

特定非営利活動法人さわやか北摂・認定NPO法人さわやか千の里

さわやか  さん つうしん

編集発行:さわやかグループ広報部 川西市水明台 1-2-49 TEL 072-792-3532

日本を元気に！



新年を迎え、間もなく大きな自然災害、人的災害が起き、多くの人命が失われ、多くの負傷者が出ました。この度被害に合われた方、ご家族様には心より哀悼の意を表します。

日本は四つのプレートがせめぎ合っていることから、これまでも大きな自然災害に苛まれてきました。先代の方々たちは、それらの困難に敢然と立ち向かい、その中で助け合う心、為し合う心が育まれ今日まで歴史が続いてきたと思います。

「たすけあいの心」「ともに生きる心」は代々受け継がれ、私たちの心に刻まれています。人はみな、かけがえのない「生」を受け、そして「人」としてこの世に誕生しました。様々な困難がありながらも、どのような立場や環境であっても、自分を信じ、他者を信じ、助け合い、前向きに取り組み、輝く未来に希望を持ち、「自分のために」、そして「他人のために」人生を送ることが大切だと思います。お互いに助けあい、お互いに成長し合うことが社会には必要です。「人」が幸せになり、「家族」も元気になり、「地域」も元気に、そして「日本」が元気になっていけたら最高ですね。

私どもも、誰かから必要とされる喜び、誰かを助ける喜び、誰かに感謝される喜び、誰かから愛される喜びを感じ、もっと幸せにしたい、ワクワクするような未来をつくりたい・・・など、目を輝かせて働けるような団体になっていきます。

何卒今後もさらなるご指導、ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

認定NPO法人さわやか千の里

理事長 高田憲二

3つの新しい部門がスタート

地域の皆様が住み慣れた街で一生涯安心して暮らしていくためには、その地域の福祉サービスがいかに充実しているかが大事な条件となります。さわやか北摂は、個人が歳を重ね、身体がどのような状態になっても「さわやかさんがあるから安心」と言っていただけのような、団体でありたいと考え、地域のトータルサポーターになることを目標にしています。そんな想いから、昨年新たに3つの部門をスタートさせました。今までになかった部門を新設することで、更に充実したサービスが出来るようになりました。これからもさわやか北摂は、皆様の安心のために、できる事を常に探しながら、発展していきます。



新たに医療部門
ができました

2023年9月～

さわやか訪問看護ステーション

訪問看護・訪問リハビリを行います。あなたのかかりつけ看護師としてさわやか訪問看護ステーションの看護師がご自宅へお伺いします。

24時間対応／看取り対応／リハビリテーション／床ずれの処置／ターミナルケア／服薬管理／体温・脈拍・血圧測定／点滴注射／カテーテル管理／各種在宅サービスの相談

利用者様の
声を反映

2024年1月～ さわやか訪問マッサージ

ご利用様のお声でスタートしました。整形外科で実績のある柔道整復師士がご予約時間にご自宅へ訪問いたします。じっくりとお話を伺いながら、段階を経てしっかりとお身体の痛みや不調を和らげるように施術いたします。定期的に施術を受けて頂くことで不調が再発しないような姿勢と近づけてゆきます。毎日続けるのに負担にならないストレッチもアドバイスさせていただきます。自宅でゆったりとくつろぎながら、施術を受けて頂けるので、大変好評です。

障害サービスの
充実のために

2023年12月～

さわやか相談支援センター

障がいのある方がどうすればその方らしく暮らしていくことが出来るのか、ご相談者様お一人おひとりの生きる事の困難さに目を向け、一緒に考え、最適なサービスの利用につながるようにご提案致します。

障がいサービスの利用相談／障害のある方のグループホームなど入居相談／障害のある方の生活介護／就労支援／移動の支援／同行援護／行動援護／訪問看護／福祉についての情報提供／権利擁護のために必要な援助／成年後見制度利用支援／訪問看護

さわやか北摂のココが良い

さわやか北摂は、訪問看護・通所介護・訪問介護・障がいサービス（居宅介護・相談支援・同行援護・行動援護・重度訪問・移動支援）を行っていますので、医療と介護の連携が取りやすいところをご利用様には大きなメリットです。

また、移動手段として 介護保険タクシー・福祉タクシー（民間救急指定）、公的外サービス（助けあい活動・訪問マッサージ）もありますので、ご利用様に今必要なサービスをトータルでご利用頂けます。ご連絡はさわやか事務所への1か所のみで完結します！

