

# 平成 2 0 年 度 委 託 事 業

特定非営利活動法人ほっとあい

思いを紡ぎあわせて

(地域とのネットワークによる在宅福祉サービスの研究)



特定非営利活動法人ほっとあい 設立から今日までの歩み

事業を始めたきっかけと沿革	2
はじめに	2
1年間の準備期間のはじまり	3
5名の方のお世話をさせていただくなかで	3
こだわり続けたAさんとの出会い	4
2Fに閉じこもったBさんとの出会い	4
視覚障害のCさんとの出会い	5
下肢不自由のご夫妻Dさん、Eさんとの出会い	5
住民参加型在宅福祉サービスほっとあいの誕生	5
特定非営利活動法人ほっとあいの誕生	6
5人の方達は今	6
かかわりの中から学んだこと	8
考察	9
こだわり続けたAさんの尊厳を支えるケアネットワーク（65歳～100歳）	9
課題	12
地域の中で期待される役割を見極め活動に取り組みたい	12
地域とのネットワーク	14
ほっとあいの組織体制図（平成20年4月1日時点）	15
資料	18
ほっとあいの歩み	18
事業開始時に策定した活動の理念	19
活動の目的・理念・方針	19
サービス提供の基本方針・倫理規定	21
スタッフの声から	22
連携と協働の支え合いからケアマネジャー業務を振り返ってみて思うこと	22
地域の中での暮らしと「ほっとあいらしさ」について	23
ほっとあいだからできたこと	25
ほっとあいだからやれたこと	25
困ったときはお互い様の助け合い活動	26

# 事業を始めたきっかけと沿革

## はじめに

特定非営利活動法人ほっとあいは平成10年に発足して昨年満10年を迎えました。

時代の流れの中を波にゆられながら行く小舟のように、ほっとあいは少子高齢化や環境破壊を起因とする激しい風にさらされ、さらに行く手に待ち受ける障害を、乗り合わせた全員で力を合わせ乗り越えながら、バランスをとり、なんとか難破することなくここまで旅を続けてまいりました。「疾風に勁草を知る」ということわざの心境に至る貴重な10年間でした。

私たちのように、小さなNPOが「地域福祉」を推進する「地域力」の一つとして、使命を果たすべく活動を継続することは、簡単なことではありませんでした。

「ほっとあいの日々の実践は、少子高齢化社会における『新たな街づくり』そのものなのです。自分たちの活動に誇りを持って下さい。継続して下さい。」

これは、地域福祉の研究者である、H先生に「ほっとあいと地域福祉」という主題の講演で頂戴した言葉です。10周年を迎え、新たな一歩を始めるにあたり、大きな、大きな力をいただきました。

ほっとあいの活動目的と全事業をあらわす「共生型小規模多機能 ほっとあい」とは、介護保険制度に位置づけられたものにとどまるものではありません。「規模は小さいのですがたくさんのニーズに添えるようにいろいろな機能を持って、共に支え合って生きることを支援すること」を意味しています。共に支え合うとは、「見てあげる人、見てもらう人」という関係ではなく、「お互いにかかわり合っている」ということです。

私たちは設立以来、「高齢の方も、障害を持つ方も子供たちも誰もが人間としての尊厳と生きる意欲をもち続け自立して、自分らしく安心して暮らしていくことができる地域づくりと、生きがいのある長寿社会の建設に協力する」ことを目的として活動しています。そのために関わらせていただいたお一人お一人から学ばせていただいたことを、経験として積み重ね、反省を繰り返しながら、新たなニーズにできる限り応えていこうとしています。関わったスタッフ達が「泊まり」のサービスの必要性をともに感じたことが「ほっとあいの家ナイトケア」につながり、病院や買い物に連れて行ってあげたいと思う人たちとの出会いの中から「外出支援移動サービス」が生まれました。

ほっとあいの共生型小規模多機能というサービスは、こうしたみなさんとの出会いと  
かかわりの中から、たくさんのスタッフが必要性を感じたからこそ築き上げられたので  
す。

## 事業の始まり はじまりは「在宅福祉を考える研修会」から

ほっとあいの出発は、平成9年10月にさかのぼります。当時は少子高齢化の問題が  
大きく取り上げられるようになった頃で、介護や子育ての基地であった家庭の役割が大  
きく変化してきた頃でした。

「介護や子育てを地域で一緒に考えていく必要があるよね。他人事じゃないよね。」  
というような身近で現実的な問題として認識され始めてきた頃でした。

平成9年9月に大河原町の社会福祉協議会が主催した「在宅福祉を考える研修会」が  
開催されました。広報誌を見た一般の住民の方や民生委員、行政区長さんなど46名が  
参加されました。

## 1年間の準備期間のはじまり

この研修会の後に「どのような状態になっても、地域で暮らしていくというのは必要  
だよ。私たちにできることがあったらやってみよう。みんなでちょっと話し合ってみ  
ようよ。」という軽い気持ちで集まった有志で、いろいろと話し合いを始めました。

そうした中で、それぞれお互いを理解し合うと同時に、私たちがやりたいのはこうい  
う方針だよねとか、こういう目的だよねといった気持ちが定まってまいりました。

そこで、平成10年6月に、まずグループの名前を”住民参加型在宅福祉サービスほっ  
とあい”と決定しました。

この名前には「住民が参加する。住み慣れた地域で。そして、ほっとする、あったか  
い、お互いに助け合い、支えあい、愛ある活動、愛ある支援をしていこう。」という、  
かなり熱い思いが込められていました。

## 5名の方のお世話をさせていただくなかで

名称が決まり、思いも高まりました。しかし全国から風の便りに聞こえる先駆的な活  
動に耳を寄せながらも、なかなか第一歩を踏み出せないでいました。

そんなときに、地域に住んでおられる5名の方のご自宅をうかがって、支援をさせていただく機会がありました。

## こだわり続けたAさんとの出会い

Aさんは一人暮らしをされている92歳の女性でした。長年お料理の先生をされており、いつも和服を着ておられて、たすきがけで買い物をするととても頼もしい姿を拝見しておりました。

Aさんは「最期まで住み慣れた自分の家で自分らしく暮らしたい」という強い思いを持っておられました。頼りにされていた一人娘さんが早くに亡くなられて、身寄りも東京で暮らすお孫さんだけでした。お孫さんもAさんがご高齢なので大変心配しておりました。

風邪をひいて床につかれたことをきっかけに「東京で一緒に暮らそう」ということで、着の身着のままAさんを東京に連れて行ったのです。ところがAさんの「住み慣れた自分の家で暮らしたい」という強い信念は変わらず、周囲の反対を押し切って大河原町のご自宅に戻って来られました。

