



かいほう た い と る
 ~会報タイトルが「てくてくのいろいろ」になりました~

発行：LLC てくてく 定価：100円
はつこう えるえるしー ていか えん
とうきよう と なかの くぬまぶくろ う き み ま ん し ょ ん
 〒165-0025 東京都中野区沼袋 2-39-11 宇佐見マンション506
でんわ ふあつくす いー めーる てくてくですいち まつくとつとこむ
 電話・FAX：03-33388-9063 e-mail：tekutekudesu1@mac.com
ゆーあーるえる
 URL：https://llctekuteku.com

みずほ銀行沼袋支店 普通：2092376 郵便振替：00150-7-446593 てくてく

えるえるしー りばていりあびりてい かんばにー
 LLC (liberty liability company) てくてくは、
ちいき ひと く じつげん しえん
 地域での、その人らしい暮らしの実現を支援しています。

もくじ

○ 重度訪問介護利用者より	りようしゃ ささき すむ	佐々木 奨	ページ	2頁
○ 重度訪問介護利用者家族より	りようしゃかぞく ささき ようこ	佐々木 陽子	ページ	4頁
○ 会報読者より	かいほうどくしゃ たなか さちこ	田中 幸子	ページ	5頁
○ アトリエすむち	あとリエ すたっふ	スタッフより		
・ 村島 朋恵	むらしま ともえ		ページ	6頁
・ 阿部 恵美子	あべ えみこ		ページ	9頁
・ 並木 裕史	なみき ゆうじ		ページ	12頁
○ 謝辞	しゃじ		ページ	13頁
○ サービス提供責任者より	さーび すていきようせきにんしゃ とおだ たかし	遠田 崇	ページ	14頁
○ ご挨拶・編集後記	あいさつ へんしゅうこうき		ページ	15頁
○ 一緒に働きませんか?	いっしょ はたら		ページ	16頁

やまのてせん けいひんとうほくせん
山手線、京浜東北線、

とうかいどうせん
東海道線

よこすかせん とっきゅう
横須賀線、特急、

しんかんせん ものれーる
新幹線、モノレール



ひるも・・・夜も・・・お～～～い！



でんしゃ
電車お～～～い をしてから行く

わんたん屋さん

こうしゅういちば たまち たわーてん
広州市場 田町タワー店には

つうろ めん せき
通路に面した席がある

つうろ せき
通路からそのままの席

つうろ めん せき
通路に面したこの席がいい

せき くるま つか ふたり き
その席に車いすを使って2人来た

こんにちは、どうぞ、ごあいさつ

でんどうくるま つうる い
1人は電動車いすで通路に居たまま

てーぶる つか
テーブルを使う

ひとり くるま お
もう1人は車いすから降りて

いす
椅子にすわるから

いす い
椅子はどけなくていいよ と言って

いす となり つうる くるま お
椅子の隣になるように通路に車いすを置いて ゆっくり座り直した

ぼく
僕とおなじ

てーぶる いす ふたり ちゅうもん はじ
テーブルも椅子もそのまま、2人は注文を始めた

な かん さげ の
慣れた感じでお酒を飲んだ

つか おも せき ふたり つく せき
使いやすいと思ったこの席は、2人が作ってきた席なんだ

かよ つく
ずっと通って作ってきたんだ

わかった。だからつかいやすかったんだ

ありがとう



ぴーぶるふあーすと ならたいかい
ピープルファースト奈良大会にいつ
てきました。

げんき
みんな元気でした。

めいしこうかん
ごあいさつ、名刺交換、おはなし、

あくしゅ
握手もできた。

いろいろみてきて

わら かんが 笑っておこって考えて ぼくも声がおおきくなった。

ひとさし指のノクターン チェロもいっしょのコンサート

ひとさし指のノクターン
チェロもいっしょの
コンサート

2024年11月17日(土)
1部13:00開演 / 13:30開演
2部14:45開演(よらうた受皿園の吹奏楽)
心身障害児協会吹奏楽部センター
村んき受皿園ホール

主催：ひとさし指のノクターン
共催：東武アゼリアローゼリーグラブ
ひとさし指のノクターン後援会

今日のプログラム♪

1. トロイメライ (シューマン)
2. サークル紹介
3. 小さな世界 (シェーマン豆蔵)
4. ミッキーマウスマーチ (ジミー・ドット)
5. 鶴の歌 (パブロ・カザルス編曲)
6. 白鳥 (サン＝サーンス)
7. ノクターン第2番変ホ長調 (ショパン作曲/柏原隆男編曲)
8. 見上げごらん夜ひ星を (いずみたく作曲/永六輔作詞)

