

# わ水もこう

題字 片山 富美子 さん

## 良い聴き手になりたい

傾聴サークル ダンボ 代表 梶田美代



傾聴ボランティア・ダンボは 2011 年 5 月に高槻市社会福祉協議会ボランティアセンター主催の傾聴ボランティア養成講座を受けた方々が中心になりつくられたサークルです。現在会員 26 名で市内の高齢者施設 6 か所の訪問活動をしています。

私は 34 年間市内の障がい者施設の事務員(会計実務)をしていました。日曜・祝日に一人で事務所勤務をしていると、「ちょっと聞いて！」と利用者さんが来られます。いろいろ聞いても私には解決策が見つからず、ただ話されることを真剣に聞くしかありません。すると最後にホっとした穏やかな表情になり「ありがとう」と言って自室へ戻られます。その時に「聴く」ことは、話し手が自らの気持ちや思いをも話すことで心が落ち着くのだと感じました。

ちょうどこの頃、私も話を聞いてもらって元気になった経験をしました。夫が悪性リンパ腫の抗ガン治療中に敗血症を発症し、HCU で危篤状態でしたが、2 週間後には何とか小康状態になり一般病棟に還りまし

た。HCU ではまだ還るのは早いとの判断ですが、抗ガン治療を受け持った一般病棟のナースが「私たちが頑張ってみるから」「そしたら家族もそばに居られるから患者のためにも良い方向にいくはず」と主治医を説得してくださいました。「患者も家族もケアするのがナースの仕事です」と後からお聞きし、とても嬉しかったです。幸い私の職場と病院と自宅が近く、朝昼晩と病室に行くことで、夫は少しずつ回復の兆しがみえてきました。しかし私は看護と仕事でクタクタでした。夜中、夫が寝たら自宅に戻る生活で、病院の廊下をボテボテと肩を落として歩いている私をみて、後ろからナースが声をかけてくれました。「私たち何でもするからまかせてよ、無理しないで」と何回も話されました。宿直明けの時など病室でおしゃべりし私の話しを聞いてくれました。本当に家族のケアです。私は話すことで気持ちが軽くなり、元気になっていくことを実感しました。

驚異的な回復で退院した夫、後に何か病



院に恩返しをと思っていた時、ナースから「緩和ケア病棟のボランティアなんかどう？」と教えていただきました。面接を受けた時、緩和病棟のドクターと看護師長、先輩ボランティアから「緩和ケア病棟にはボランティアが必要、病棟の中にスタッフ以外の人がいることで社会の風が吹く」「そこにいてだけで患者・家族さんはホッとできる」それと「ボランティアは黒子です、自分から何かしてあげようと思わないで、決められたお手伝いをさせていただきただけです」と話されて、お役に立ちたい、勉強したいと思いボランティアを始めました。傾聴の勉強もきちんとできていない中でしたが、ただ一生懸命丁寧に話を聴かせていただきました。

その時に「聴く」ことのスキルをもっと学習したいと思っていたところ、ダンボの先輩に出会い高槻市社会福祉協議会主催の傾聴ボランティア養成講座を受講。その講座の講師であった京都傾聴塾の石橋先生と出会い、改めて京都傾聴塾の受講生として通い「聴く」ことの意味を学びました。そして厳しく優しく指導を受けて、傾聴の基礎「良い聴き手になる」ための実習ボランティアを頑張りました。人生は一生勉強だとも教えられ今も心がけています。

Aさんは、施設職員さんと一緒に「何話すの？」「話すことないよ」「何でもいいよ。愚痴でもお父さんのことでもいいよ」と話されながら来られます。お互いに少し緊張する一瞬です。元気に「お話聴かせてください」と挨拶して、横か斜め前に座ります。

ここからお話ボランティアか傾聴ボランティアか、私の覚悟が問われます。話し手 A さんのお話を聴かせていただくだけの傾聴ボランティアです。聴き手の私は自分の気持ちを整えて A さんの言葉をまず待ちます。A さんの言葉をそのまま、最後に「・・・ですね」を付けてお返しします。そしてまた待ちます。傾聴のスキルでは「反復」「ちょっと待つ」といいます。あくまでも A さんが主人公です。私の覚悟の中身は“これからお話を聴かせていただく 1 時間は A さんのものだ”と思うことです。ですが、毎回そうはいきません。始めに聴き手が少し質問したり、天気の話して盛り上がったりすると、A さんの気がかりや苦しみ、悲しみをお聴きできない時間が過ぎていきます。それでも A さんが自由にお話しされて、笑顔いっぱいでは時には二人で大笑いする時間を大切にしたいと思います。

