

## 働きやすい職場づくり ～3交代勤務の実施～

星の里短期入所生活介護事業所 吉田 洋章

当事業所では、4月から3交代制の勤務形態を導入し、2交代制だった夜勤の16時間拘束(18:00～10:00)を9時間拘束(22:00～7:00)に変更しました。

2019年日本医療労働組合連合会調べでは、夜勤の勤務時間が16時間以上の設定になっているケースが72.3%にものぼり、3交代制を実施している事業所は、僅か7%という結果になっています。人材不足や夜勤従事者の不足が要因で、1回の夜勤時間が長時間にならざるを得ないのが現状です。

3交代制の一番のメリットは、夜勤の拘束時間が短いことです。利用者さんの就寝時間に勤務するといえ、急な体調不良者の対応や転倒リスクのある方の援助を一人でやる夜勤は、心身共に非常に緊張感を伴う業務と言えます。拘束時間が短くなることで、職員の身体的、精神的な負担が軽減されることに加え、夜勤中の重大ミスの誘発防止が期待されます。職員のライフスタイルによっては、3交代制により生活リズムが整いにくいというケースもありますが、夜勤による健康リスクを分散させ、職員の身体的、精神的な負担をいかに減らせるかが重要だと思えます。

3交代制の実施だけで終わらず、今後も業務の見直しを継続し、職員にとって働きやすい職場づくりを行うと共に、利用者さんのニーズを叶えられる事業所を目指します。



▲働き方改革で利用者さんも職員も笑顔に!

## 2021 どんぐり工房カレンダー 収支状況

収入 2,983,000円  
支出 1,134,479円  
収益 1,848,521円

2021 どんぐり工房カレンダーをご購入いただきありがとうございました。

収益は全額、障害施設で配分し利用者さんの工賃として支給させていただきました。

## 2022 どんぐり工房カレンダー 尾道大学とのコラボ決定!

尾道サンホーム 久保村 知華

今年は、2年ぶりに尾道大学とコラボし「2022 どんぐり工房カレンダー」の制作を始めました。掲載作品の選定をはじめ、テーマやデザイン制作など10月の販売開始に向け進めています。

日々の生活の中で描かれた作者の「想い」を十分に生かし、心温まるカレンダーをお届けできるよう制作を進めていきます。ぜひ、ご期待ください。



▲掲載作品の選定作業を行う様子



尾道さつき会の  
法人パンフレットが  
新しくなりました。

## 寄付者一覧

(2021年1月～2021年4月 順不同・敬称略)

<寄付金> 永正寺 細谷春枝 國貞峯子 西山美智子 匿名希望1名  
<寄付物品> 深川医療器 澤田いのり

## 編集後記

先日「毎日乳酸菌をとって免疫力を高めよう!」と、発酵食品を作る家電を購入しました。家電の力ですが、自分の能力が高くなった気がして、嬉しくしてヨーグルトを作っています。味噌や酢、チーズ作りにも挑戦します!

Y.S

# さつき

第71号  
令和3年7月

SATSUKI

発行 社会福祉法人  
尾道さつき会

広島県尾道市久保町1786番地  
TEL (0848) 37-7272  
FAX (0848) 37-9610  
http://www.satukikai.com  
E-mail:hoshinosato@satukikai.com

## ノルディックウォークで介護予防 ～「尾道あるこうかー」in 久保～

デイサービスしまの風 薄墨 邦明

当法人では2016年1月から地域貢献活動としてノルディックウォーク「尾道あるこうかー」を地域の皆さまとともに実施しています。これは、施設のノウハウを取り入れた介護予防活動を契機に、住民の方の運動習慣の定着や住民同士の新たな交流を生む基盤の構築などを目的とするものです。一定期間運営に携わり、活動が安定してきた時点で自主活動グループとして引継ぎを行っており、新高山、山波地区を経て、現在は久保地区で活動を支援しています。



▲風光明媚な景色がウォーキングの楽しみ

毎週水曜日にいきいきサロン久保を拠点に、18人の登録者のうち毎回13人ほど集合し、重りなどを使った筋力トレーニングとノルディックウォークを実施しています。昨年度は新型コロナウイルスの感染拡大に伴い、一時的に中止をした時期もありましたが、マスク着用やアルコール消毒などの予防対策を行いながら、「寝たきりにならないように」「人との接点を失わないように」と声を掛け合いながら継続しています。運動を継続することで、身体の変化を実感され、生活意欲の向上にもつながっています。

久保地区は尾道の観光名所を巡るコースになっていることが特徴です。主に西国寺コースと浄土寺



▲尾道ならではの坂道をウォーキング



▲重りを使って筋力アップ

コースがあり、毎回季節の移り変わり風光明媚な尾道の景色を楽しみながらウォーキングしています。

コロナの感染予防のため、制限がある中での活動ですが、今後も工夫を重ね、継続していくことで生き生きと暮らすことのできる地域づくりに貢献していきます。



# 新商品「さをり織りベア」 ～利用者さんの自由な表現をディベアへ～

むかいしま作業所 岡田 佳子



▲大切な方へのプレゼントとして♡

さをり織りの新商品「さをり織りベア」の販売を開始しました。

さをり織りとは、自分の感じるままに織る手織りです。尾道の海や山々に触れ、むかいしま作業所の利用者さんが感じる思いをありのままに表現して織り込んでいます。

今回は、尾道在住のディベア作家さんが、利用者さんの織り上げるさをり織りの美しさに感動され、声をかけて頂いた

事がきっかけで誕生しました。さをり織りベアは、利用者さんが織った生地を使い、一針一針丁寧に手縫いし、製作しています。手や足にはスウェード生地を使用し、目にはマットガラスを使用することで豊かで温かみのある表情になっています。出来上がった日がベアの誕生日。世界にひとつだけのベアです。