ご家族やケアマネージャーさんの連絡に掛かるご負担が軽減されます。

教育訓練事業部より

資格取得できる講座が増えました

2023年8月から「行動援護従業者養成研修」、同じく10月から「介護職員初任者研修」が受講可能となりました。さわやか北摂のヘルパーさんだけではなく、外部からの一般の受講者も受付します。子育てやご家族の介護などの理由で遠くまで通うことが難しいと諦めていた人も多いと思いますが、身近に受講できる場所が増えれば資格取得者が増え、利用者にとってはサービスの受けやすさに繋がるのではないのでしょうか。

喀痰吸引等研修の事業者指定を受けました

平成24年4月に社会福祉士及び介護福祉士法の一部改正によって、介護福祉士及び一定の研修を受けた介護職員等は、一定の条件の下に痰の吸引等の行為を実施することができるようになりました。呼吸器疾患や筋疾患などにより痰の排泄が困難な方は大変多く、さわやか北摂がこの喀痰吸引の事業者指定を受けることによって、沢山の利用者様のサポートができる事になります。現在、指導看護師2名と介護職員の喀痰吸引等研修資格修了者が6名在籍しています。一人でも多くの方が暮らし慣れたご自宅で安心して住み続けることができるように、団体としてできる事を増やしていきます。

さわやかさんグループの業務内容

<p>さわやか千の里</p> <ul style="list-style-type: none">・ 助けあいサービス・ 社会貢献活動	<p>教育訓練事業部</p> <ul style="list-style-type: none">・ 介護職員初任者研修・ 同行援護従業者養成研修・ 行動援護従業者養成研修・ 福祉有償連送運転者講習	<p>介護タクシー</p> <ul style="list-style-type: none">・ 介護保険タクシー・ 福祉タクシー	<p>相談支援</p> <ul style="list-style-type: none">・ 移動支援・ 重度訪問・ 行動援護・ 同行援護	<p>障害福祉サービス</p> <ul style="list-style-type: none">・ 居宅介護・ 同行援護・ 行動援護・ 訪問介護	<p>介護保険サービス</p> <ul style="list-style-type: none">・ 地域密着型通所介護・ 訪問介護	<p>医療サービス</p> <ul style="list-style-type: none">・ 訪問看護 リハビリ・ 訪問マッサージ	<p>さわやか北摂</p>
--	--	---	---	---	--	---	---------------

※赤字は昨年1年間でスタートした部門



新たな取り組み

言語聴覚士による食事支援を始めました

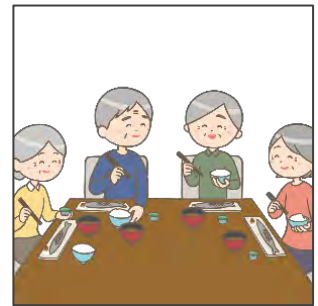
食事の重要性について考えてみませんか

言語聴覚士 段上亮太

健康に長生きする為にはしっかりと食べることがとても重要です。しっかりと食べる事で栄養を確保し、その上で運動を行うことにより、初めて筋力が向上します。低栄養状態であれば筋肉が痩せていき、徐々に体力が低下してしまいます。また、しっかりと噛むことで脳の血流に良い影響を与える。そうすることで認知機能の低下予防が期待できます。

このように、しっかり食べるという事は健康な生活を続ける上でとても大切な事なのです。しかし、加齢とともに口腔機能が低下し、食事が減少してしまう方が多数いらっしゃいます。又、口腔機能が低下し誤嚥性肺炎になられる方もいらっしゃいます。誤嚥性肺炎は死因第6位であり、年間4万人の方が亡くなっています。

私たち言語聴覚士は健康のために食べ続ける事を支援しています。健康な生活を続けるために「噛みにくくなった」「飲み込みにくくなった」「ムセるようになった」といった食事に関したお悩みがあればぜひ相談してください。



デイサービス管理者 阪本博美

ご利用者の皆さんにとって食事の時間は一日の中でもとても大切な喜びの時間です。いつまでもご自身の口で美味しく食事ができる事が生きる活力に繋がることを痛切に感じ



毎日提供させていただいている温かい昼食は、デイサービスの厨房で調理担当者が心を込めてお作りしています

ています。さわやかデイでは食事内容にこだわる以外にも、より健康に過ごして頂くために11月より口腔の専門職である言語聴覚士を配属しました。現在、口腔体操や嚥下の確認や義歯の助言を担当しておりますが、より専門的な助言や指導・訓練を個別で行うこともできますので、お気軽にご相談ください。さわやかデイの取り組みをどうぞ有効にご活用ください。

川西市初！ 民間救急指定事業者として認定されました



さわやか福祉タクシーが川西市初の民間救急患者指定事業所に認定されました。民間救急は、緊急性が低い傷病者を搬送する民間の事業者です。消防庁管轄の「患者等搬送事業（一般乗用旅客自動車運送業）」を指すことがほとんどで、消防救急（119番）と区別するために“民間救急”と呼ばれています。