ピアノ：宇佐美 希和・柳澤 菜香・永杉 理恵
チェロ：北住 唯一(特別出演)
撮影：浅見 駿太・石田 智哉

QRコード
ホームページはこちら

はじめて参加した
きたずみせんせい ちえろ
北住先生のチェロ

いっぱい
じょうず～しまし
た。

さ さ き す む
(佐々木 奨)

じゅうどほうもんかいご りょうしゃかぞく

🏠 重度訪問介護 利用者家族より 🏠

さ さ き よ う こ
佐々木陽子

つき にち びーぶるふあーすとたいかいなら い
10月12,13日にピープルファースト大会奈良に行ってきました。
ころ な か いらい ひさ とおで しんかんせん なんねんぶ の
コロナ禍以来、久しぶりの遠出です。新幹線に何年振りかで乗



りました。

エヌ エス しんかんせん ごうしゃ くるま
N700S 新幹線の11号車は車
いす だいの すぱーす
椅子が6台乗れるスペースがあり
ました。くるまいす と
乗客は通路を楽に通れます。とて
もゆったり乗れます。



こうりゅうかい
にぎやかな交流会

かいかいしき きゅうゆうせい
開会式では旧優生
ほごほうさいばん げんこく
保護法裁判の原告
かたがた ちよくせつ
の方々から直接お
はなし き
話を聞くことがで
きました。閉会式
へいかいしき
では、発言したい
はつげん
人が手を挙げて、
ひと て あ
指名されるとマイク
しめい まいく

はつげん て あ ひと ぜんいん はつげん
にむかって発言します。手を挙げた人ほぼ全員が発言できてい
おも じゅうぶん じかん
たと思います。十分な時間がとれていて、とてもよかったです。
ささき ようこ
(佐々木 陽子)

かいほうどくしゃ

👁️👁️ 会報読者より 👁️👁️

たなか さちこ
田中 幸子

たなか さちこ
こんにちは、田中幸子です。71歳よ。わたしは2022年の秋に、すい
がん しゅじゅつ こうが んざい の あ しゅうかん
ぞうガンの手術をして抗ガン剤を飲んでいたが、合わずに2週間で
ちゅうし いらいひょうじゅんちりょう げんざい がん
中止。以来 標準 治療はせず、現在は、ガンがあばれないでいる
じょうたい ぜんしん げり と とき
状態できています。それでも全身だるいし、ゲリは止まらず、時お
り腰痛がおきて、しんどいです。かいごど がん かい ど
り腰痛がおきて、しんどいです。介ゴ度はガンのせいで、介ご2度
ほうもん へる ばー ほうもん り は びり ほうもん かんご どうかー わたし
で訪問ヘルパー、訪問リハビリ、訪問看護、Dr.がはいって、私の
せいかつ ささき こんかい へる ばー すこ か
生活を支えてくれています。今回はそのヘルパーのことを少し書い
げんざい まいしゅう かい しゃ わーよく しょくじ か もの
てみますね。現在は毎週2回のシャワー浴と食事、買い物などをお

ねが なか わたし りょうり だめ
願っている。その中で「私、料理ダメ

なんです。ガス台も2台同時に使えませ
ん。」というヘルパーがいました。はじ

めのうちは、気を使って、ヘルパーの

かおいる せつ よ
顔をうかがいながら接していたし、良

ひと おも だんだん
い人だと思っていたが、段々つらくなって

きたので、とうとう事務所のサービス 提供 責任者にTEL。料理のき

らいな人は他でがんばってほしいと、訴えて、 変えてもらった。



ちょうりじっしゅう
アトリエすむち調理実習より

わたし せいかく くうき よ ひと かおいる
私の性格は、空気を読んだり、人の顔

をうかがうという、さいあく ぶぶん
最悪の部分があるの

で、そこを 変えていく 必要もあるかもし

れません。

じょうたい
こんな状態になったから、わかった

ことが、たくさんあります。

かいご がわ き つか い
いかに介護される側が気を使い、言いたいことが言えない

でいるということです。

わたし びびり き よわ
私がビビりで気が弱いからということもあるけど、やはり

しょうがい も ひと がまん
障害を持っている人たちは、どこかでガマンをおしつけら

れています。そこらへんを元気な人たちが想像力を働かせ

てつきあってほしいなーが望みです。また元気なうちに、

かんが か よ また さつ
考えていることを書くので読んでくださいね。では、又ね。幸

ちゃんより。2024.9.9 (月) (田中 幸子)



ちょうりじっしゅう
アトリエすむち調理実習より



重度訪問介護スタッフより①



むらしまともえ あとりえ かいごいん
村島朋恵 (アトリエすむち介護員)

