



ロゴイラスト 後藤章 (ホームヘルプセンター武蔵野)

令和2年

6  
月号

第87号

月刊

福祉公社は、武蔵野市が全国に先駆け、昭和55年に設立した在宅サービス提供機関です。誌名「羅針盤」は、ご利用者を包括的に支援し、その人生と共に歩むサービスの基本姿勢を表したものです。

雨の季節の到来。

多彩な花々が、降る雨に磨かれ、色あざやかです。

新型コロナウイルスの緊急事態宣言解除に連れて日常生活が戻りつつありますが、これからは、アフター (after) コロナではなく、ウィズ (with) コロナでの生活が求められそうです。

梅雨は揚子江流域と日本に特有の気象とのことですが、高温多湿で体調を崩しやすい時期です。

皆様には、どうぞ、御身お大切にお過ごしください。



## 成年後見利用支援センター 開設

武蔵野市の成年後見制度利用促進基本計画がこの4月から始まりました。計画期間は令和2年度から令和5年度までです。

基本目標は「生涯を通じて本人意思が尊重され安心して自分らしく暮せるまち」づくりです。そのための基本指針として、「1. 利用者とその家族、誰もが安心して利用できる制度の運営と周知 2. その人が望むその人らしい生活を、継続的に支援する体制を整備 3. 成年後見制度のネットワークを、市と福祉公社を中核機関に据え強化」の三点を掲げています。福祉公社は、この計画策定に事務局レベルの打ち合わせから策定委員会まで、一貫して関与しました。

平成12年度の成年後見制度開始当時から福祉公社は推進機関として、様々な活動を継続しています。制度の周知広報、市民相談、申立支援、市民後見人の養成、成年後見人等の受任を通じ、後見業務のノウハウを蓄積してきました。

平成30年度の統計ですが、法人が成年後見人等に就任している割合は、東京都で3.9%、全国では4.3%と一桁ですが、武蔵野市では34.7%と高く、その大部分を福祉公社が担っています。これは昭和56年の事業開始以来、脈々と積み上げてきた有償在宅福祉サービスの伝統が背景にあるからです。ご利用者に寄り添い、全人的に支援することを第一として、その意思の実現

### 紙面から

成年後見利用支援センター開設 …1ページ

子育てひろばオンライン誕生会  
高齢者総合センターデイサービス  
アマビエ出現!? …2ページ

ホームヘルプセンター武蔵野の手作りマスク  
熱中症にも気を付けて！感染症と熱中症対策 …3ページ

お知らせ・リレーコラム …4ページ

のために利用可能な社会資源を総動員して、在宅生活をマネジメント・支援するサービスは、成年後見の主要な要素である身上保護・配慮そのものです。それは福祉公社の不変の基本姿勢です。この福祉公社のあゆみを振り返れば、利用促進基本計画に福祉公社が参画することは自然の流れといえます。

さて、この計画の実施の要は、市が設置した中核機関です。福祉公社は市と共にそれを運営します。その具体的な実働機関として、この度、成年後見利用支援センターを在宅サービス課に発足させました。

同センターの業務内容は、当面、「ネットワークを活用した成年後見ニーズの発見、相談窓口、ニーズ精査、見守り体制の調整、担い手 (市民後見人) 育成、関連制度からのスムーズな移行支援、本人意思尊重による柔軟な対応」です。

これからも福祉公社は、この分野で広く市民の皆様の福祉増進のために尽力いたします。



### 成年後見制度利用支援センター

(武蔵野市福祉公社本部事務所内)

☎0422-27-1238

# 子育てひろば オンライン誕生会

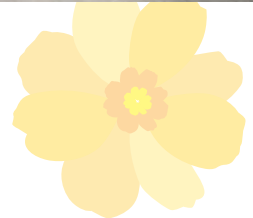
<北町高齢者センターコミュニケアサロン>

子育てひろば・みずきっこは、新型コロナウイルス感染予防のため、閉所しています。しかしオンライン子育てひろばで人と人とのつながりを保っています。直接の対面こそ叶いませんが、画面を通して参加者みんなで歌い、手遊びをし、デイサービスでも大人気のまっとうさんが絵本を読み聞かせています。華道講座、ベビーマッサージのミニ講座、座談会形式での子育て相談や助産師による個別相談会も開催しました。このように外出自粛の中でも多彩に活動しています。

4月29日、5月25日には、オンラインでご利用者と子どもたちが誕生会をしました。ご利用者から誕生日を迎えた子どもたちにハッピーバースデーの歌のプレゼント。画面に映る子どもたちの愛らしい姿に、「元気そうね〜」「かわいいわね〜」と手を振りエールを送りました。子育てひろばという「場」を超えた笑顔の交流が大きく広がりました。