民生委員や近隣の方、友人、教え子の方、措置の社会福祉協議会のヘルパーさんなどが関わっていたのですが、それだけでは不十分だということで、お孫さんたちが考えられて民生委員さんを通じて私たちが相談を受け、活動させていただくことになりました。

活動の主な内容は、お墓掃除・一緒にお墓参り・お歳暮やお中元の買い物とお届けの同行・「ひな祭り会」開催のお手伝い・「自分の椅子」の修理・庭の草取り・雪はき・ゴミ拾い・家屋の細かな修理・ハクビシンの追い出し・年末の大掃除・「お料理を教えてください」という形での一緒に行う調理、等々多岐にわたりました。Aさんがこれまで大切にしてきた、こだわりのある生活を継続するための支援でした。

## 2Fに閉じこもったBさんとの出会い

Bさんは衣料品店を営んでおられた82歳の女性です。Bさんは共稼ぎの息子さん夫婦の子どもの子守りをしながら商売をされておりました。とても威勢がよく、昔ながらの商売をされる方でした。

しかし、腰と膝を悪くされ、痛みがあって歩行が困難になりました。Bさんに関しては、私たちの方から研修もかねて、ぜひ支援させて下さるようお願いしました。

私たちがしたことは、まず2階からゆっくり降りていただき、近所をお話ししながらゆっくり散歩するということでした。

Bさんは、ある時、足の付け根から指先まで真っ赤に腫れました。止むに止まれぬ思いで車に乗せて病院にお連れしたところ、水虫からばい菌が入ったために蜂窩織炎（ほうかしきえん）という病気になっておりました。加えて血糖値が高いために治りにくい状態になっていました。治療の甲斐もあって回復され難を逃れました。

### 視覚障害のCさんとの出会い

3人目の方は、視覚に障害をお持ちのCさん47歳です。

Cさんは、週1回のホームヘルプサービスと、生活必需品の買い物のガイドヘルプサービスを、回数を限定されて社会福祉協議会の公的なサービスを受けておられました。しかしCさんは前向きで積極的に屋外へ出て地域社会とのつながりを持つ方で、公的サービスだけでは足りないという状況があり、私たちが関わらせていただくことになりました。このケースでは、社会福祉協議会がパイプ役となって下さいました。

コンサート、町内外で行われる催し物、居酒屋、散歩の支援、映画鑑賞、庭の掃除等々、見ることが不自由でなければ、あたりまえにできる生活の実現支援です。

### 下肢不自由のご夫妻Dさん、Eさんとの出会い

ご主人のDさんは交通事故で片足を不自由にされ、奥様のEさんは糖尿病の合併症で片足をなくされた方でした。

社会福祉協議会の公的なサービスだけでは、生活を維持していくために必要な絶対的時間数が不足しており、また、趣味の援助や外出の援助にも対応できない状況でした。そこで、私たちの在宅福祉サービスの利用という形で関わらせていただきました。

### 住民参加型在宅福祉サービスほっとあいの誕生

こうして1年間の準備期間の中で、自主的な研修、心に残るような方たちとの出会い、先進的な団体を訪問させていただいて実施した勉強の機会など、100回ほどの集まり

を持ちました。そして平成10年10月に「住民参加型在宅福祉サービスほっとあい」を正式に発足しました。

当時は事務所がなかなか見つからず困っていました。すると、近所の床屋さんから「裏の部屋が空いているから使っていいよ。」と声を掛けていただき、8畳と6畳、2畳の台所とトイレを備えたスペースを光熱費込みで月1万円の家賃で貸していただくことができました。

## 特定非営利活動法人ほっとあいの誕生

平成12年1月には、NPO法人を取得して「特定非営利活動法人ほっとあい」となりなした。「障害の有無や年齢を問わず、住み慣れた地域とともに支え合って自分らしく安心して安全に暮らせる地域づくりに協力する」という私たちの趣旨は、尚一層強くなったと思います。

ここから現在に至るまで、関わる方々の広がりとともに、担うサービスも多様に広がってまいりました。詳しくはこの後の章をご覧くださいとして、「出会った人たちとのつながりを大切にして、ともに支え合ってその人が望む自分らしい生活を支援していきたい」という強い希望があったのです。

## 5人の方達は今

最初のきっかけとなった5人の方たち。あれから11年が過ぎました。

当時93歳だったAさんは、徐々に体が弱ってこられて血液の循環が悪くなり、足の指先が崩れ落ちるような状態になり歩行が困難になりました。ほっとあいのスタッフは誠心誠意いろいろな要望に応じてきたのですが、ご孫さんが「もうこれ以上迷惑をかけられない。」ということで施設入所を決められました。ご本人は不本意だったのですが、私たちが直したお気に入りの椅子を持って施設に入所され、100歳の誕生日を目前にしておられます。

Aさんの入所が決まったときには、ほっとしたのと同時に、希望通りAさんを最期まで自宅でみられなかったことがとても心残りでした。

そして、24時間態勢や看護の視点など、まだまだ私たちの力不足があることを痛感しました。こうした問題の解決は私たちの今後の課題として残ります。

自宅では和服姿で通したAさんですが、施設入所後には和服をやめて洋服にされたと伺いました。私たちは当初「諦めたのかな」と思ったのですが、視点を変えてみると、Aさんには生活スタイルを切り替えるだけの逞しさが残されていたとも思えます。

Bさんは現在要介護5ですが、今もお元気です。車いすでほっとあいをはじめ、いくつかの事業所を利用しながら自宅での暮らしを続けておられます。娘さんがスタッフの協力を得ながら、ほぼ毎日入浴をさせています。

Bさんは、その日によって様子が大きく異なり、意欲がなくなって動かなくなる時があります。そうしたときこそ、看護師が関わったり積極的に声がけをして、他動的に体を動かすように関わりました。すると、認定調査のときに、名前を呼ばれて返事をしたり、手を挙げたりできるようになりました。

周囲が「できない」と思っていることでも、できないとは限りません。できないと決めつけてしまうことで、その方の可能性を奪ってしまうことにもなります。私たちは微力ですが、からだを動かしたり、心を動かすような声がけや、その人が好きなことを一緒に行うことで、その人らしさを残しながら、ご家族と暮らしていただきたいと思いません。

ご家族といっても全く無表情で寝たきりになったら、ご本人も、そして一緒に暮らすご家族も本当につらいと思います。そのような状況を避けるためには、家族だけでは難しいこともあります。たくさんの方が関わることによって、その人らしさを損なわずに長く暮らせるようになりますし、ご家族の生活も守られると思います。

