



# さふす便り

介護・福祉の文具マーケット CAPS キャプス



柏こひつじ園のスタッフのみなさん



相乗効果を促進させる  
介護施設の地域貢献

## 「生きがい就労の挑戦と介護の未来」

特別養護老人ホーム柏こひつじ園  
常務理事 馬場眞子さん

「高齢者が労わられる存在だったのはもう昔のこと。今はその持てる力をふんだんに発揮して成長しつづける存在だと教えてもらえました」と話すのは、社会福祉法人小羊会常務理事の馬場眞子さん。6年前に、千葉県柏市豊四季台の団地の一角に特別養護老人ホーム柏こひつじ園を開設させました。

隣接する団地には多くの高齢者が住み、今後の高齢化が大きな課題でした。日常的に出会う高齢者の健康寿命をいかにして延伸させるかといった検討と同時に、90床ある介護施設の運営で介護人材の不足という問題も抱えていました。専門職が必要な業務にきちんと集中できる施設運営を模索する中で、研究機関のノウハウを貸してもらおうと東京大学高齢社会総合研究機構と連携。生きがい就労のプロジェクトをスタートさせました。

まずは、隣接する団地に暮らす住民を対象に、柏こひつじ園において就労を希望する高齢者を募ります。「高齢になってまで働きたくない」という価値観がまだまだ強く、就労セミナーを開催し、高齢者が働く意味を改めて学んでいただきました。勤労世代とは違い、無理のない範囲で働くことは、一人ひとりの心身の健康維持になり、人との交流や生きがいの創出にもつながります。さらに生計維持にもなるほか、地域の課題解決にも貢献できるというメリットを多くの住民に認識していただきました。

馬場さんは就労を希望する高齢者との面接を行います。一人ひとりの経験や能力を伺い、希望にあった働き方、仕事内容、シフトを組み込んでいきます。健康診断も行い、ボランティア活動者としてではなく、あくまで対価の発生する就労であることをお互いが確認して初めて生きがい就労スタッフとして登録。仕事の内容は、調理や園芸、居室清掃など。1日数時間だけの勤務です。開始当初の参加者数は10人程度でしたが、期待以上の反響があり、6年経過した現在は40人にも増えました。馬場施設長ならではの細やかな工夫や仕組みづくりもあり、あらゆる場面で成果が生まれていきます。スタッフ同士の良好な人間関係ができ、なにより丁寧で責任感のある仕事ぶりが若い世代のお手本にもなっているのがとてもありがたいとのこと。就労する高齢者ご自身も「自分のことを待っていてくれる人がいるから頑張れる」「給料は手を付けず孫のために貯めている」など、それぞれに手応えが。勤務希望者が増え続けているのはその評価だといえます。

介護施設の人手不足を補うことより高齢者ご自身の健康で幸せな毎日を生み出す「生きがい就労」の取り組みは、まさに介護施設の地域貢献活動。「安心して暮らせる未来に向けて全国で広がっていくことを目指しています」と馬場さんの挑戦は続きます。

MEMO

「働くことはまさに私たちの生きがいですよ」とスタッフの皆さんは語ります

DATA

社会福祉法人小羊会  
特別養護老人ホーム柏こひつじ園  
〒277-0845 千葉県柏市豊四季台3-1-4  
☎04-7141-0010



# 地域社会活動に取り組んでいますか

～社会福祉法人や介護事業所に対する期待と役割～



## 地域社会の社会資源としての可能性

今、社会福祉法人や介護事業所には、さまざまな期待が寄せられています。そこには介護やリハビリ、医療、相談職など専門的な人材やノウハウがあり、機能的な建物や設備があり、何よりも多世代にわたる多くの「ひと」が行き交います。これらは社会福祉法人や介護事業所が考えている以上にこれからの地域社会にとって大きな魅力であり、地域社会にとっての資産といえます。

人口減少・少子高齢化の進展、複合化・複雑化する生活課題が顕在化していく中で、これからは社会福祉法人や介護事業所がもつハード・ソフト両面の資源をいかに地域社会の資産として役立てていけるかが持続可能性を高める大きな鍵となっています。これらの人的・物的・情報面での資源をいかしながら、社会福祉法人や介護事業所がこれまで担ってきた「さまざまなニーズを抱えた個人を支える」側面と、「地域の他の主体や住民と一緒に地域を創っていく」側面のふたつを連動させた取り組みが期待されています。

## 地域ニーズや課題解決にむけた期待

こひつじ園のシニア就労の取り組みをご紹介しましたが、スタートは住民と施設がともにこれからの地域を考えるテーブルづくりからでした。施設が一方向的に人手不足をきっかけにした就労支援を提示するのでは地域貢献にはならなかったでしょう。

このように、地域に多くの生活課題があるとしたとき、社会福祉法人や介護事業所側から考えたり、中核になったりするのではなく、あくまでも「地域がやってほしいこと」、地域社会主導で考えるという点が重要です。また、社会福祉法人や介護事業所が推進しようとする活動や事業の目的を地域社会のニーズにこたえ課題を解決していくこととしたとき、ニーズの内容によっては制度の枠はもちろん「福祉」の枠をこえて産業界等を含めた多様な主体と連携・協働していくことも求められます。あくまでも地域のニーズ、視点に立って取り組むことに期待が寄せられているということです。