転院など、あらかじめ医療処置が必要だとわかっている人を搬送するときには、看護師または搬送元の医師が同乗します。同乗する看護師は搬送元の医師の指示で、点滴の管理・酸素投与の管理・モニター監視・痰の吸引などの医行為をおこなうことができます。

サービスの現場から

児童の入浴介助（障がい部門）

7歳のお子様の入浴介助を担当させていただいています。

人工心肺装置を装着されているので、看護師さんとペアになって介助を行いますが、サービス中は集中が必要です。担当させていただいて初めの頃はとても緊張しましたが、少し経った今は、ご本人様の可愛さにご家族様のやさしさに癒されています。これからも入浴サービスの時間を楽しみにしていただけるように、そして、ご家族様には安心してお任せいただけるように、介護・介助の基本や応用の勉強を続けていこうと思っています。

障がい部門サービス担当責任者 矢内純子

利用者様ファーストを心掛けています（訪問介護部門）

訪問介護には正職員3名とヘルパー40名が在籍しています。ご利用者様に安心して地域で暮らしていただけるようにサポートさせていただいています。ご利用者様から「ヘルパーさんが来るのが待ち遠しいわ」「さわやかさんのヘルパーさんは誰がきても親切ね」と嬉しいお声をいただいています。これからもご利用者様ファーストを心掛け訪問させていただきます。

訪問介護部門 管理者 東由紀

訪問看護ステーションの立ち上げ（訪問看護部門）

当ステーションには、看護師の他、言語聴覚士・理学療法士・作業療法士が在籍しています。主に内服管理や医療的ケア（膀胱留置カテーテル・人工肛門の管理など）をしております。リハビリでは、腰・膝・肩などの痛みの軽減、家事練習・趣味活動へ向けた練習・認知症予防などもさせていただきます。皆様のお気持ちを真剣に聞かせていただき、全力を尽くします。まだまだ未熟なステーションではございますが、これからもどうぞよろしく申し上げます。

さわやか訪問看護ステーション 管理者 庄島美華



さわやか千の里
ロゴマーク

あたたかいご寄付ありがとうございました

「認定 NPO 法人さわやか千の里」の運営に ご協力いただいた方々のご芳名

(2023年6月1日～12月末日、アイウエオ順 敬称略)

ご支援のために頂いたご寄付は、社会貢献活動や助けあいサービスの充実などに使わせて頂きます。皆様がもっと暮らしやすくなるように、私たちがお手伝い致します。

柏木かよこ 高田 憲二 上殿希世子 飯干 孝子 松井 秀夫 岡田 八郎
岡田 一子 野村 泰史 古里 順一 山本 道子 駒井喜世子 山田 澄子
竹内 和子 牧田 恵子 鷲野奈美子 羽田喜久子 佐野隆二郎 山田 純子

助けあいの現場から

修理できます！～棚はずれ編～

さわやか千の里の活動者さんは皆それぞれに得意分野を持たれています。長く活動者を続けられているIさんは、日曜大工や小型家電などの修理が得意です。先日は室内のお掃除と洗濯で週に1回の助けあいをご利用の方から、台所の扉を修理できますか？とお問い合わせがありました。ここはIさんの出番です！現地を確認した後、金具を購入し、工具を使って即日修理完了！他の部分の不具合の点検も行い、安心してお台所の扉を開け閉めしていただけるようになりました。

重たいものを動かしたい・倉庫の中を片付けたい・玄関の階段がコケで真っ黒。滑りそう…など、皆様も生活の中で不便を感じる事がありましたら、私たちさわやか千の里へぜひお問い合わせください。



バザー報告

バザーに出店しました

多田グリーンハイツの第2自治会館で毎年行われている「リサイクル市」に出店しました。開催された時には毎回出店している常連のさわやか千の里です。この日もバザー会場には多くの地元の方々がバザー品の品定めを楽しんでいらっしゃいました。

営利的ではないため10円～500円の安価で販売しました。その為、皆様に沢山買って頂くことができ、募金も集めることができました。



さわやか千の里にとって、バザーや夏祭りへの参加は、地域の方々とのつながりや社会貢献になる大事な活動です。物品は保管場所がないことから、現在はお持ち込みいただけない状態です。募金活動はこれからも継続していきますので、ボランティア募集などの際にはご協力いただくと大変助かります。

さわやか千の里へのご寄付のお願い

さわやかで永年続いている助けあい活動は、地域の見守りや高齢者をひとりにさせない取り組みにも繋がっており、「暮らしやすい街・安心して生活できる街」には、なくてはならない活動の一つです。また、助けあい活動に参加する活動者にとっても、必要とされる喜びや自分の居場所を感じることができ、フレイル予防にもなります。