一人のボランティアにご自分の本心や気がかり、苦しみなどをいきなり話されることはありません。しかし信頼関係ができ、気がかりや自分の気持ちを話された時、丁寧に「反復」して、ちょっと待って A さんの言葉を受け取り少しでも気持ちが楽になる傾聴を心がけます。毎回、目の前にいる A さんは今日の A さんです。昨日の A さんではありません。ですから同じ話も聴けるし、聴き手にとって何かのためになる事が必ずあるはずと聴かせていただきます。A さんは人生の大先輩で私の知らない話をたくさん話してくださるのでとても勉強になります。毎回訪問が楽しみです。

## 研修実施報告

## 《薬の知識》



5月12日(月)たんぼぼ富田薬局 管理薬剤師の山本友美氏をお招きして「薬の知識」について法人内研修を実施しました。薬の用法や用量、服用忘れや複数回服用の場合、薬と食品の飲み合わせ、薬と薬の飲み合わせについてなどをお話ししていただきました。また、「薬局でできること」や「地域連携薬局」については、一包化の際の包みに印字のオーダーができる、薬の預かりをして次回処方時に利用できる、医療機関や介護関係者と連携しながら、一元的、継続的に患者さんを支えていく薬局が地域連携薬局であるなど、スタッフが知らない情報がたくさんありました。事前質問に対応する形での研修で、ご利用者へのより良い支援に繋がる情報が満載でした。ありがとうございました。

## 《同行援護従業者養成研修》

■一般課程 5月20日・21日・22日・27日・29日

■応用課程 6月4日

### 〈受講生の感想から〉

- このメンバーで学ぶことができ楽しかったです。白杖はすごい情報源だとわかりました。白杖を勝手に触るのは不安感を与えらると思いました。言葉による支援と無言でも体で示す誘導があることがよくわかりました。演習でたたきこんでいただきました。ありがとうございました。
- 出席簿のハンコの押し方から失敗して、勉強は嫌いで教科書を読んでくださいと言われてたら読めるかな、など不安がいっぱいでした。前回の演習の失敗を引きずっていましたが、今日の演習はしっかりできたのでほっとしています。楽しく同行援護の仕事ができればいいなと思っています。



〈演習協力施設〉(敬称略) 高槻市交通部芝生営業所(高槻市営バス) 阪急電鉄株式会社

\*ご協力いただきありがとうございました



# 社会福祉法人 高槻ライフケア協会 2024(令和6)年度事業報告

## 1. 法人の主な取り組み



### (1) 労務管理および労働環境の改善

業務手順の見直し、書類業務の簡素化、ICT の活用による業務効率化を推進しました。これらの取り組みにより、法人全体の時間外労働が減少し、人件費率も大きく改善されました。労働時間については年間労働時間の削減、年間休日数を 112 日へ改善しました。

### (2) 人材育成および確保の取り組み

職員研修を年間 15 回実施し、階層別・職種別に応じた研修プログラムを提供しました。「同行援護従業者養成研修」「第 3 号喀痰吸引等研修」を実施し介護人材の育成にも注力しました。HP のリニューアルや SNS の活用など、情報発信の強化を図りました。

### (3) 外国人労働者の採用検討

慢性的な人材不足への対応として、日本語学校や介護福祉士養成校を視察し外国人労働者の受け入れに関する基礎調査を行いました。また、「みとうメディカル」より部長を招聘し、法人運営会議で受け入れ体制の構築や教育・生活支援の実情を学びました。法人スタッフが「みとうメディカル」を訪問し、実際に外国人労働者と面談することで、現場での勤務実態や課題への理解を深め、貴重な知見となりました。

### (4) 重度訪問介護事業の立ち上げ検討

難病患者や医療的ケアを必要とする重度障がい者への支援を目的として訪問介護事業の拡充を検討してまいりましたが、医療的ケア従事者の不安や心理的負担が顕在化したことなど、現段階での実施は困難との結論に至りました。長期計画の中で事業化を目指します。

