

だんだん便り

発行：一般社団法人だんだん会

責任者：宮崎和加子

第 99 号 2026 年 1 月 10 日



どんど焼き

小正月の伝統行事です。お焚き上げの炎が天に向かって舞い上がります。繭玉を焼く人たちの笑顔が炎に揺らいでました。

写楽・八ヶ岳 鈴木(小淵沢町)

今回より、表紙を飾ってくださるのは。
『写楽・八ヶ岳』の皆さんです。

グループホームわいわい白州（摩利支天）

ユニットリーダー
立花 明子

日々、出かけて、食事に行って…

入居者のみなさんの安心と安全を第一に考え職員同士が信頼しあえるチーム作りを大切にしていきたいと思います。

リーダーとして現場を良く見渡し柔軟な対応と丁寧なコミュニケーションを心がけながらより良い支援に繋がっていきます。

これらのことは
常日頃思っておりますが
課題は沢山あります。

グループホームとは？
本来の姿を見失っているのではないのでしょうか？

その方の「〇〇したい!!」の声に耳を傾ける。
コロナ過のご支援はこれでいいのだろうか…。
重度化してきている入居者の皆さんの声に耳を傾けているのだろうか？
「介護」ではない、「生きること支援」の実現をいつも心がけているだろうか
日々自問自答をしています。

入居者のみなさんと出かけて
好きなものを肌で感じ選んだり 触れたり…。

今年は入居者のみなさんと出掛けて買い物や食事に行きたい!!
スタッフみんなと頑張ります！



グループホームわいわい白州（尾白）

ユニットリーダー
海野 恵美

新年明けましておめでとうございます。

私はわいわい白州が設立した時にお世話になり、早いもので九年間が過ぎました。設立時には宮崎前理事長よりこの施設の運営に当たり心構えの指導を受け、そのお言葉を念頭に入居者の皆さんと過ごしてきました。その間には本当に色々な出来事がありましたが、一緒に支援をしているスタッフの皆さんと力を合わせここまでやって来ました。現在はリーダーを拝命し仕事に取り組んでいますが、最初に受けた宮崎さんの考え方に沿って入居者の皆さんがお家で過ごされるような雰囲気や生活を第一に考え日々支援を行っています。

私事ではありますが昨年末に次男の結婚という大イベントがあり自分も年を重ねて来て、体調管理には気を付け特に食事と睡眠と一番の楽しみの少しのお酒で頑張っております。これからもご家族の皆さんに、わいわい白州に入居してとても良かったと思っていただけますよう全力で支援をさせていただきます。

入居者の皆さんから一言



来年もここで
お世話になって
いたい

早寝早起き
する



ハイハイハイ



元気に走ります



健康であれば
良い



ず〜と穏やか
でいたい



ここでず〜と
元気に暮らし
たい



元気で頑張る



病気をしない
ように暮らす



わがままハウス山吹(支援付き共生すまい)

入居者もスタッフも元気が一番！！

リーダー
大柴由記子

Q 「わがままハウス」良いところは、どういうところだと思いますか

リーダーとして感じることは、目指すことが「人と人をつなぐ役割」ということかな。入居者の皆さん同士のお話をどうつないでいくか。それぞれ違った価値観・生活習慣のみなさんの気持ちをどうつないでいくか。スタッフとしては、とても難しいのですが、『つながりを大事にする』ご支援・生活は素敵だと思います。

また入居者さんがいつもおっしゃるのが、「ここにいて安心よ」ということ。朝昼晩の 3 食を手作りのおいしい食事もいただけるし、体調が悪い時でもすぐに対応してもらえるので安心で何の心配もないと。不安なく過ごしていただけるのが何よりうれしいです。

Q スタッフは働きやすいですか

それぞれ違うとは思いますが、私が把握している内容では、こういう声が多いです。「ここは、自分の生き方の勉強になる」「人として、人間として自分自身が成長できる場」「ありがとうという言葉の本当に意味のようなことがわかった」「70 歳を超えているんだけど、働けなくなるまでここでずっと働きたい」など。私も生き方の本当に勉強になります。

Q 課題は何ですか

「わがままハウス山吹」なので、入居者の皆さんがそれぞれ違った要望・自己主張があるのですが、それをまとめ上げていくのがなかなか大変です。「ほっこりミーティング」で話し合って決めてはいくのですが、日々の生活の中でよく意見がぶつかったりします。

