

通って・訪問して・泊まれる24時間365日 生活丸ごと支援

星が丘ホーム 通信



- 発行: 2024. 12. 10 NPO「福祉ネット星が丘」
- 連絡先: 神戸市垂水区星が丘 3 丁目 2-23 電話・FAX 078-708-3244
- e-mail: hosi3223@circus.ocn.ne.jp
- URL: https://peraichi.com/landing_pages/view/hoshigaokahome

地域で開催中の「介護する覚悟！介護される覚悟！」

星が丘ホームの理念は「助け合い」の精神です。一人で悩まないで、24時間365日いつでも、ご相談を受け付けていますからね。ご遠慮なくお申し付けください。

設立来（1999年12月）色んな相談を、お受けしてきました。そこで感じたことは、介護保険が施行されて随分と経過しているにもかかわらず、いざとなると、どこから何をどうしていいかわからず、立ち往生状態で、制度の使い方が分らない点。

次に、同居家族や兄弟・親族等との関係性が薄くなり、地域とのつながり、交友関係も年齢と共に希薄になるのは否めません。自分自身が「どのように生き抜きたいのか！」を、周りの人々が知る由もない状態なのです。声高に言うべきことでもなく、プライベートなことに、深くかかわる社会状況でもありません。

講演の中での皆様の感想から

- もしもの時にどんな治療や最期を迎えたいか、思い（意思）をしっかり伝えておく（記録に残す。）
- より良い終活・より良い介護を知るために、制度の活用を知っておく。
- 相続等のチェックシート（エンディングノートの略式）や終末確認書の資料を頂き、説明を聞いてイメージが広がってきた。
- 家族の看取りを体験された方々の話を聞くにつけ、親族間の介護観の違いによる、深刻な仲たがいの事実には驚愕。できるだけ「記録に残しておくこと」の大切さ。
- 介護される側にならないために、貯金でなく（貯筋）！生活に運動が必要！
- エンディングノートを一人ボッチで、暗闇で記入でなく、同世代の方々と楽しく・明るく、近況を互いに話しながら、記入する機会を作りましょう。

◎資料代としてお一人—300円

◎3人以上集まればお話に伺います。

※エンディングノートは区役所にありましたね。おひとり様1部だけですが。

※介護保険制度の冊子は、区役所にありますよ。常備しておくといいでしょう。

今月のエッセンシャルオイル活用術

星が丘ホームではスタッフが自身の健康理念(ウェルネスピラミッド)に基づいた体調管理利用者さまの体調管理のツールに自然の植物の力を取り入れています。癒しや香りだけを楽しむだけでなく理念である「食は命」にも注目をした時健康をフォーカスして作られたエッセンシャルオイルを使用しています。

今月は『森の音』のご紹介

気軽に森に出かけることが叶わない現代人のために、いつでもどこでも森林浴体験ができるブレンドオイルです。森林浴がもたらすメリットに着目し科学に裏打ちされた化学組成を兼ね備え針葉樹を中心に柑橘などを含んだ深みのある香りが広がり、一瞬にして深い森の奥に連れ出す「森の扉(戸)」が開きます。

- ☆一日を通してディフューズし、自然を身近に感じて健やかな毎日を
- ☆仕事や家事の合間にボトルを開けて香りを吸い込み、気分をリセット
- ☆不安や焦りを落ち着け、負の感情を手放すお守り代わりに
- ☆おやすみ前にコットンなどで枕元に香らせ、癒やりに満ちた幸せな休息を

より詳しい使い方は書籍「アロマで介護」

をご参考になさってください

★星が丘ホームではアロマ介護士が常に常駐しています

(気になる香りや効能、セラピー体験随時受付中)

詳細はホームに問い合わせてください。)

☆フェミニンアロマについて

※紙パンツの弊害を軽減するため

9種類の精油をブレンドしたフェミニンアロマを使用しています。

興味のある方はどうぞご連絡くださいませ。

☆好評中です☆

誰でもできる『アロマクラフト』講座予約受付中です。(講座費 1500円)

『介護アロマ、CBD研究会(お食事込み)』

毎月第3土曜日 18:30~参加費 1000円

場所 星が丘コミュニティサロン3階(星陵高校前。どなたさまもお気軽にご参加ください)



☆ シェアハウス開設のための
寄付のお願い



阪神・淡路大震災から30年目を迎えました。先日産経新聞から取材を受けましたが、これからの課題は、無縁社会→無援社会へと一気に進み、生活弱者が取り残せられていきます。若年の単身世代でさえも、孤独死の不安を抱えています。危険をはらんでいます。社会との接点がどんどん切り離されてきています。私たちはより切実な介護支援を痛感し、多くの皆様方の支援により星が丘ホームを24時間365日運営し、25年目を経過しました。必要なサービスを制度のあるなしにかかわらず、この間実践を積み上げてきました。たび重なる介護保険法の改正により、安心して暮らせる土台が、崩されてきています。「互いに助け合いながら地域で生き抜く！」を目指し、さらに工夫を重ね、障がいの有無や、多世代の、多国籍の、単身も家族ありも含めての互いに補完しあう

是非とも、物件の提供及び、ご寄付の重ね重ねのお願いをいたします。

振込口座 ゆうちょ銀行 14390-96626161

11月11日~11月15日 トライやるウィークありがとうございました

垂水中学校
歌敷山中学校の
皆さんありがとう！



ご利用者さんと一緒に塗った
クリスマスの塗り絵は
素敵な12月の壁面になりました



5日間のトライやるウィーク
無事に終了いたしました。
それぞれのお得意を活かした活動は
ご利用者の心を弾ませたのは
言うまでもありません
そしてご利用者様人生聞き取りレポート、
今までの歩まれてきた時代
教科書でしか知りえないはずの歴史を実際に
歩まれてこられたお話を目の当たりにし
最終日、発表の時には涙ぐんで
発表された生徒様もいました。
この5日間が少しでもこれから先の未来への
糧になれば幸いです。



「星が丘ホームと八重ママ」
YouTubeにて日々の過ごしを
お届けしております。