



# NPO法人 ワークス・コレクティブ みらい だより No. 21

●発行 NPO法人 ワークス・コレクティブ みらい ●発行日 2020年 2月  
 ●発行責任 林 正枝 ●〒241-0024 旭区本村町 108-10 グレイス二俣川 404  
 ●電話 045-364-3036 ●FAX 045-364-3096  
 ●HP: <http://wco-mirai.com/>  
 ●E-mail: [kajikaigo-mirai@k9.dion.ne.jp](mailto:kajikaigo-mirai@k9.dion.ne.jp)



みらいの軸としている仕事は、家事と介護に関わることですが、他にも・・・

## 私たちの仕事あらかると



### こんなこともやっています。(ガイドヘルプの巻)

ある6月の晴天の土曜日。旭区在住の利用者さんと、横浜の野毛山動物園を散策しました。自閉症であるこの男性は、ウィークデイは作業所勤務ですがたまのお休みに運動を兼ねての外出をされます。ご自宅に迎えに行き、公共交通機関を使い計画に沿ったガイドをします。目的地が決まっている場合もありますが、時には何キロものウォーキングをすることも。この日もあえて最寄り駅の桜木町ではなく、横浜駅から延々と動物園目指して歩きました。翌日、筋肉痛にもならず、体力も自慢の私たちです！(自画自賛お許しを！)



### そんなこともやっています。(ボランティア活動の巻)

毎年、晩秋のころ、みなとみらいの臨海パークで『東日本復興支援まつり』が開催されているのをご存知ですか？みらいではメンバーのYさんが長年、出店協力を継続しています。その準備期間も長く、【出店作品↑】普段のワークの合間を見て割く用意の時間は、完全なボランティアです。少しでも復興の手助けになればと頑張っており、他のメンバーもお店で売る商品を手作りしています。



たすけあいの心、お互い様と伝えあう事。これからも大切にしたいみらいの気持ちです。

## 地域とのつながり・・・〈ミコミコさんとの交流〉

定期総会(毎年5月に開催。今年で18回目を迎えました)において本年度はゲストに一般社団法人すまいる統括施設長の佃ますみさんをお招きし、その活動や特色など詳しくお話していただきました。

### 一般社団法人すまいる「ミコミコカンパニー」



2005年、地域作業所として鶴ヶ峰一丁目に開所され、10代から50代の知的・身体障がいのある皆さんがメンバーとなりスタート。現在は川島町にて喫茶のほか、製菓の製造販売、手作りグッズ販売などの活動をされています。区役所やケアプラザ、小学校のお祭りなどで販売もし、地域に溶け込んで活躍中。障がいや経験の違いがあっても、お互いの個性を受け止め合い助けあおう！何でもやってみよう！を合言葉に得意なことをみつけ、広げている皆さんです。

笑顔と喜びのある作業所を目指していらっしゃるでのお話でした。



会場からの質問にも答えて頂きました。

そんなミコミコさんの皆さんが作るお菓子を、みらいでは数年前より定期総会で注文し、来賓の方々やメンバーと美味しくいただいています。ひとつひとつが手のひらサイズ。深くてやさしい味は、ミコミコさんの活動そのものです。また、ミコミコさんで働くAさんはみらいの利用者さんでもあります。月2~3回ほど活動がお休みの日に横浜ラポールでの運動やお買い物のガイドをしています。今後もゆったりのんびり、長くお付き合いをして頂きたいと考えています。

## 介護一口メモ

### 【ご存知ですか、介護用語】



**老健**(介護老人保健施設)：介護保険が適用される介護サービスで、主に自宅などに戻るためのリハビリを中心に行う施設。在宅復帰を目指すための施設という性格が強く、3~6か月程度の一定期間で退去することが前提。

**レスパイトケア**：介護を要する高齢者等を在宅でケアしている家族を癒すため、その家族を一時的に一定期間ケアを代行することで介護から解放しリフレッシュを図り、一息つけるようにする援助。

**地域包括支援センター**：2006年介護保険改正法で定められた。介護で困ったことや問い合わせの窓口になる機関。各市区町村の中学校区ごとに設置され、地域住民の保健福祉向上、虐待防止、介護予防マネジメントなどを総合的に行う。



**QOL**：生活の質を意味する Quality of Life の略称で、人がどれだけ人間らしく自らが望むような生活を送ることができているかを評価する概念のこと。

## 内部研修トピックス

**片手クッキング**(10月調理実習にて)  
片麻痺の方やケガなどで片手しか使えない状況になった時でも、楽しく簡単にできる調理のアイデアや工夫を体験することで、利用者の立場に立ち、寄り添える人材を育成する事を目的に研修を行いました。



←人参をピーラーでむきます。  
濡れ布巾の上に置いて人参を固定させようとしたのですがコロコロ転がって難しい！



布巾は蛇口を活用して絞ります。→→→

調理には経験も自信も多少なりともある私たちですが、やはり片手で、となると一筋縄ではいきませんでした。精進精進！☺

## 『みらいで働く』ということ・・・あるワーカーの気持ち

これまで十数年と続けてこられたのは、まず「みらい」の空気や雰囲気、私に合っていたからだと思います。第一に健康であり、人に恵まれ、働くことを苦にせず、なるようになる、なるようにしかならないと思いつながりの日々を送ってきました。老いは避けられませんが、老いを成長に置き換えて、利用者の皆さんと向き合ってきました。役に立てる喜びを感じつつ、ある時は力を抜いて、「まあ、いいか」の精神です。

誕生日を迎えるたび、平等に年を重ね、喜びより先を心配してしまうようになった今日この頃でもありますが、これからも、必要とされる限り、自分の行動や日々の気付きに意識を向けながら歩いていきます。(S. I)



## 編集後記

毎年続く異常気象で昨年も猛暑が続きましたね。ヘルパーにとっては魔の季節です。日傘、飲み物、着替え、エプロン、汗拭きタオルなど持って旭区内を歩き回ります。絶対日陰を選んで歩き、絶対冷えている店内を通って歩き、駅では絶対エスカレーターを使い、体力を温存しながら訪問します。梅雨の時期は、利用者さんも体調を崩され辛かったのではないかと思います。

大変な仕事ですが利用者さんの笑顔や「ありがとう！」の言葉に元気を頂きながら頑張っている毎日です！  
猛暑怖い・・・林です



## 働く人募集中！



地域で困っている人たちのために

あなたの時間を有効に活用してみませんか？

### ☆仕事内容

- \*一般生活支援サービス(自費サービス)家事・介護、子育て支援
  - \*介護保険サービス\*障害福祉サービス\*横浜市移動支援サービス
  - \*福祉有償運送サービス(移動サービス)ボランティア精神旺盛な方
- お問い合わせ先(平日9:00~17:00)

電話 045-364-3036/FAX045-364-3096