### (5) 「あすなろ」開所 10 周年記念行事の実施

「あすなろ」開所 10 周年を記念し、映画『ケアニン』の上映会&講演会を開催しました。法人事業所紹介のパネル展示も行い活動内容を PR しました。地域住民、法人関係者、OB・OG など約 300 名にご参加いただき、地域とのつながりを再確認する機会となりました。

### (6) 法人理念策定の取り組み

ホームケア土屋の支援を受けながら、法人設立時からの法人理念を残し、ミッション・ビジョン・バリューという形で新たな法人理念を策定しました。

## 2. 法人本部

### (1) 評議員会の開催状況

第 12 回評議員会 6 月 29 日 第 13 回評議員会(書面開催) 1 月 27 日

### (2) 理事会の開催状況

第 105 回理事会 6 月 8 日 第 106 回理事会(書面開催) 6 月 15 日

第 107 回理事会 7 月 25 日 第 108 回理事会 12 月 12 日 第 109 回理事会 3 月 26 日

## 〈2024年度決算報告書〉



### ■事業活動収支計算書

(単位:円)

項目	金額
サービス活動収益①	272,938,337
介護保険事業収益	173,747,284
保育事業収入	86,960
障害福祉サービス等事業収益	97,620,353
その他の事業収益	1,472,740
経常経費寄附金収益	11,000
サービス活動費用②	245,001,318
人件費	197,699,465
事業費	11,255,660
事務費	31,444,841
減価償却費	6,874,356
国庫補助金等特別積立金取崩額	-2,273,004
サービス活動増減差額③(①-②)	27,937,019
サービス活動外収益④	1,119,082
サービス活動外費用⑤	3,129,972
経常増減差額⑥(③+④-⑤)	25,926,129
特別収益⑦	35,999
特別費用⑧	2,035,001
当期活動増減差額⑨(⑥+⑦-⑧)	23,927,127

### ■貸借対照表

2025年3月31日 (単位:円)

資産の部		負債の部	
流動資産	249,400,384	流動負債	38,021,794
現金預金	190,224,225	事業未払金	28,378,620
事業未収金	48,131,511	1年以内返済予定設備資金借入金	1,416,000
未収金	36,000	1年以内返済予定長期運営資金借入金	3,540,000
立替金	10,989,278	1年以内返済予定リース債務	504,000
前払金	19,370	預り金	115,067
仮払金		職員預り金	3,668,657
固定資産	148,013,853	前受金	399,450
基本財産	137,618,569	仮受金	0
土地	101,796,936	固定負債	38,659,000
建物	35,821,633	設備資金借入金	5,664,000
その他の固定資産	10,395,284	長期運営資金借入金	32,155,000
建物	4,237,283	リース債務	840,000
構築物	250,524	負債の部合計	76,680,794
車輛運搬費	7	純資産の部	
器具及び備品	1,794,586	基本金	10,000,000
有形リース資産	1,304,084	国庫補助金等特別積立金	19,696,721
権利	2,765,800	次期繰越活動増減差額	291,036,722
投資有価証券		純資産の部合計	320,733,443
その他の固定資産	43,000	負債及び純資産の部合計	397,414,237
資産の部合計	397,414,237		



## 訪問介護

### 支援者の私が元気であるために！



年齢を重ね、最近、体調を崩すことが重なり、訪問介護の仕事は体力勝負ということを感じたこの頃です。急に休むと周りに迷惑をかけてしまいますし、何よりご利用者にも「いつも来る人はどうされたの？」といういらぬ心配をおかけすることにもなります。そこで私の気をつけていることをご紹介します！

①睡眠時間は8時間以上とる

②くよくよしない・ストレスをためない

③よく食べる

特別なことではなく、基本中の基本のようなことですが、このことが私の健康の源になっています。健康管理も仕事の内と怠らず、私が元気であることがご利用者を支援することにつながります。ご利用者のケアに笑顔で入れるよう頑張りたいと思っています。(T)