また、元気で入居された方も、それぞれ年齢を重ね、歳相応の忘れることもあって…。

Q お看取りについては…

人生の最期までここで過ごしたいという入居者さんが多いのですが、それをかなえていく覚悟はできているスタッフもいますが、不安をもっているスタッフもいます。勉強会を積み重ね、スタッフミーティングで確認しながら取り組んでいきたいと考えています。

Q 今年の課題は

実は、職員の約 70% が 70 歳代なのです。なのでスタッフ自身、健康管理をしてお互いに励まし合って皆さんの支援を行っていきたいと思っています。



「リハ特化半日デイルンるん」

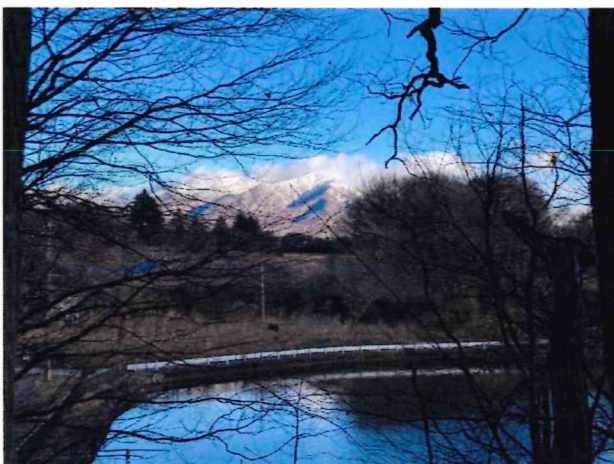
変化し続ける一年にする！

管理者 坂本 稔

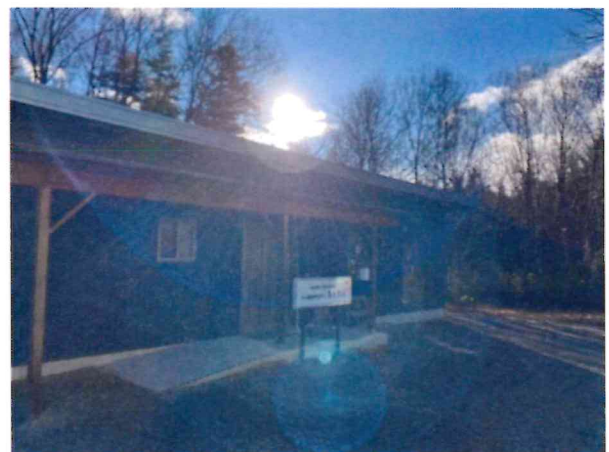
新年あけましておめでとうございます。おかげさまで私達るんるんも事業が開始してから今年で 5 年が経とうとしています。自身の望む生活を健康に続けられるお手伝いができるようにと始まった事業ですが、微力ながらその期待に応えられるようなサービスを提供できつつあるのではないかと感じています。これもひとえに一生懸命に目標に向かって努力されている利用者の皆様と日々考えながら職務にあたってくださいるスタッフの頑張りがあったからこそです。心から感謝と御礼を申し上げます。

さて、新年の抱負ですが『変化し続ける一年にする！』です。

少し話は変わりますが、ここ最近「成長するとはどういうことだろう？」と考える機会が多くありました。一昨年生まれた次男は一日ごとに出来ることが増え個性も主張も豊かになってきており、まさに日々是成長と実感します。また私が指導させていただいている躰道の生徒たちも稽古や大会を通じて、技術面もさることながら、その心が強くなっていく瞬間を感じるが多々あります。では我々の成長とはなんのでしょうか？それは失敗を恐れずに変化していくことだと思います。昨今私たちを取り巻く環境は目まぐるしく変化し、新しいトレンドや常識も短期間で変わっていきます。今まで通りに過ごしているとあっという間に世間から取り残されてしまうことなのでしょう。知らないことを目の当たりにした時、どうしても今までの知恵や経験を頼りにしてしまいがちですが、意識的に新しい考えも取り入れ、それらを混ぜ合わせるという変化こそが成長ではないかと考えます。るんるんもこの 5 年の中で様々な経験をしながらサービス内容や業務方法、ビジョンなどを確立することが出来ました。ただ現状がベストと思わず、常に試行錯誤をしながら『変化』し続けることで 10 年後、20 年後も利用者様や地域のニーズに応えられる事業が継続できると信じています。それでは今年も一年よろしくお願いいたします。