Bさんは93歳になりましたが、今でも笑顔を見せ、時にはラジオ体操に合わせて手を動かすこともあります。食事もおいしそうに食べています。

Cさんは、ボランティア活動をされている方々をはじめ、様々なサービスを利用しながら生活されております。

DさんEさんのご夫妻は、たくさん病気を抱えながら、医療・福祉・保健を駆使して在宅ですごされていましたが、奥様が心筋梗塞で倒られました。

息子さんたちは遠くに離れておりましたので、奥さんの最期には間に合わず、私たちのスタッフが病院で死亡を確認し、霊柩車に乗せてご自宅までお連れしました。

Dさんはお通夜で倒れられ入院されました。退院後Dさんは、ほっとあいの支援を受けながら自宅で暮らしたいと望まれました。しかし喫煙習慣があつて、昼にはいくつもタバコの焦げあとがあり、また低肺でもありましたので、禁煙という条件を提示させて

いただきました。Dさんは喫煙の習慣をやめられず、他町のグループホームに入居されることになりました。

グループホームへの入居を機に、Dさんは喫煙を止められました。Aさんと同様に「諦め」ではなく、新たに違う場所で生きるための「柔軟な対応力」を持っておられたということだと思います。

先日、Dさんが入院先の病院で亡くなられたことを、民生委員を通じて伺いました

### かかわりの中から学んだこと

こうした方々とのかかわりの中から学んだことがあります。自分たちで何もかも抱え込むということではないのです。医療依存度が高い方に対しては、きちんと対応できる所に紹介するなど、たくさんの支援の中から、その人が選べるということが大切なのです。一生懸命やればやるほど抱え込みがちになりますが、決してそうではないということ学びました。

# 考察

## 地域で自分らしい生活を安心して送れる社会を実現するために

物質文明の繁栄は限界に達し、経済的な問題が日常生活をおびやかしています。「物」によって満足を得ることに慣れてきた私たちにとって、先行きに対する不安が非常に大きい社会状況となり、「あきらめ」や「精神的荒廃」が社会に蔓延しています。

このような危機的社会状況の中でも、私たちは「たとえどんな状況になっても、かけがえのない人生を人間としての尊厳と生きる意欲を持ちつづけ、自分らしく生きてゆきたい」と願っています。しかし、それは簡単なことではありません。実現していくためには、自らの努力と公的なサービスを軸に、近隣の昔ながらの助け合い、非営利セクターや多くの社会資源が補い合うことが必要になってくるのではないのでしょうか。

尊厳を支える仕組みは、支援を必要とする人の数だけあります。

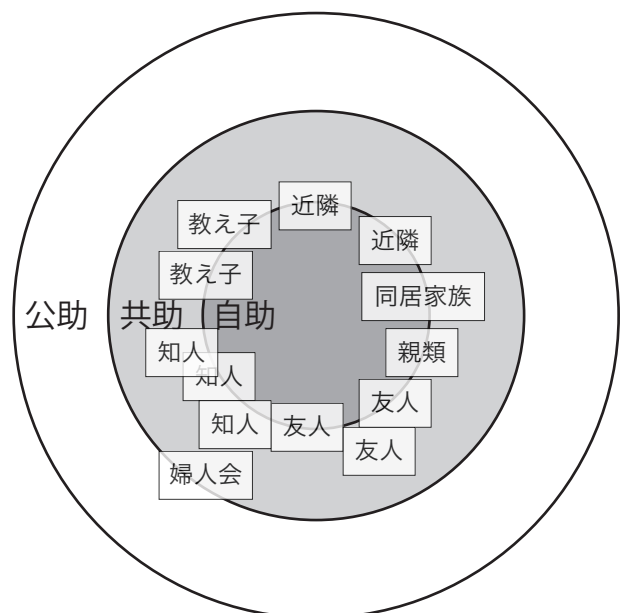
ここでは、ほっとあいの設立準備期（平成10年）に出会ったAさんの事例を通して、環境や年齢の変化に伴って変遷する「自助・共助・公助」の仕組みについて考察してみました。

### 地域とのネットワークによる在宅福祉サービスの事例を図表で見る

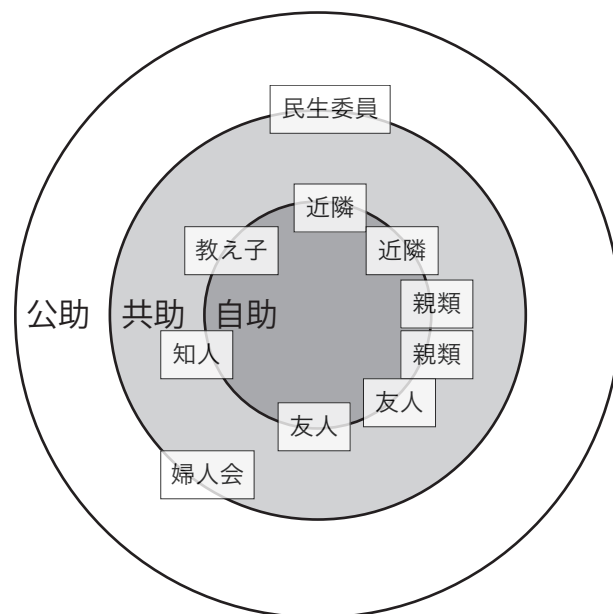
#### こだわり続けたAさんの尊厳を支えるケアネットワーク（65歳～100歳）

住み慣れた家で、できるだけ長く自分らしく生活していきたいと願うAさんですが、年齢を重ねるにつれ、生活を取り巻く様々な環境が変化しました。

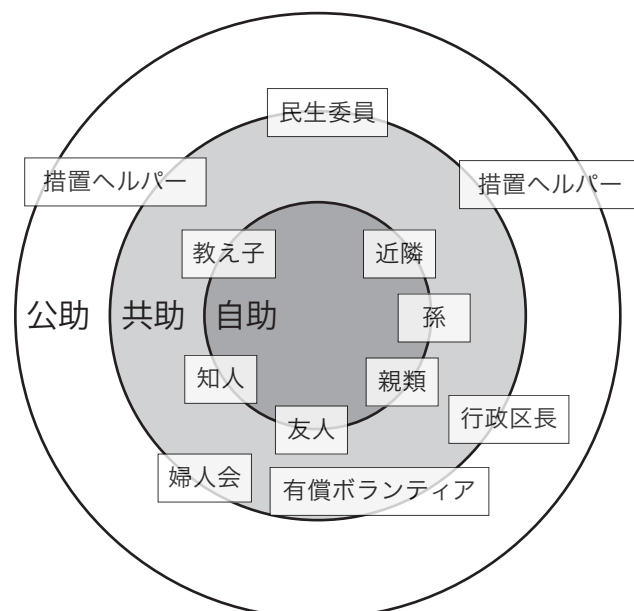
- ・65歳 在宅生活
- ・同居家族：ご主人・息子夫婦・孫
- ・自宅で料理教室を開催され、近隣の方々・友人・教え子に囲まれながら、住み慣れた地域と多様な結びつきを持った生活を営んでおられました。



