。

♪くるみメンバー大募集しています

くるみではワーカーズと一緒に活動する仲間を募っています。現在、幅広い年代のメンバーが活躍しており、介護保険事業、障害福祉サービス事業、また資格がなくても、産前産後ヘルパー派遣、自主事業は働くことができます。くるみで仕事をしながら資格を取ることもできます。

お気軽に事務所にお問い合わせください。

＊＊ 編集後記 ＊＊

秋が短いと言われた。短いスポーツの秋の中にもデフリンピック東京大会が開催された。日本では初の開催となった。相撲では、戦禍を逃れてウクライナから日本に来て3年、初優勝し大関となった安青錦が話題となった。

これから冬に向かうと外出回数が減る。足が弱る。そこで、室内でできる簡単な運動として「ゆっくり屈伸」。立った姿勢で「ゆっくりひざを曲げ、ゆっくり伸ばす」これを繰り返す。ひざを曲げると痛い人は浅く曲げる。我慢してまで行わない。朝・昼・晩と1日3回、1回1分。

皆様どうぞ良いお年をお迎えください。

大森、古閑、高橋



ヘルパー募集チラシ