

# ひまわり通信

● | グルメデー | ●

手打ちそば  
実演

2023年 9月号

日	月	火	水	木	金	土
					1日 書道	2日 全体レク トランプ
3日 休み	4日 将棋 トランプ	5日 全体レク トランプ	6日 トランプ 書道	7日 将棋 トランプ	8日 グルメデー 全体レク 書道	9日 トランプ
10日 休み	11日 全体レク 将棋 トランプ	12日 トランプ	13日 トランプ 書道	14日 全体レク 将棋 トランプ	15日 書道	16日 トランプ
17日 休み	18日 将棋 トランプ	19日 トランプ	20日 全体レク トランプ 書道	21日 将棋 トランプ	22日 書道	23日 全体レク トランプ
24日 休み	25日 将棋 トランプ	26日 全体レク トランプ	27日 トランプ 書道	28日 将棋 トランプ	29日 全体レク 書道	30日 トランプ

～付き添いの様子～



利用者さんのペースに合わせて歩きます。  
(思ったより、自分の体格の良さにショックを受けています...)

～靴を脱ぎ履きされている様子～



バランスを崩さないように毎回緊張しながら、付き添っています。

私が見守り・付き添いの際に大切にしていることは、「常にアンテナを張ること」です。誰が動き出しそうなのか、私がどの立ち位置にいたら利用者さんの動きを気づけるのかなど常に情報を拾えるように気を付けています。しかし、付き添わないといけない人が動き出しても、自分は別のことをしていて気づいておらず、先輩が先に利用者さんの方へ行き、付き添いなど対応していたという場面が何度もあります。その時「ああ、また気づけなかった！」と自分が追いついていないことに対し、悔しく感じます。何が足りなかったのか(別のことに集中しすぎて意識できていなかったなど)、考え、次に活かせるようにしています。

## 浅原夏美 成長物語 ～付き添い編～



浅原夏美 24歳。社会人2年目。  
五日市から電車通勤していて、実は腰痛持ちです。

浅原夏美です！！デイサービスセンターひまわりに配属になって、4か月が経ちました。ひまわりでは、介護職として利用者さんに関わらせていただいています。ひまわりは、在宅生活を送っている方が通ってこられます。運動・交流・入浴など目的も様々です。自分のことは自分でできる方、出来ることを増やしたい方、運動がしたい方など意欲的な方も多いです。私は、介護の現場は初めてで、これまでは介護に対して、「利用者さんのお世話をするために、職員がずっと動かないといけないだろう」「腰を痛めそうだな」というイメージを持っていました。しかし実際に勤務してみると、肉体的な負担よりも、複数の利用者さんに対してリスクや介助の優先順位を常に考えておかなければならないことや安全面に対する緊張感、介護に対して抵抗がある方への対応など、頭や気をつかうことの大変さや奥深さがそこにはありました。

その中で一番頭や気をつかうなと感じたことは、利用者さんの行動を「見守り・付き添い」することです。私は見守り・付き添いに対して「まあ、転ばないように気を付けて、見守りはそばで眺めていたらいいのかな、付き添いは手が届くところにいればいいよね」と軽く思っていました。ところが実際に携わってみると、ただ付き添えばいいのではなく、環境などを同時に見たり、気を配らないといけないことなどとても奥が深いものでした。具体的に書くと、

- ① 見守り・付き添いの際、利用者さんをすぐ支えられるよう身体が密着するくらい近くに付き添う、立ち位置を意識する(例えば麻痺がある方は、麻痺がある方へ立つようにする)など「**基本的な技術**」。
- ② 利用者さんが歩いているところが安全であるか(例えば歩行器の車輪や他利用者さんの杖先が進行方向の邪魔をしていないかなど)など「**環境の確認**」。
- ③ 利用者さんがいつどんな動きをするのだろうか(立ち上がりた？トイレに行きたい？など)という「**予測**」。
- ④ 利用者さんがキョロキョロしたり、職員へ視線を送ったり、何か言いたそうな雰囲気を感じ取る「**察知**」。
- ⑤ パズルなど物を取りに行こうとしたり、食べたお膳を運ぼうとしたりなど、先に職員が手伝うのではなく、その行動を安全に行動できるようにする「**やる気をなくさせない見守り・付き添い**」。

主にこの4つが大切だと学びました。

私の目標は、先輩から「浅原さん！○○さんに付き添って」など声かけられる前に、自分から気づき・動けるようになることです。そのために、日々の業務で、どこに視線を持っていこう、今あの職員はあそこに立っているから、私は別の先輩が見えていないだろう範囲を見守るようにしよう、など気を付けています。

1日でも早く、「浅原さんがいたら安心だね」と利用者さんや先輩たちに言ってもらえるようになりたいです。そして、自分自身の成長(ベッドや車いすへの移乗が安心してできる、リスクの回避ができるようになる)を目標に頑張っていきます。まだまだ未熟ではありますが、これからもよろしくお願いします！



久しぶりの肩組みで、緊張しました。利用者さんより「久しぶりの肩組みで若返ったわ！」というお言葉をいただきました。素敵な1枚をありがとうございました！

### 曜日別定員空き状況 8/26 現在 定員 35名

月	火	水	木	金	土
1	4	6	0	6	0

送迎・昼食・おやつ付無料体験利用実施中！  
☆お気軽にお問い合わせください☆

ふれあいセンター協同 **デイサービスセンター ひまわり**  
〒731-0113 安佐南区西原9丁目8番22号 (ふれあいセンター協同2階)  
TEL: (082) 874-4085 FAX: (082) 874-4093 管理者: 鬼塚  
\*写真の掲載につきましてはご利用者様・ご家族の了解を得ています。