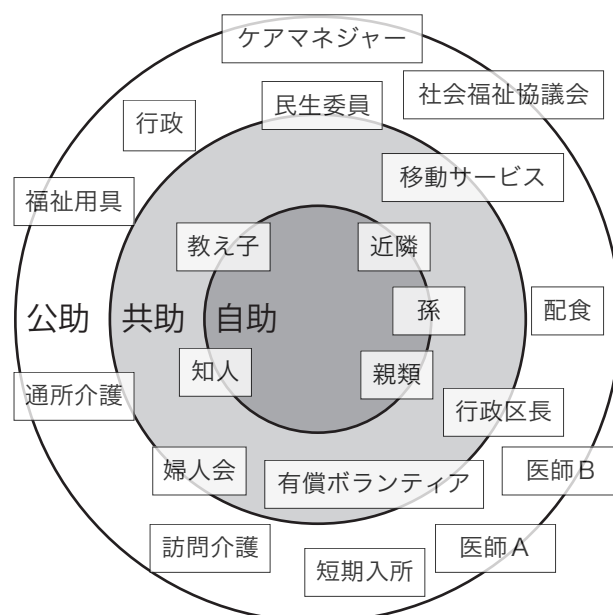
- 85歳 在宅生活
- 独居
- 息子の死去、夫の死去、孫の独立によって独居による在宅生活が始まりました。
- 外部との付き合いが縮小しました。



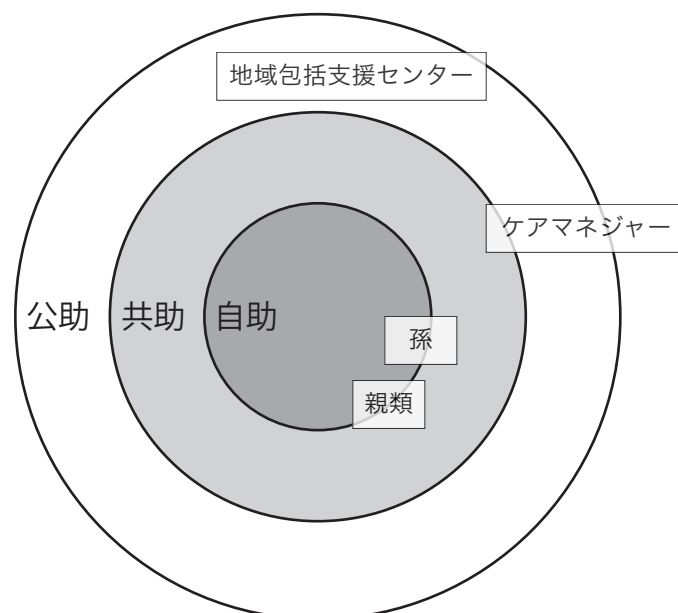
- 90～92歳 在宅生活
- 独居
- 近隣の変化、知人・友人の高齢化が進みました。
- 独り暮らしを継続するためのケアネットワークが出来上がりました。



- 93～97歳 在宅生活
- 独居
- 認知力の低下、自助力の減少のため在宅で自分らしい生活を継続することが困難になり始めました。
- Aさんの願いを実現するために、公的サービスを中心に、ご本人の努力、家族、近隣、友人、民生委員、行政区長、助け合いサービス等々、様々な地域社会資源や医療との連携を図りながら状況に応じた支援を行いました。



- 97～100歳
- 施設入所
- 認知・判断力のさらなる低下、日常生活と動作のさらなる低下、下肢動脈硬化と下肢筋力低下による移動困難、夜間不穏などにより、施設入所を選択されました。



Aさんは100歳の誕生日の数日前、病院で孫、甥夫婦に看取られ亡くなりました。

ほっとあいは「高齢の方も、障害を持つ方も、子供たちも、助けを必要とする誰もが、人間としての尊厳と、生きる意欲を持ちつづけ、自立して自分らしく安心して暮らしてゆくことのできる地域づくりと、生きがいのある長寿社会の建設に協力すること」を目的とし、地域のニーズに柔軟に対応してきましたが、一人ひとりのニーズは異なり、地域には多くのニーズがあることが分かりました。

地域ではボランティアやNPO、様々な住民組織、社会福祉協議会、農協、生協などが、それぞれの活動を通して様々な生活課題に対応し、生活の支え合いに参加しています。

これからは、こうした組織や団体、個人が、お互いの得意分野を生かし合いながら連携し、活動を継続して地域づくりに協力できるようにしていく必要がより大きくなってくると思います。

そのためには、活動をサポートする中間支援的役割を持つセンターが必要です。また、地域包括支援センターが、尊厳を支えるケアネットワークの仲介軸としての役割を果たしてゆく必要があると思います。

それぞれの地域には、それぞれ固有の地域ニーズがあります。行政と住民が真の意味でのパートナーシップを築けるような仕組みづくりが必要です。

# 課題

## 地域の中で期待される役割を見極め活動に取り組みたい

ほっとあいでは「助け合い、支え合い、ふれあいの精神」で、ファミリーサポートホームヘルプサービス、ほっとあいの家（デイ・ナイト）、外出支援の移動サービスを実施し、公的サービスだけでは不足する「その人が望むその人らしい生活の実現」の支援を行ってきました。

こうした自主事業はもとより、公的なサービス事業においても大切にしてきたことは「心を元気にするケア」です。その人が持っている心身の力の回復を図るケアです。

現在ほっとあいでは、介護保険制度の通所介護事業を土曜日にお休みして、同じスペースを利用して地域交流会「おしゃべりサロンほっとあい」を実施しています。地域住民なら誰でも参加OKで、自主事業のミニデイサービスの利用者、スタッフ、ボランティアを含め、毎回15名程度の参加者があります。皆でおしゃべりしながら過ごす時間の楽しいこと！一緒に体を動かしたり、料理をしたり、趣味活動をしたりといった特別企画も開催しながら内容の充実を図っています。参加者のみなさんからは、「ここで出会えてよかったね」「元気をもらって帰れる」などの声も聞かれ、幸せは人と人とのつながりにあることを実感させられます。

ほっとあいが今後進んでいく方向性は、こうした心の交流を大切にしたふれあい活動ではないでしょうか。社会状況の変化に応じて、何が必要で、誰がやるのが最適なのかを見極めること。そしてその上で柔軟に変化に対応できる態勢を作ることが、NPOにとって重要なことだと考えます。私たちがこれから目指す方向・取り組むべき課題は、これまでのあゆみの延長線上にあります。これらを以下にまとめ挙げます。