## 地域社会活動に期待される成果

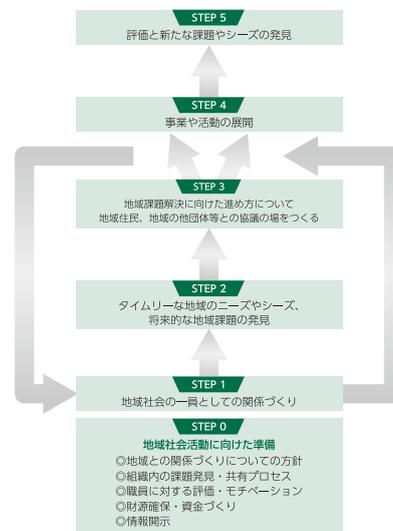
施設や事業所が地域住民の暮らしの継続性をいかにしながら課題解決のために活動を展開していくことで、サービス利用者にとってもいい影響をもたらします。利用者がそれまで地域住民として培ってきた人間関係や生活習慣、役割などを取り戻し、回復していくことがよりスムーズになるためです。

そして、施設や事業所にとって「施設・サービスの理解促進」「地域、住民との関係構築」、つまり地域住民と施設・事業所が互いに声かけしやすい関係となります。施設・事業所と地域とのつながりを実感できる手応えや、職員にとって「意識改革・接遇改善」「モチベーション向上」「幅広い視野から仕事の意味を捉える」などが成果といった声があります。さらには「地域課題やニーズの把握ができる」「ボランティア等協力者の増加があった」「地域からの相談の増加」や「利用者にとっての喜びにつながる」など、成果の幅は多岐にわたります。

地域からの認知を深めることで、地域・住民との関係づくりを進めていながら、地域のニーズにこたえていける社会福祉法人や介護事業所の姿こそ、これからのあり方といえます。ぜひ、ニーズを知るところから始めてみてはいかがでしょうか。

調査研究委員会委員 丸山 法子

図 社会福祉法人による地域社会活動のステップの例示



参考:一般財団法人日本総合研究所「平成 28 年度老人保健事業推進費等補助金(老人保健健康増進等事業分)老人福祉施設の地域展開の手法についての調査研究事業報告書」



## 未来につなぐ人財育成のエッセンス③

# 決めたゴールにむけた募集を ～スタッフ募集作戦2～



来年度の新卒確保に何人内定できたかどうか、施設同士で気になる季節。聞けば介護の資格を取得する養成校の入学者数は年々激減している様子。さらにはある福祉系大学の卒業生の8割が一般企業に就職したとも。好景気はうれしいものの、福祉や介護業界の人材確保が深刻になってきました。でも、だからといって悲観しないでほしいのです。まだとるべき方策はあります。それをやってみてから次を考えませんか。

まずやるべきことは、あるべき人材を考えることから。今、どんな事業をしていて今後どんな展開を考えているのか。今後の道筋を見通していきます。そして、それを実現するためにはどれだけの人材が必要かを逆算します。ゴールが何年後なのかも含めて考えると、定年者、離職者も加味すれば大体の人数が把握できます。1年間に何人採用すればよいのか、年齢層は新卒なのか子育て世代なのか中高年齢層なのかも見通せます。男女や世代のバランスをとることも必要ですので、職員構成ピラミッドをつくって可視化するのでもいいですね。しかし、同時に先の見通しなどわからないというのも本音。報酬や制度改定によって経営方針も変わっていくでしょう。でも事業計画があればこそ方向性に応じた方針変更もできます。場当たりのとりあえずと人を採用していても、育たないばかりか仕事の未来も示せず雰囲気はどんどん悪くなったりします。

さて、あるべき人材を考えるために将来像がなんとなくでも定まったら、「このビジョンに力をかしてほしい」「この事業所にきたらこんなことができる」「一緒にこれをやりませんか」と提案します。つまり、「この施設で働くとはどんなことができるのだろうか？ どんなチャレンジをさせてもらえるのだろうか？ 他ではできないここにしかないチャンスがあるんだ」と考えさせ、期待させること。福利厚生で選択させる作戦は、どうあがいても大企業に負けてしまいます。しかし、どんないいことがあるのだろうかというチャンスや、仕事の独自性、大企業にはないチャレンジや融通があります。そこを見せていかない手はないです。

ぜひこうしたことを、言語化して知らせる策をうってみてください。求人票に記載するだけでなく、キャッチフレーズにしてチラシやパンフレット（利用者用とは別にリクルート用パンフレットを作成するのをおすすめします）や、ブログ、フェイスブック、ホームページなどインターネットを活用するのは有効です。

介護や福祉業界に魅力があれば必ず人材は集まるとよく言われます。ただ、業界の魅力は国がつくるものですが、仕事の魅力は経営者がつくり、職場の魅力は職員がつくるもの。会議形式といった堅苦しい場ではなく、忘年会や新年会などのざっくばらんな場でもいいので、ぜひとも職員と一緒にこれからのビジョンを語りあって、かたちづかっていく取り組みをしてみてください。