むかいしま作業所とInstagram「手織り屋おのみち」から購入することが出来ます。価格：13,000円(税込)

「さをり織りベア」と出会う方に、たくさんのお愛とぬくもりが届くことを願っています。



▲座った状態でのサイズは約23cmです

## 障害のある方の総合相談窓口 ～よりよい地域づくりへの取り組み～

尾道市障害者サポートセンターはな・はな 神尾 光美

「尾道市障害者サポートセンターはな・はな」は障害のある方の総合相談窓口です。尾道さつき会、尾道のぞみ会、若葉の3法人が市から委託を受け、障害のある方、ご家族、関係者からの相談に応じ、制度、サービスの情報提供、専門機関の紹介などを行っています。また、地域自立支援協議会を通して、地域の皆さまとのつながりを深め、地域づくりにも取り組んでいます。

今年4月、はな・はなの体制強化、自立支援協議会の充実のため、各法人の職員が1人ずつ増員されました。尾道さつき会では、尾道さつき作業所から坂本奈央さんが異動してきました。初めての業務や相談内容で通所事業所との違いに戸惑うことも多いようですが、明るくマイペースに、日々奮闘しています。

ここ数年、はな・はなへの相談は増え続けており、求められる役割はますます大きくなると思われます。職員一同、丁寧な相談対応、よりよい地域づくりに取り組んでいきますので、お気軽にご相談ください。



▲はな・はなはこちらです

### 「尾道市障害者サポートセンターはな・はな」

〒722-0017

尾道市門田町2番5号(尾道市総合福祉センター内)

TEL/0848-29-5002

FAX/0848-29-5003

異業種から転職してきた職員や、福祉・医療系の学部外から入職してきた職員を紹介します。

シリーズ

## JOY CHANGE たのしく転職

ワークスさつき 上川 真穂

### Q1 芸術学部を卒業したそうですが、なぜ尾道さつき会で働こうと決めたのですか？

人生を楽しいこと、面白いことで埋め尽くしたいという思いで生きています。学生の頃は演劇をすることが何より楽しく、人生に「彩り」を与えてくれるものでした。

就職活動をする中で、初めて将来どうやって生計を立てつつ楽しいことをして生きていこうかと考えた時に一番に浮かんだのが福祉の仕事でした。というのも、姉が知的障害・自閉症で幼い頃から身近なところに障害者福祉があり、以前から興味を持っていたからです。

尾道さつき会で働こうと決めたのは、出身である尾道の法人だったこと、インターンシップがとても楽しくここで働きたいと思ったからです。これまでとは違う、新しい人生の「彩り」になると思い就職を決めました。

### Q2 就職して、今の気持ちはいかがですか？

早く慣れなければと焦る気持ちで毎日緊張していましたが、先輩職員の丁寧な指導で仕事に慣れはじめ、利用者さんとの何気ない会話で環境にも慣れてきました。

入社して1カ月なので分からないことばかりですが、今を楽しんで頑張りたいと思っています！

### Q3 福祉の仕事へ入職や転職を考えている人に伝えたいことは？

福祉に関する知識の無い芸大卒の私でも飛び込める、これまで経験してきた事がきっとどこかで生かせる、そんな入口の広い業界だと思います。



▲利用者さんと荷物を受ける上川職員(左)

## 新しい特殊浴槽で 利用者さんが笑顔に



▲衛生的な浴槽

デイサービスセンター星の里  
岡本 圭央

当事業所では要支援1から要介護5までの方が利用されています。中重度の方も在宅生活が続けられるよう支援しており、昨年12月に新しい特殊浴槽を購入しました。

シャワーチェアについては、利用者さんの状態に合わせて角度の調整ができ、また身体への接地面が多いので負担も少なく安定して座れることで筋緊張の軽減も期待できます。浴槽は、一人使用することにより湯をろ過し、消毒しながらタンクへ戻します。その際、1/4の湯は排水され新しいものが追加されるので衛生面でも安心です。

以前はシャワー浴しかされなかった方も、浴槽に入られるようになり、感情表現の難しい方が入浴した時にこやかに微笑まれたことが印象的でした。これからも利用者さんに喜んでいただけるサービスを提供していきます。



▲安定して座れるシャワーチェア

## 中庭でささやかな楽しみを ～野菜作りや体操でリフレッシュ～

星の里・にしごこの家 グループホーム  
谷 頼延

コロナ禍で、外出行事や家族との交流行事は中止せざるを得ない状態が続いています。

星の里・にしごこの家では、中庭に季節の花を植え、入居者の方のふれあいの場として活用しています。今年度は中庭の花壇の一角に、ラディッシュや小松菜、ネギ、トマトを植え収穫できる日を、みんなで楽しみにしています。

また、季節の移り変わりを感じてもらい、気持ちの安定を図るため、中庭で体操をしてリフレッシュしてもらうなどの取り組みを行っています。入居者の方からは「外は気持ちいいね」「お花がきれいに咲いているね」などの声を頂いています。

今後も、日常生活の中でささやかな楽しみを共有する取り組みを行います。



▲中庭で体操してリフレッシュ