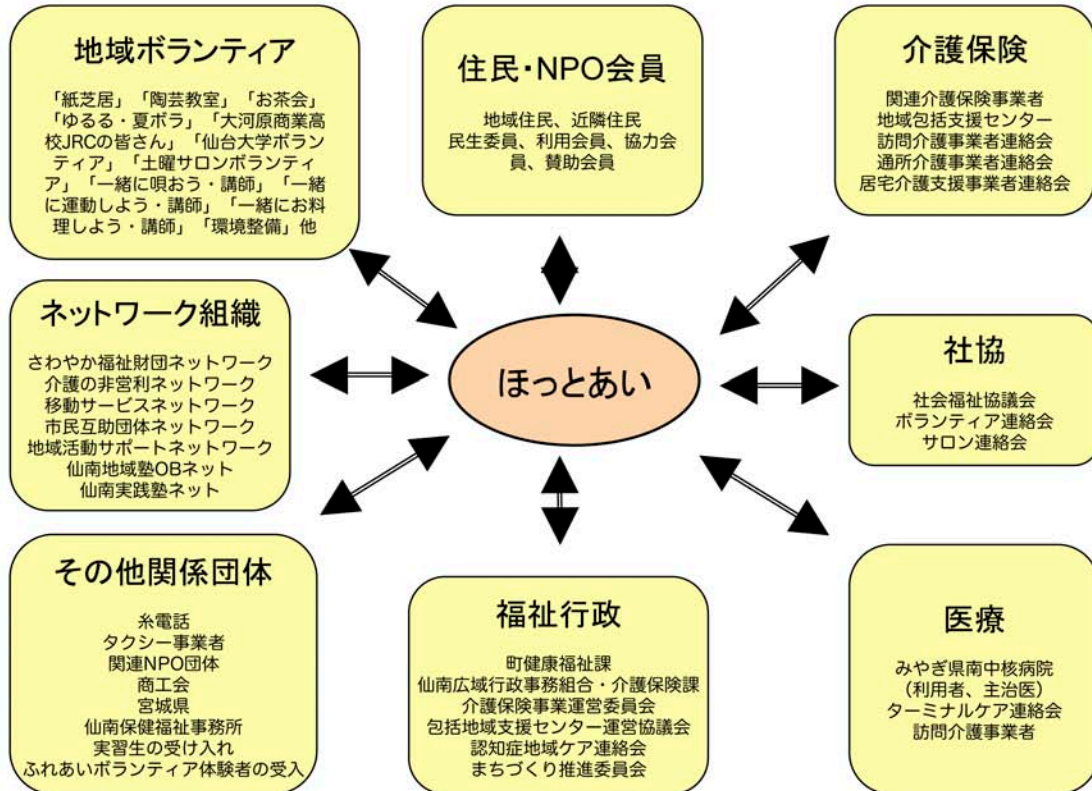
- 1) 全ての人々が、性別・障がいの有無・年齢などによって区別されることなく、あたりまえのことはあたりまえに手に入れることができ、人間として大切にされ、自らの選択と判断によって必要な決定を行っていくことができるように支援を継続していく。
- 2) 「助けて」「私にできることであれば」「困ったときはお互い様」と言える、支え合う人間関係づくりの必要性について地域に発信し、有償無償のボランティア参加者が増えて、近隣で助けあえるような地域力のアップを図っていく。具体的には

・ほっとあいの活動に参加して体験し、実感できる場を作る

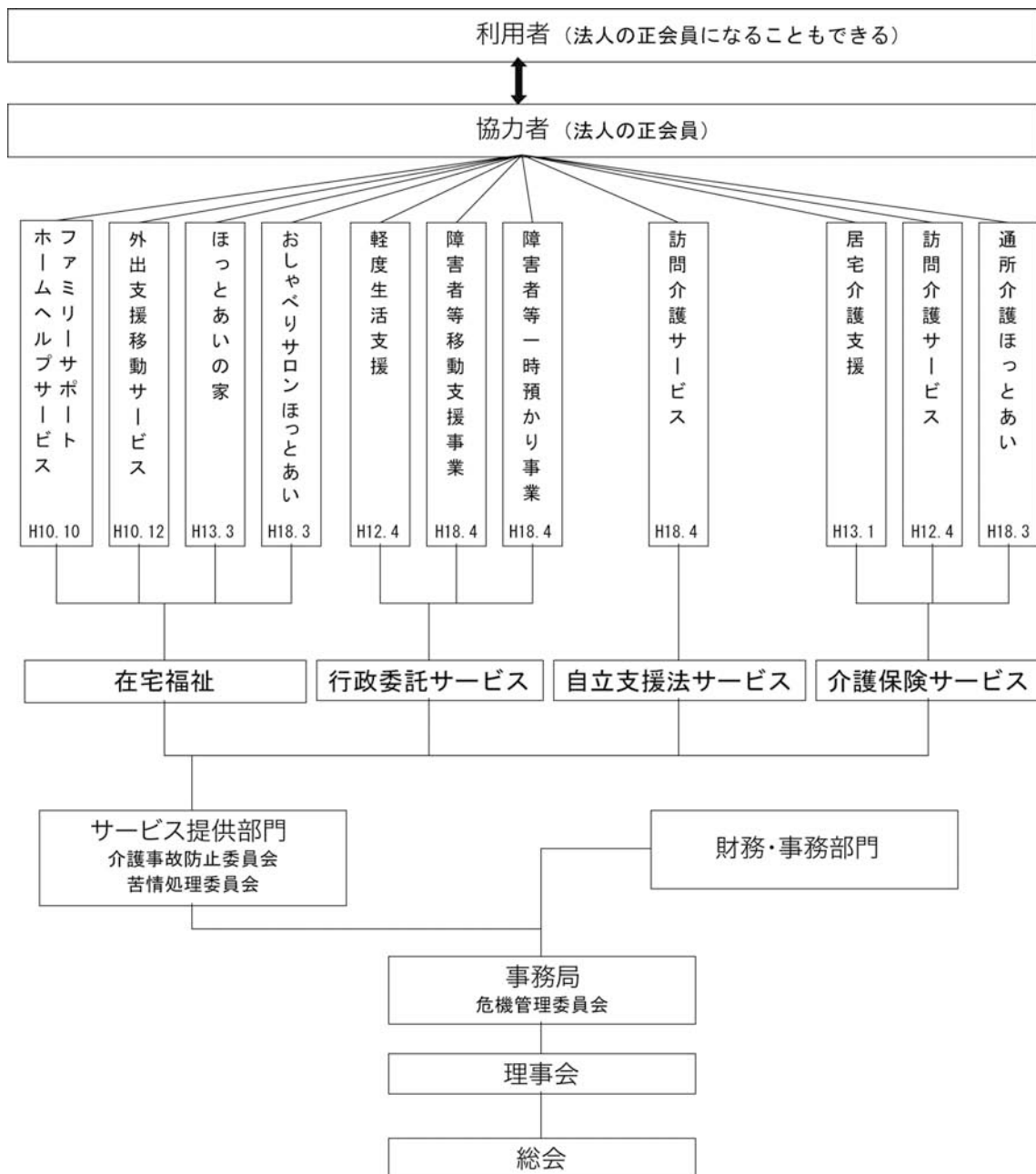
- 「地域住民のふれあい」「顔が見える安心・安全な地域づくり」に効果的な、ふれあいの居場所の必要性について提案していく
  - 誰もが（大人も子供も）平等に持っている「時間」を使って支え合いを行う「時間通過」について体験を進めていく
  - 自分にあった「ほっとあいの活動」への参加スタイルを大切にしていく
- 3) ネットワークの継続、特に地域包括支援センターを中心に、社会福祉協議会と共に、身近なネットワークの充実と、医療・保健・福祉に限らず、環境・文化・防災・商工観光などのネットワークと連携を進めて、「安心して住むことができるまちづくり」に協力していく
  - 4) スタッフのワークアンドライフバランスを図っていく
  - 5) 自主事業として近隣助け合いの推進に取り組むほっとあいのような非営利団体が継続していくことの必要性について、地域行政の理解を深め、支援の拡充を要望していく。また協働の機会を大切にしていく
  - 6) 活動を通して見えてくる地域課題について、関連機関と情報を共有し解決に向けて協力していく