ちょっとしたお困りごとの他、公的サービスが使えない時にもご利用頂くことが多くあり、助かっているよ、とよくお声を頂きます。

助けあい活動者のほとんどは「身近なご近所さん」ですが、昨年はH28年から川西市が行っている川西市生活支援サポーター養成研修の修了者も活動者として登録をしていただきました。地域の方々に安心して毎日を過ごして頂くお手伝いがしたいと、スタッフと活動者の思いを一つにして、日々の活動を続けています。

私達団体はまだ未熟です。皆様が体調を崩したり、生活する中で不安なことが出てきたりした時に、近くにさわやか千の里があるから安心だねと言って頂ける団体となれるように、もっと成長していかなければなりません。末永くこの助けあいの社会貢献活動を運営させていくために、さわやか千の里の活動をご支援くださいますよう、お願い申し上げます。

本団体にご寄付くださいました法人・個人は税制上の優遇措置が得られます。

3つのご寄付の方法

■口座をご登録いただいているご利用者様

毎月の利用料金と合算が可能です。お電話にてご連絡ください。

072-792-0431 担当 高田・鷺野

ご寄付の一部を能登半島地震の被災地支援に寄付します

■ゆうちょ銀行からのご寄付の場合

同封させて頂きました払込取扱票をご利用頂くと便利です。

(既にご寄付を頂いた方へ同封されていることがありましたら、何卒ご容赦くださいませ)

■ゆうちょ銀行以外からのご寄付振込先

銀行名 ゆうちょ銀行 金融機関コード 9900 店番 099

預金種目 当座 店名 〇九九 店(ゼロキユウキユウ店)

口座番号 0282979 口座名義 NPO 法人さわやか千の里

(誠に恐れ入りますが手数料はご負担くださいますようお願い申し上げます)

■其他のご寄付についてはご相談ください

072-792-0431 担当 高田・鷺野

※職員・ヘルパーが寄付金をお預かりすることはありません。また、利用者様が職員・ヘルパーへ預けることもできません

障がいのある方の暮らしのお手伝い

さわやか相談支援センター

行政のサービスを受けたいけど申請はどうしたらいいの？

仕事につきたいけど、どうしたらいいの？

ヘルパーなどのサービスを利用したいけど、どうしたらいいの？

障がい者専用施設に入居したいけど、どうしたらいいの？



障がいのある方が安心して暮らすための相談をお受けします！

さわやか相談支援センターでは、ご相談者様の悩みを丁寧に聞き取り、どうすればその方らしく暮らしていくことができるのか、ご相談者様

お一人おひとりの生きる事の困難さに目を向け、一緒に考えます。

さわやか相談支援センターでは、以下のようなご相談を承っております。

- ・障がいのある方のグループホーム入居相談
- ・重度訪問
- ・就労支援
- ・福祉についての情報提供
- ・障がいのある方の生活介護
- ・権利擁護のために必要な援助
- ・移動の支援
- ・同行支援、行動援護
- ・訪問看護
- ・成年後見制度利用支援
- 等の相談業務全般

営業時間

平日：月曜日～金曜日(土・日・祝日休み)

9:00～17:00

〒666-0116

兵庫県川西市水明台1丁目2-49



さわやか北摂
SAWAYAKA・HOKUSEI

TEL:072-792-3532

さわやか北摂の さわやか訪問看護ステーション

あなたの健康を見守る**かかりつけの看護師**

快適で安心した

自宅療養をトータルサポート

として、さわやか訪問看護ステーションから

看護師がご自宅へ

お伺いします。

健康状態の観察と助言

- ・体温、脈拍、血圧測定
- ・病状の観察と助言・栄養状態の管理

日常生活の看護

- ・食事、排泄の援助
- ・身体の清潔・口腔ケア

医療的処置と管理

- ・床ずれの処置
- ・点滴注射
- ・カテーテル管理

ターミナルケア

- ・痛みのコントロール
- ・療養生活の援助・療養環境の調整など

認知症、精神障がい者の看護

- ・心身の状態観察、服薬管理、生活リズムの調整など
- ・介護者の支援
- ・介護方法の助言、病気や介護不安の相談・精神的支援



リハビリテーション

- ・体位変換、関節などの運動や動かし方の指導
- ・日常生活動作の訓練・生活の自立支援

各種在宅サービスの相談

適切な社会資源の紹介

対応エリア

川西市 猪名川町 伊丹市 宝塚市

24時間対応も可能

ご相談ください

666-0116

兵庫県川西市水明台1-2-49

072-792-3532