一般社団法人リエゾン地域福祉研究所 代表理事 丸山 法子

リエゾン地域福祉研究所 検索

(社会福祉士 介護福祉士 生涯学習開発財団認定コーチ NLP マスタープラクティショナー)



## 福祉を語るあなたへ贈る本

認知症予防の権威 朝田隆教授の  
脳トレぬり絵

朝田隆：著  
YOUCHAN：イラスト  
大和出版：出版



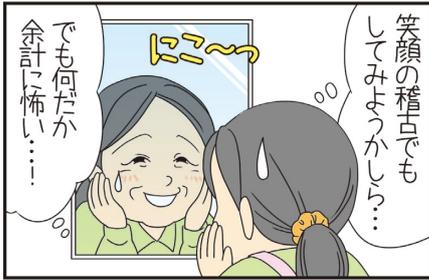
ぬり絵をしているといつしか引き込まれるような感じが。これがマインドフルネス効果。心地よさと脳を活性化させる効果のぬり絵です。高齢者のためだけでなく、ケアワーカー自身の心と脳をリフレッシュさせるためにもチャレンジしてみたいかがでしょうか。

※キャプスでは販売していません

## 気になる数字

### 時短家電で妻の育児時間が増加

小さい子どもがいる世帯では、家事よりも育児に時間を使う傾向へ。6歳未満の子どもを持つ妻が育児にかけける時間は1日あたり3時間45分と、統計をとり始めた20年前から、初めて家事（3時間7分）を上回りました（総務省社会生活基本調査【2016年】調べ）。家事の時間を節約できる「時短家電」の普及や共働き家庭の増加で家電を活用して省力化に抵抗がなくなったことや、夫の家事参加で、妻が育児に時間を回しやすくなりました。若い世代では時間があれば育児を優先しようとする傾向があります。家族との時間をどう考えるかが変わってきたということですね。



息抜きになるサイトができました。

**老いも人生も、もっと楽しもう!**

老いも人生も楽しむチャンネル。

**CAPS channel**

キャプスFacebook ▶

## ほつ 寒い季節、あなたの呼吸は大丈夫? とお手入れ 胸郭を広げて質のよい呼吸を

寒い夜は寝つきが悪くなり睡眠不足に。疲れがたまりやすくなり、抜けにくくなります。これには実は、呼吸が大きく影響しています。

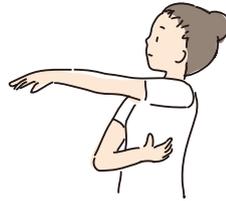
寒いと背中を丸めて前傾姿勢になりがちです。すると呼吸器、循環器などに関連する「胸椎」が硬直。前屈姿勢で圧迫された心臓や肝臓に負担がかかり、血液循環が悪化してしまいます。手足の抹消まで酸素や栄養を運べなくなり、低体温や冷え症につながることもあります。質のよい呼吸は、全身に酸素をいきわたらせ、弱った部分を活性化させます。内臓の動きを高め、自律神経も整える動きも。縮まっている胸郭を広げて、大きく深く呼吸してみましょう。質のよい呼吸が、質のよい睡眠へといざなってくれます。

### 自分の呼吸と肋骨の動きチェック&深呼吸

①肺のあたりに右手を当て、普通の呼吸と肋骨の形を確認する。



②肋骨を持ち上げるイメージで、左手を振り上げる。手はできるだけ遠くに。



③息を吸いながら腕を真上まで上げ、肋骨が持ち上がるのを確認する。動きがはっきりわかれば、深く呼吸ができていく証だ。



④肋骨が持ち上がった状態をキープし、息を吐きながら腕を後ろに回しておく。



★左右をかえ、両腕を回し終わったら深呼吸を。大きく吸うことは意外と難しいので、しっかり吐き切ることを意識してみてください。自然に大きく吸うことができますよ。

取材協力/エステ・整体サロン MIU (東広島市)

## 「ん」がつく食べ物

今年の冬至は12月22日。冬至ではお供え物を飾る(盛る)「運盛り」という風習もあるそうです。お供えするのは「運」がつく=「ん」がつく7種の食べ物。なんきん、れんこん、にんじん、ぎんなん、きんかん、かんてん、うどんなのだそうです。こんぶ、こんにやく、みかんなどもありますし、さて「あんまん」は? 「ん」が2つもついているのでより運がつきそうなお気がします。

カメラ



## きゃぷす便利 定期購読について 無料定期購読のご案内

～全国1万事業所でご愛読いただいております♡～

**申込方法** 「きゃぷす便利定期購読希望」と明記の上、以下5項目を記載し FAX またはメールにて申込みください。

①事業所名 ②担当者名 ③郵便番号・ご住所 ④TEL・FAX ⑤ご希望枚数(10枚まででお願い致します)

☞ 読者 Voice ☞

- ★スタッフと内容について話合ったり、ヘルパー研修でも活用しています
- ★内容がおもしろく、参考にさせて頂いています。書籍の紹介もうれしいです

Fax:0120-47-1704

E-mail:caps-shop@tanishi.co.jp