## 地域とのネットワーク

### 主な連携状況図



## ほっとあいの組織体制図（平成20年4月1日時点）



### ほっとあいの事業体系

現在のほっとあいは11の事業を運営しております。これは意図的に事業を拡大してきたわけではなく、出会った人たちのニーズに応じていく中で、自然と増えてきたものです。

スタートは平成10年10月から始めたファミリーサポートホームヘルプサービスです。次が病院にお連れしたいと考えて始めた外出支援移動サービスです。ほっとあいの

家は、スタート時点から行っていたサービスですが、正式に事業化したのは平成13年3月です。

介護保険事業としては、平成12年4月から訪問介護サービス、平成13年1月から居宅介護支援、平成18年3月から通所介護ほっとあいをそれぞれ開始しました。行政委託サービスとしては、平成12年4月から軽度生活支援、平成18年4月から障害者等移動支援事業と一時預かり事業、自立支援法の訪問介護サービスを開始しました。

行政委託サービスは委託金額が高いものではなく、収益がほとんど得られませんので、多くの事業所は受託していません。自立支援法のサービスを実施して感じることは、地域移行が進められています、在宅で本当に安心して暮らせる体制・サービスが受けられるかと言えば、明らかに不十分であると感じています。介護保険サービスについては、施行されて8年が経過し多々問題がありながらも、制度として安定してきたものと考えています。自立支援法のサービスについては、まだまだこれからだと思っています。

全事業をトータルすると、現在の収支状況はトントンです。

## ●すべての人が参加者

組織図では、一番下に総会を置いて、その上に理事会と事務局があり、サービス提供部門と財務事務部門に分岐します。サービス提供部門からは、3つの分野別に11事業が分かれています。その事業を実施していくために、法人の正会員である協力会員がいて、その上にほっとあいを利用して下さる利用会員がいます。

協力者、利用者、事務局、理事もみな地域の中の同じ立場の人たちです。ほっとあいに関わるすべての人が参加者であり、ほっとあいの活動を継続させていくための原動力です。

公的事業（介護保険サービス・自立支援法サービス等）に関わっているスタッフには、できる限り報酬を支払いたいと考えています。ほっとあいの事業で得られた収益を地域に還元して、安心して暮らせる地域づくりに役立てたいというのが私たちの思いでもあります。

## ●おわりに

以上 私たち特定非営利活動法人ほっとあいの沿革や事業の理念、そして活動内容などを述べてまいりましたが、その内容が最良のものとは思っていません。これからますます少子高齢化を迎え、私たちの事業活動に対してより良質なサービスが求められるも

のと思っております。現状に満足することなく、そして慢心することなく日々研鑽に励み、地域のみなさんに理解され期待される法人になってまいりたいと思っております。

今後とも多くのみなさまの変わらない支援とご協力、そして叱咤激励をお願い申し上げます。

# 資料

## ほっとあいの歩み

平成9年9月	大河原社会福祉協議会主催「在宅福祉を考える」学習会参加
平成10年2月	上記の学習会参加者有志により、住民参加型在宅福祉サービスを設立するための準備会発足
平成10年6月	グループの名称を「住民参加型在宅福祉グループほっとあい」と決定
平成10年10月	設立総会 事務所は青木理容所様から店舗の奥の部屋を無償で提供していただく 自主事業訪問介護・移送・宅老開始
平成11年10月	特定非営利活動法人ほっとあい設立総会
平成12年1月	法人登記
平成12年4月	介護保険事業 訪問介護開始 行政委託事業 軽度生活支援訪問介護開始
平成13年1月	介護保険事業 居宅介護支援開始
平成13年2月	事業所を現在地に移転 大河原町字町279番1 大河原町所有の土地建物を住宅改修して借用
平成14年4月	精神障害者ホームヘルプサービス開始 支援費制度訪問介護サービス開始
平成18年2月	事業拡充のため増築改修し、共生型小規模多機能ほっとあい開所
平成18年3月	介護保険事業 通所介護ほっとあい開始 障害者地域支援事業レスパイトケア開始 地域交流会「土曜おしゃべりサロンほっとあい」開始

## 事業開始時に策定した活動の理念

1. この会は、長寿社会の進む中で、地域の支え合いの軸になり、どのような状況になっても、誰もが安心して、ともに暮らしていくことができる地域社会を目指します。
2. この会は、高齢者も障害を持つ人も、人間としての尊厳と生きる意欲を持ち続け、自立して自分らしく暮らしていける地域社会作りに寄与します。
3. この活動は、特定の個人の考えではなく、参加者すべての知恵と力を集めて、つくりあげていくことをモットーとする福祉活動です。
4. この会は、地域社会の全ての人のためのもので、意見を言ってくれる人や様々な忠告をしてくれる人の話をしっかりと聞き、よい意見は積極的に採用していきます。この会は開かれた組織で、対立や対抗するのではなく、柔軟な対応ができるしなやかな組織です。
5. この会は、行政や関係機関とは違った、柔軟な思考と行動力を持ち、住民の目線に立った福祉サービスと心のケアを行うことのできる会です。また、必要に応じて大河原社会福祉協議会や他の関連機関と連携し合い、サービスの強化を図ります。
6. この活動は、会員相互の助け合いですが、有償で行います。援助を必要とする人は、決められた謝礼を出すことで、気兼ねなく援助を依頼することができると思います。

## 活動の目的・理念・方針

### 活動の目的

助け合いの精神に基づき、地域の高齢者や虚弱者・障害者に対し介護などの福祉に関する事業を行い、健康で安心して暮らしていくことのできる地域づくりに寄与し、生きがいのある長寿社会の建設に協力することを目的とする。