事務所から見える雪をかぶった南アルプス



後光がさしている事務所

定期巡回サービスてくてく 24

持続可能な『てくてく 24』に！！

管理者 石澤真佐子

新年あけましておめでとうございます。

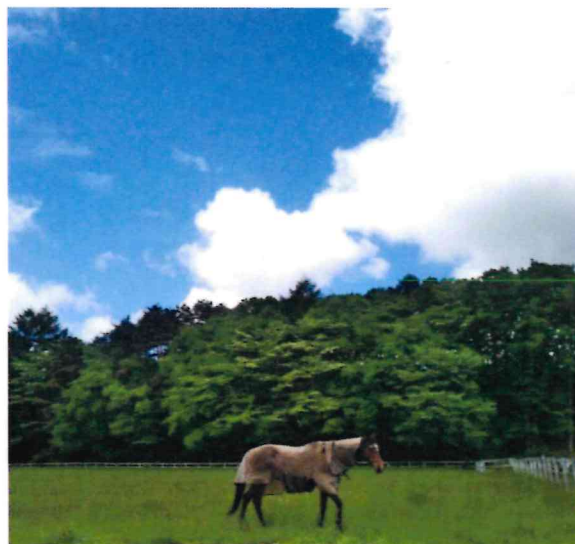
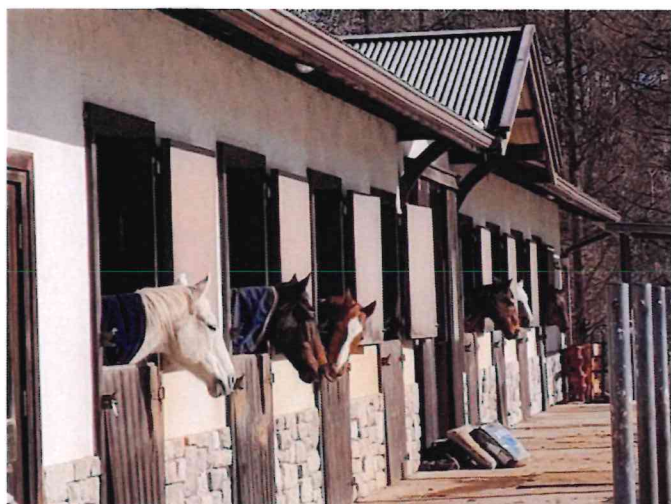
昨年10月に2代目管理者を引き受けている石澤です。遅ればせながらご挨拶させて頂き、「てくてく」開設以来8年間大車輪の働きで「てくてく」を引っ張って下さった前管理者(西室徳子さん)のことを少し語らせてください。西室さんはとても奥ゆかしい方なので恥ずかしがるかもしれませんが、せっかくの機会なのでお許しくださいね。

利用者さんの中にも「てくてく」の支援を通じて西室さんの人柄や働きに触れ、励まされ勇気をもらった方も多いかと思います。「てくてく」のスタッフ自身も日々、西室さんの後ろ姿に励まされてきました。(いつも忙しいし、車の運転スピードも速いから、本当に後ろ姿です)それでも個々がしんどい時は後ろから背中を押してくれた西室さんです。てくてくの仕事は決して楽ではなく、勤務も長時間化してきついことはありますが西室さんに守られて仕事をしているうちに、「てくてく」の支援内容にすっかり心を奪われてしまうのです。

「てくてく」の支援は在宅支援のKEYだ！訪問で支援することは「点」の支援だと言われますが、その「点」が「線」に。そして「面」にもなり得ると思うのです。スタッフは皆「てくてく」の支援に誇りを持っており、「てくてく」が大好きです。私はこの「てくてく」を持続可能な形で繋げていきたいと思っています。

スタッフ一人一人が持続可能な「てくてく」のために、それぞれがちょっとずつ得意なことを頑張るという形でメンバーシップを発揮していけたらいいなあと思います。

利用者さん、ケアマネさん。今までのようにスムーズにはいかない場面もあるかもしれませんが、スタッフ一同持続可能な「てくてく」を目指して頑張ります。支援には全力で向かいます。応援よろしくお願いします。