▲テレビ画面に映る可愛らしい笑顔に、利用者の皆さまもほっこり。



## アマビエ出現!? 心を合せて疫病退散を祈願

ふくしの現場フォト

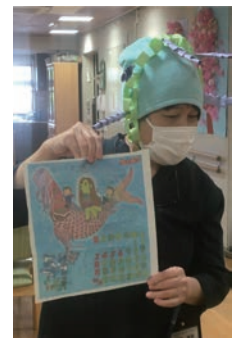
<高齢者総合センターデイサービスセンター>

新型コロナウイルスの感染拡大が世界を震撼させています。

誰もが罹患の危惧を抱く中で、4月下旬に、「市民のみなさんが元気になるように『アマビエ』を作ってください」とのご依頼が入りました。それに応え、「悪疫退散・コロナウイルス封じ」のご利益をもたらす縁起物の「アマビエ」と「赤べこ」制作に取り組みました。物作りに手慣れたご利用者は身の回りにある身近な材料でたちまち完成させました。キャッチフレーズは名筆のご利用者が揮毫。

現在「アマビエ」と「赤べこ」は、市民の皆様の健康を願って高齢者総合センターの正面玄関横のウィンドウに展示してあります。

そして、とうとうアマビエがデイサービスに出現しました。職員扮するコロナウイルスにMさん扮するアマビエが杖を一振り。声を合わせて「疫病退散!!」と唱えると、コロナウイルスは消滅。アマビエはコロナウイルス禍の終息を高らかに告げたのでした。政府による非常事態宣言は解除されましたが、感染第二波も懸念されます。「勝って兜の緒を締めよ」、今後も可能な限りの予防対策を取り、サービスを提供いたします。



▲センターの道沿いにあるディスプレイからご覧いただけます!

☆「アマビエ」現在の熊本県、肥後国に江戸時代から伝わる妖怪です。その姿は菱形の瞳、鳥のようなくちばし、長い髪の毛、鱗に覆われた胴体であったと瓦版に描かれていました。「アマビエ」が「6年間は諸国で豊作となるが、疫病も流行する。早々に私の姿を書き写し人々に見せなさい」と告げて海中に姿を消したと記されています。

☆「赤べこ」は福島県の郷土玩具、赤い牛の張り子人形です。赤は魔除けの色です。平安時代に赤牛が蔓延した疫病を払った、会津地方で天然痘が流行したとき赤べこを持っていた子どもは罹患しなかった、という伝承があります。

## センスが光る！手作りマスク

<ホームヘルプセンター武蔵野>



新型コロナウイルスの感染拡大で、市中に出回るマスクは、一時、品不足となり、市民の不安が昂じました。それに対応するため、ホームヘルプセンター武蔵野の職員は数々のマスクを手作り。そのどれもが個性的です。

マスク不足は、現在、一定程度改善されたようですが、「新しい生活様式」には依然として必需品です。手作りマスクを着用してのサービス提供も在宅福祉サービスの一風景になるかもしれません。

また、ご利用者のお宅で活動するヘルパーの皆さまに配布するマスクを準備するために、社会福祉法人武蔵野から備蓄品のマスクを大量に拝借しました。市の財政援助出資団体同士の相互扶助で、連携は円滑です。心から御礼申し上げます。

## 熱中症にも気を付けて！ コロナウイルス感染症と熱中症 対策

<高齢者総合センター

在宅介護・地域包括支援センター>

盛夏を招く長雨の季節の到来です。緊急事態宣言解除後も、新型コロナウイルス感染症の罹患対策をしっかりと守りましょう。でも忘れてならないのは「夏の暑さ」。熱中症対策を次の通りご案内します。

- ① こまめに手洗い・うがい。マスクを着けていると脱水が分かりにくくなります。こまめに水分補給しましょう。
- ② 不要不急の外出を避け、「ステイ・ホーム」。しかし冷房をつけずに締め切った部屋にいると危険です。気温に合わせてこまめに室温調整しましょう。エアコンと扇風機の併用、カーテンやすだれを使えば効率的に室温を下げられます。また、定期的に部屋の換気をし、新鮮な空気を取り込みましょう。新型コロナウイルス感染症対策にもなります。
- ③ 十分に睡眠をとりましょう。体力・筋力の維持に適度な運動も重要です。人ごみを避けての散歩も効果的です。帽子や日傘で直射日光を遮り、日中の暑い時間を避け、朝や夕方に散歩しましょう。日陰で休憩し、水分摂取をお忘れなく。
- ④ 食事は健康の維持に大切なポイント。少しずつでも多様な食品を食べ、栄養不足にならないように心掛けましょう。宅配や配食サービスの活用もおすすめです。
- ⑤ 「おうち時間」を充実したものにしましょう。静かに来し方を振り返り、市発行のエンディングノートを書くこともお勧めします。日常生活の備忘録にもなります。エンディングノートは市役所、市内 6 か所の各在宅介護・地域包括支援センター、福祉公社本部で無料配布しています。