## くらし創造の家 朋(とも) 小規模多機能型居宅介護



### ピザパーティ

待ちに待った『ピザパーティ』を開催しました。“働かざるもの食うべからず”と、まずはみんなでピザ作り！『力仕事は俺に任せろ！』と生地を捏ねる黒一転のYさん。『飾り付けはまかせて』と女性チームで飾り付け。具材はツナ、ピーマン、ジャガイモ、トマト、ウィンナーなどを飾り付けていきます。ここでも面白いくらいに個性が出ます。同じ物ばかりのせる方や綺麗に一つずつ並べる方、「どれも美味しそうやな」となかなか飾り付けできない方、「どれをのせても美味しいから大丈夫！」と笑いながら作り上げていきます。完成すると熱いうちに皆さんで「いただきま〜す」。



「美味しいな。ピザ食べたのは何年振りかな」「意外とお腹が膨れるな」と会話がはずみます。そんな時、スタッフが「デザートありますよー」なんとフルーツピザもありました。皆さん「もう食べられへんわ」と言いつつ召し上がられました。デザートはやっぱり別腹でした。

## 歌声サロンあすなろ

高槻市出身のソプラノ歌手・松浦祥子さんとピアノ奏者・下茂さやかさんによる歌声サロンを6月に開講しました。地元日吉台小学校卒の松浦さんは、『気軽にクラシック』をモットーに、数多い日本歌曲と、ドイツ歌曲、イギリス民謡、仏教讃歌、オペラアリア、ミュージカルソングス、歌謡曲など幅広くレパートリーに持ち、演奏会

## 地域交流センターあすなろ

やミュージカル出演の他にも、寺院・教会・公共施設・病院・学校・高齢者施設などでも積極的に演奏活動をされています。

- ・毎月 第2水曜  
10:30～11:15
- ・参加費 1,000 円
- ・於：地域交流センター  
あすなろ



## 事業所 だより

## 小規模多機能型居宅介護 あすなろ

### 季節をつむぐ壁画カレンダー

毎月ご利用者と一緒に壁画カレンダーを制作しています。それぞれの季節や行事をテーマに、皆さまに個々のパーツを作ってもらい、一つの大きな作品に仕上げられています。中には、細かい作業が得意で、日付部分を細かく切った折り紙を丁寧に貼ってくださる几帳面な男性利用者もおられ、作品の完成度を高めています。

今年で2年目を迎えた壁画カレンダー制作は、昨年とはまた違ったアイデアと工夫で新しい作品が生まれています。この壁画カレンダーは、あすなろの四季を彩り、笑顔と会話が広がる毎月の大変な行事です。



# サービス提供実績報告



【事業名】	2024 年度合計		【事業名】	2024 年度合計	
訪問介護	利用者数	525 人	重度訪問 介護	利用者数	24 人
	利用時間	6,682.0 時間		利用時間	806.5 時間
	生活援助	1,408.5 時間	移動支援	利用者数	618 人
	身体介護	2,247.5 時間		利用時間	5,608.0 時間
	身体生活	3,026.0 時間	ケア ワーカー 派遣 サービス	利用者数	135 人
介護予防 訪問介護	利用者数	336 人		利用時間	275.8 時間
	利用時間	2,440.0 時間		家事援助	209.3 時間
障害福祉・ 居宅介護	利用者数	905 人		身体介護	66.5 時間
	利用時間	11,865.8 時間	小規模 多機能型 居宅介護	月平均利用者数	
	家事援助	5,240.8 時間		くらし創造の 家 朋(とも)	18.0 人
	身体介護	5,769.5 時間		あすなろ	19.5 人
	通院介助	855.5 時間		地域交流セン ターあすなろ	0 人
同行援護	利用者数	315 人	短時間デイ		
	利用時間	3,764.0 時間			

## お知らせ

### 第3号(特定の者対象)喀痰吸引等研修 基本研修

9月13日(土)・20日(土)

会場:高槻ライフケア協会



## 編集後記

先日は母の日でした。小学生の息子に「もうすぐ母の日やなあ」とアピールしていたところ、息子から「お菓子を買って欲しい!」と言われ買い物に行きました。母の日の当日、自分のお小遣いで買ったお菓子と私が買ってあげたお菓子でケーキを作ってプレゼントしてくれました。ありがとう!息子よ!(H)

## 社会福祉法人高槻ライフケア協会

〒569-0806 高槻市明田町 5 番 7 号 TEL(072) 683-4945 <http://tlca.info/>