今年は『馬・午』年！！

地域看護センターあんあん

心の拠り所に！

管理者 田中春菜

2026 年新たな年を迎えました。あんあんも 10 年目を迎えます。

先輩方から委ねられてきたバトンを引き継ぎ、昨年 1 年はあんあんの変革の年となったと感じています。経験豊富な職員の入職もあり、利用者様への支援方法や関わり方などに一人ひとりが自分の考えを持ち、チーム全体で考え高めることができています。

『自分らしく生ききる人生』の応援団として最高の支援をする」を事業所目標とし、日々の訪問をさせていただいています。

昨年も有難いことにたくさんのご縁をいただき、そしてお別れも経験しました。利用者様、そしてご家族様から「あんあんさんが来てくれると安心。来てくれてよかった。」と言っていただけの心の拠り所になりたいと日々努力してまいりました。また、そのような言葉をかけていただけることが日々の働きの励みとなっています。

様々な疾患を抱えての在宅生活には不便もあり、利用者様はそれぞれ不安も抱えておられます。寄り添い、手を当て、心を寄せて。少しでも心穏やかに、住み慣れた在宅で過ごせる時間が増えることを願っています。

地域看護センターあんあんを、本年もよろしくお願いいたします



新年にあたり、一言、ごあいさつ



新年あけましておめでとうございます。午(うま)年のお正月、みなさんいかがお過ごしでしょうか。

新年の冒頭、恐縮ですが、昨年7月からだんだん会を承継し協働しているシミックホールディングスの創業者である中村和男 CEO が、12月5日に急逝しました。シミックは医薬製造関連のサービスやヘルスケア事業を多岐に渡り営んでおり、その代表の急逝でさまざまな動きがありますが、こと、だんだん会については、これまで通りで変更はありません。引き続き、両者が協力して地域に密着したサービスを行ってまいりますので、今年もよろしくお願いいたします。

さてだんだん会は、今年創設から10年を迎えることになりました。今年もこれまで以上に質の高いサービスを提供していきたいと思いますが、「質の高いサービス」といった場合、その「質」とはどんなことを指すのか。だんだん会、そして会で働くメンバーがいつも念頭においているのは、「介護するのではなく支援する。つまり利用者がもっている力を最大限引き出す支援をする」ということです。

このことを考えるとき、私の脳裏には、いつもひとつの出来事が浮かびます。それは31年前に起きた阪神大震災の直後。神戸市を中心にたくさんの避難所が、学校の体育館や公共施設などにできていったわけですが、その避難所の運営をどうするかということに関してでした。避難所ですからたくさんの住民が寝泊まりしている。何時に消灯するのか、配給される非常食や水はどう配分するのか、ごみはどうするのか、トイレの使い方はどうするのか。生活にまつわるたくさんのことに一定の「ルール」をつくらなければ、避難所の運営はうまくいきません。

そこでルールの作り方には、大きく2つの種類がありました。ひとつは、市役所などの公共機関の職員が避難所に行き、「こういうルールでやってください」とルールを決めていったケース。もうひとつは、避難している住民が集まって自ら「こういうルールにしよう」とルールを決めたケース。運営がうまくいったのは、後者、つまり住民自らがルールを定めた避難所でした。



理事長 和泉 聡

これは「人が決めたルールは守られないけど、自ら作ったルールは守られる」という、とても大事な人間社会の原理原則を端的に示したものでした。

だんだん会が運営する施設のひとつに「シェアハウス山吹」があります。介護度の高くない、自立して生活できる利用者11人が、寄り添いスタッフの支援のもと仲間と過ごしているのですが、ここでの生活のルールは利用者が開く「ほっこりミーティング」で決めています。先日も新しい入居者が「猫を飼いたい」といったとき、ミーティングが開かれ、活発な議論のあと、「猫が苦手な人もいます。だからその人の部屋から猫を出さないということで、飼うのを認める」というルールにしました。この話を聞いたとき私は阪神大震災の避難所のこと、そして「人が決めたルールは守られない。自分たちが作ったルールは守られる」ということを真っ先に思い出しました。「住民自治というのはこういうことを言うのだ」と得心しました。この「ほっこりミーティング」の発想とそれをコーディネートするスタッフの存在は、だんだん会が提供する「質の高いサービス」を示す格好の具体例と言えるのです。