なお、高齢者総合センター在宅介護・地域包括支援センターでは、新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、「買い物や食事など暮らしが不便になった」「外に出る時間が減り、身体を動かす機会が減った」「感染するのが不安」など、地域の声を伺い、暮らしに役立つチラシを作成しました。買い物や食事などの近隣の情報や宅配サービス、体操や介護予防、コロナウイルス感染症に関する相談窓口などが記載されています。チラシをご希望の方は、当センターへご連絡ください。

ご感想お待ちしております 記事についてのご感想、ご要望、取り上げてほしいテーマなど、ご意見をぜひお寄せください！

武蔵野市福祉公社 広報委員会 ☎23-1165 〒180-0001 武蔵野市吉祥寺北町1-9-1 2F  
ホームページのご意見もお待ちしております→ <http://fukushikosha.jp/>



## お知らせ欄

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止となる場合があります。  
事前に各担当にお問い合わせください。



## 老いたく講座のご案内

誰にでも訪れる老いに備え、元気うちから学び  
尊厳ある老後生活を築きましょう



## 「老いたくの基礎知識」

日時：7月27日(月)  
10時30分から12時

場所：福祉公社1階会議室

## 「成年後見制度」

日時：7月10日(金)  
13時30分から15時

場所：福祉公社1階会議室

申込み・問合せ

権利擁護センター ☎ 23-1165

納涼 囲碁・将棋大会  
中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大予防の為、下記の日程で予定していた大会を、誠に勝手ながら中止とさせていただきます。大会へのご参加を楽しみにされていた皆様には、ご迷惑をおかけし誠に申し訳ございません。何とぞ、ご理解・ご了承を賜りますようお願い申し上げます。

7月17日(金) 将棋大会

7月22日(水) 囲碁大会

\* 次回の囲碁・将棋大会は日程が決定次第、ご案内いたします。

問合せ 社会活動センター ☎ 51-1975

## 職員レコラム

## 朝のスイッチ オン

権利擁護センター 馬場 奈緒子

福祉公社で朝一番に毎日行われるラジオ体操を楽しみのひとつにしています。

CD プレーヤーから流れるラジオ体操第一と第二の曲にあわせて体操します。指先まで伸ばすように心がけて身体を動かすと、朝のスイッチが入りますね。短い時間で、気軽にできるのが魅力です。

思えば、子どもの頃はラジオ体操の良さは分からなかったなあ。それが今では、腕を振れば肩がコキッ、体をぐるっと回せばパキッ、身体のあちこちから音がしますが、2曲終わる頃にはとてもすっきりします。特に肩周りとおくらはぎが良く伸ばせるようになったと実感しています。

子どもの頃に覚えたラジオ体操は、忘れたようでも意外と自然に身体が動きますね。

軽い運動はしたいけれどきっかけが見当たらない方、ご自宅や職場でラジオ体操、いかがですか。続けたい習慣だなと思っています。

次回は→ 加藤 奈穂子 (高齢者総合センター在宅介護・地域包括支援センター)



## 福祉公社各部署のご案内



武蔵野市福祉公社 <http://www.fukushikoshi.jp/>

武蔵野市地域包括ケア人材育成センター  
<http://www.m-machigurumi.jp/>

ホームヘルプセンター武蔵野  
<http://help-musashino.jp/>

業務時間 8時30分から17時15分 (全て共通)

## 武蔵野市福祉公社 本部

東京都武蔵野市吉祥寺北町 1-9-1

総務課

権利擁護センター・ケアプランセンター ☎0422-23-1165

成年後見利用支援センター ☎0422-27-1238

ホームヘルプセンター武蔵野 ☎0422-23-2611

地域包括ケア人材育成センター ☎0422-20-3741

## 武蔵野市立北町高齢者センター

東京都武蔵野市吉祥寺北町 4-1-16

コミュニティケアサロン ☎0422-54-5300

子育てひろば・みずきっこ ☎0422-38-5150

## 武蔵野市立高齢者総合センター

東京都武蔵野市緑町 2-4-1

管理・社会活動センター ☎0422-51-1975

在宅介護・地域包括支援センター ☎0422-51-1974

住宅改修・福祉用具相談支援センター ☎0422-51-1974

デイサービスセンター ☎0422-51-2933