### サービスの基本理念

誰もが安心して、人間としての尊厳と生きる意欲を持ち続け、自立して自分らしく暮らしていけるように支援する

### 運営方針

#### 1 参画

#### 4 責任・権限・役割の分担

2 目標の明文化・共有

5 危機管理

3 民主性と組織としての統制

6 情報の公開

## サービス提供の基本方針・倫理規定

1. 一人ひとりがもっている生活習慣や、文化・価値観を尊重します。
2. 生活の自立性が拡大するように支援します。
3. 安全の確保に留意します。
4. 予防的対処を優先するようにします。
5. 受け手が生活行為を自分で選択できるように介護し、自己決定権を尊重します。
6. 障害を持ちながらも生きる喜びと意義を見いだせるように支援します。
7. 社会との接触を持ちながら生活できるように支援します。
8. 綿密な観察を怠らずに、異常を早く見つけます。
9. 他職種と連携を図って仕事を進めます。
10. 知恵と力を合わせ研修を行い、良質な介護サービスを提供します。
11. 守秘義務を守り、個人情報の保護に努めます。
12. 権利擁護・虐待防止・消費者保護の立場に立ち、早期発見に協力します。
13. 法令を遵守します

## スタッフの声から

### 連携と協働の支え合いからケアマネジャー業務を振り返ってみて思うこと

#### ケアマネジャー

介護保険制度が始まり、ケアマネジャー業務が介護事業者と利用者との橋渡し役として重要な仕事だと感じたことをきっかけに「ほっとあい」に勤務しました。

高齢者が住み慣れた地域で暮らし続けるためには、医療とケアの切れ目のないサービスを充実させる事が不可欠です。介護の世界に入る前は医療・保健分野に勤めていました。自身の得意分野を生かしたケアマネジャー業務も丸7年となります。

私の仕事はケアプランを作成し、そのプランに基づいて計画的に支援を実施することです。このケアプランが、利用者様の在宅生活を計画的に支援する土台になります。

「どのような生活をしていきたいか」という大きな目標を決め、設定した目標に向かってどのような支援を受けて生活していくのかを具体的に決め、決定していくケアプランの作成です。ケアマネジャー一人当たりの標準担当件数は39件ですが、ほっとあいでは一人分のケアマネジャーが担当する利用者数を少なくすることによって、十分な対応ができるようにしています。

ケアマネジャーとして心がけていることは、自分の家族と同じように大切に接していることです。利用者様の生活歴や習慣をよく見るようにもしています。一人ひとりの言葉や行動は、その方の生きてきた時代や職歴、生活歴が色濃く反映されていますので、利用者様に合ったケアプランを作るためにも、身体状況だけでなく、よく話を聞き、その方にどういった「こだわり」があるのかに気付けるようにしていますが、プランの提案が拒否されてしまうこともあります。そういう場合もあきらめずに、コミュニケーションを重ねながら、少しずつ信頼関係を築いたり、何回か試したらどうかとサービス提供の仕方を工夫して対応するようにしています。

選択したサービスを利用して、ご本人が考えたような生活ができたのか、ご本人の人生を大事にする事ができたのか、という生活の振り返り（利用者様の自己評価）がとても大切なので、その部分にも特に力を入れた支援をしています。

解決が困難な問題を抱えている利用者様に対応する場合、1人で判断するのではなく、事務所内での検討や、他のサービス事業者や行政など様々な分野の人と知恵を出し

合い協力します。単独では思いつかないアイデアを得る事もでき、利用者様の抱える問題の活路が開けるように連携を大切にしています。解決できたときは嬉しいです。

「その人が望むその人らしい生活の実現」は簡単なことではありません。公的制度によるサービスの利用と、それだけでは不足する場合や対応できない状況に柔軟に対応できるサービスを組み合わせ支援させていただいています。ほっとあいの福祉サービスを利用している方々は、地域の中で生き生きと生活され、喜びを感じ取られています。地域の中で生活していける環境を継続していけるように、皆で支え合っていけたらと思います。

最後に、介護保険は法改正も頻繁に行われるので、常に新しい情報を得ていかなければならないと感じています。常にアンテナを張って、多方面から情報を収集し、心から喜んでいただけるサービスを提供していきたいと思います。

## 地域の中での暮らしと「ほっとあいらしさ」について

### ケアマネジャー

平成12年6月、それまでずっと家で子育てと病気の舅をみていた私は「ほっとあいの」事務所を訪ねました。NPO法人の事は何も分かってはいませんでした。何となく興味があったように思います。ヘルパーとして自分の時間を社会の中で過ごすようになり、「地域の中での暮らし」を意識するようになりました。そして「こんな所がずっとあったら、人生の最後まで、この町で笑って過ごせるかも・・・」と感じ始めたのです。

「障害があっても家族に美味しい食事を準備したい」と思っている方と一緒に、その思いをかなえるファミリーサポートホームヘルプサービスを提供しました。

「障害がある子どもに本人の好きな習い事をさせてあげたい」と思っている働くお母さんからの声に、移動サービスと地域支援事業を利用して希望を実現しました。

また、ほとんど家からでたことのない方を、家族が心配されていましたが、顔なじみのヘルパーさんがいる「小規模多機能ほっとあいの家」を少しずつ利用することにより、他の人たちと話ができるようになり、笑顔が見られるようになりました。

一人ひとりの生き方、その人の価値観をそのまま受け止め、できる範囲で工夫をして一緒に地域で暮らしていく事がさりげなくできたら・・・それが「ほっとあいらしさ」だと、私には思えてきました。

「おしゃべりサロンほっとあい」では、その時期がやってきたら「介助者だか利用者だかわかんない人」になるまで、なじみの人と一緒に時間を共有できたらいいなと思っています。本人はお手伝いしているつもりが、いつの間にかお手伝いしてもらっていたりしても、まわりの人たちは当たり前のように穏やかに笑顔で見えてくれる・・・「ほっとするあったかい空気」が流れている日々の暮らしを「ほっとあい」が支えることができたらと思っているところです。

## ほっとあいだからできたこと

### 訪問介護事業 サービス担当責任者

いつまでも思い出のつまった自宅での暮らしを続けたいと願うお年寄りの方は多いと思います。その願いがかなえられるように支援をさせていただきたいと私たちは思っています。しかし一人暮らしで認知症の方の生活を支援していく事は、とても大変な事でした。

「自分は何でもできる」とプライドを持って生活されてきた方から支援受け入れを拒否されたときには、コミュニケーションを図り、どのように進めていくか根気よく話し合いました。訪問するヘルパー人員を最小に抑え、顔を覚えていただき、家族の方には認知症への理解・活動への理解をお願いしながらの始まりでした。

認知症の進行に伴い、通所介護の開始。どこに連れて行かれるか不安で、拒否の声も多く、送り出しの活動を追加して支援してきました。訪問介護に携わる馴染みのヘルパーが通所の介助員に加わったり、責任者が馴染みの関係を作るために、様子をうかがいに顔を出す事もできました。精神的・身体的な状態の変化に伴い、活動の内容・時間などを、その都度ケアマネジャーと相談しながら変更し対応していきました。

小規模多機能のほっとあいだからこそ、居宅・訪問・通所・自主事業を組み合わせ、ヘルパー間の連携をとることにより、1人の利用者を皆で支える事ができたのだと思います。

## ほっとあいだからやれたこと

### 通所介護事業 生活相談員

小規模デイサービスだからこそできるのは「個別ケア」です。集団で行うものの他に、ケアマネジャーさんからの依頼・自宅との継続・他事業所との連携などから、できる限りの対応を採って自分らしい、自分が望む生活を継続できるように支援しています。例えば

Mさんは四足歩行 個別リハビリ	Sさんは足先運動 フラミンゴ体操
Yさん・Oさんは自転車こぎ	Aさんは発語の促し・手足可動域訓練
Nさんは自力歩行	などです

その方が、その方らしく、自宅でも自分らしく暮らせるような支援を心がけ、その支援がほっとあいらしきを出すことに結びついているのだと思います。

ほっとあいには地域交流の特徴もあります。ご近所さんから教えていただき作る笹もち、陶芸教室、紙芝居ボランティア、歌やお茶の作法を教えて下さる方など、様々な方に支えられ暖かい空間を作る事ができています。いつもお世話になっているその方々へ感謝の気持ちを込めて、秋には芋煮会を催しました。材料の切り方、お鍋に入れる順序、味つけの仕方など、今はほとんど自宅ではやらないという利用者さんも、昔を思い出しながらお手伝い下さいました。主婦らしさも垣間見えるほどに生き生きとした姿は、その方らしさを表すきっかけになりました。

## 困ったときはお互い様の助け合い活動

### 自主事業部門責任者

地域には公的制度の枠組みに収まらない様々なニーズがたくさんあります。ここではこれまでの活動の中で、印象に残っている事例をいくつか紹介いたします。

### ファミリーサポートホームヘルプサービス

#### ●60代の男性 一人暮らしをされている方

糖尿病が進行し、食事に気をつけるようにと病院から指示された。食事作りを一緒にしてもらいたいとの要望。ヘルパーと一緒にメニューを考えたり、作ったりして、3週間後、量・食材・メニューを覚えて自信がつき、自立されました。

#### ●高齢の一人暮らしの女性

大掃除（すす払い）、神棚の掃除、部屋の片付け、草取りなどお話をしながら一緒に行いました。民生委員の方、近所の方などとの連携ができて、困ったときはお互い様の精神を実践することができました。

#### ●二人暮らしの老夫婦

奥様の認知症が進み、デイサービスに通うようになりました。奥様が出かけている日は旦那様の食事作りの活動をしました。旦那様は奥様に寄り添うように介護され頑張っていました。その後奥様は入所になりましたが、助け合い活動は継続しました。

#### ●70代の女性

外科手術のため入院され、退院後在宅生活に戻られました。長く立ってられなくて不安があり、調理を手伝ってほしいとの要望。

調理の話や悩みなどを聞き、心のケアをしながら少しずつ元気を取り戻されました。そのときの笑顔が嬉しくて、活動を通して出会える事ができて良かったと思いました。

## ●60代の一人暮らしの女性

近くに身内の方がいなくて、友達にも迷惑をかけたくないので「利用登録しておきます」と申し込んだ方でした。「気兼ねなく電話ができる場所があると、安心して毎日の生活が送れます」とおっしゃっていました。数ヶ月に一度見回りに伺っています。回を重ねるごとにはつらつとした声が聞こえてきました。「『ほっとあい』の名前通り、ほっとして安心します」とのことでした。

## ●産前産後の助け合い

産前は切迫流産などがあり安静にしていなくてはならないが、第一子がいるために調理がゆっくりできないので援助して欲しいとの要望。産後は産湯を使うが、第一子がいって落ち着いてできないので援助が欲しいとのこと。若いお母さんの支援ができることも嬉しい限りです。

## ●85歳の男性 自宅では四点歩行器を使用されています。

プールでは器具を使わずに歩くことができます。足に負担をかけずに、楽しみながら筋力アップができるように、本人・ご家族とも頑張っておられます。少しでもお手伝いできればという思いから、プールの活動を援助しています。

この他にも、植木の水やり・猫の餌やり・雪かき・などなど、「困ったときはお互い様」の心を形にできるような活動を続けています。これからも、多くの住民のみなさんとの出会いと関わりを大切に、笑顔と元気、そして喜びをエネルギーに代えながら活動したいです。人間性あふれる「ほっとあい」として、地域の暮らしを支える担い手となり、ともに支え合って「その人が望むその人らしい人生」を支援していきます。

ほっとあいの家 デイ・ナイト

## ●Tさん (96歳)

お父様の思いを胸にほっとあいを利用していただいていたいました。

Tさんのお父様は、町の要職を担われていた時代に、住み良い町になるようにと願いを込め、大河原町の土台づくりに力を尽くされたそうです。それが現在の介護サービス利用施設となり、Tさんも生まれ育った地域にあった「ほっとあい」を利用していただくようになりました。

Tさんは「お父様からの引き合わせです」とほっとあいの出会いをととても喜んでおられました。顔なじみのスタッフが関わり、家庭的な雰囲気ですべて安心して通ったり、泊まったりができて、自宅と同じような環境で過ごしていただくことができました。

体調を崩され入院したときは、病院でのモーニングケアにも毎朝関わらせていただきました。ご高齢で内蔵不全になり、その後医療性の高い施設に移られました。ほっとあいで最期まで暮らしていただけたことが残念で、心残りになっています。

## 移送サービス

指先、足、ことばに不自由を持つ少女との出会いは数年前にさかのぼります。中学に通っていた時、電動車いすでの電車通学を実現するために、ほっとあいが同行することになりました。

「自分で切符を買い、駅の構内からホームに出て、エレベーターに乗り、反対側のホームに降りて、下りの列車に駅員さんからスロープを掛けてもらい、列車内に入る」この一連の行動は、彼女にとって自立のための第一歩として始まった大きな出来事でした。これに関わる中で私たちもたくさんこと教えられました。

18歳になった彼女は、様々な困難を乗り越えて車いす生活での自立・自活を目指し、自分の住みたいところでやりたいことを実現するため、再びほっとあいの移送サービスを利用することになりました。ほっとあいは頑張る力を支援していきたいと思います。