わたし ねんなつ あきごろ じつむしゃけんしゅう じゅこう ねん がつまつ
私は2023年夏から秋頃に実務者研修を受講し、2024年1月末の

かいごふくしし こっかしけん じゅけん ごうかく こんかい かに
介護福祉士国家試験を受験し、合格しました。今回はその過程の

たいげんだん ほうこく
体験談をご報告します。

じつむしゃけんしゅう じたく おも りろんめん ないよう かない おこな
まず実務者研修では、自宅で主に理論面の内容の課題を行いつ

つ、9・10月の毎週土曜日に講習会場へ通学して、介護の

まね じめんと いりょうてきけあ じっせんめん こうしゅう う
マネジメントや医療的ケアなどの実践面の講習を受けました。この

つうがく すくーりんぐ) なんですが、内容が主に高齢者施設従事者向けで

あり、なおかつ受講生もほとんど高齢者施設従事者でした。従っ

て、介護職は重度訪問介護の経験しかない私はそもそも前提知識か

らほとんどわからず、さらにグループワークが多かったため、講習

に付いていくことに苦労しました。(私のもの覚えの悪さも一因と

してありますが…) とはいえ普段関わりのないような方々と関わる

ことができ、全く知らない高齢者施設勤務を想像することができ

きょうみぶか あらた かんが こうれいしゃせつ きんむ
興味深かったです。(しかし、改めて考えると高齢者施設の勤務

けいけん ひと まね じめんと るーるぶれい むり
経験がない人がマネジメントのロールプレイをするというのは無理

がありますね…)



じつむしゃけんしゅう すくーりんぐ とく きょうみぶか ないよう さいしゅうび
実務者研修のスクーリングで特に興味深かった内容は、最終日に

おこな きゅうきゅうきゅうめい こうしゅう こうしゅう かいごげんば にちじょう
行った救急救命の講習でした。この講習は介護現場ではなく日常
せいかつ きゅうびょうにん はっせい さい そうてい おこな ないよう
生活において急病人が発生した際を想定して行いました。内容とし

えーいーでーいー しょうほう しょう しゅうい ひと きょうりょくほうほう
ては AED の使用法、使用に於ける周囲の人との協力方法につ
いてであり、他の受講生と繰り返しシュミレーションを行いました

かいごしよく じゅうじ しごと
た。介護職に従事しているからには仕事に於けるのみではなく、
にちじょうせいかつ たしゃ たい ひつよう かいじょ えんじょ おこな
日常生活においても他者に対して必要な介助・援助を行うことがで

じんざい あらた かんが こんご きゅうびょうにん たい
きる人材になりたいと改めて考えました。また、今後も急病人に対
えんかつ たいおう きゅうきゅうきゅうめい ほうほう
して円滑に対応できるように、救急救命の方法についてはどこかで

まなぶ こと が できたら 良い と 考えました。



かいごふくしし こっかしけん まいとしかいじょう こと
介護福祉士国家試験は、毎年会場が異なる

そうなのですが、2024年は早稲田大学でした。

しゅうへん す わたし じたく ひかくてきちかく
てくてく周辺に住んでいる私としては、自宅から比較的近くであっ
うん よ かいじょう こうちよう ざせき すわ もんだい
たため運が良かったです。会場の空調や座席の座りやすさも問題な
すとれす すく じょうたい じゅけん がくせいじだい
く、ストレスが少ない状態で受験できました。学生時代から

「試験」というものは繰り返してきていますが、繰り返すことで慣
れてきていることに気が付きました。またその結果緊張しづらく

しけんかいじょう かんきょう よ あ ひょうか
なったり、試験会場の環境の良し悪しについて評価できるように
なつたことに気が付きました。（学生時代から慣れていれば試験に

たい もっと 容易に 取り組む 事が できたと 思います が…）

かいごふくしし こっかしけん じゅけん じぶんじしん へんか き
介護福祉士国家試験を受験して、自分自身の変化に気がつくことが
できた、というご報告でした。

いじょう わたし じつむしゃけんしゅう かいごふくしし こっかしけん たいけんだん
以上が、私の実務者研修、介護福祉士国家試験の体験談でした。

こんごじゅけん かた さんこう さいわ むらしま ともえ
今後受験される方の参考になれば幸いです。（村島 朋恵）



早稲田大学



じゅうどほうもんかいご す た っ ふ

重度訪問介護スタッフより②

あべえみこ あとリエ かいごいん
阿部恵美子 (アトリエすむち介護員)

はるさき ひ あさ むね いわかん おぼ きんじょ いいん む
春先のとある日、朝から胸の違和感を覚えて近所の医院に向かう。

もんしん しんでん ず しんさつ しんでん ず はけい せん
問診と心電図をとり診察される。心電図の波形がよろしくないと言

せい そのあし けんさ びょういん い だいじ
生。その足で検査ができる病院に行くことになった。大事をとって

きゅうきゅうしゃ む
救急車で向かうことになる。



けんさ きゅうきゅうしゃ
検査？ 救急車？ なになに？？

おも あいだ きゅうきゅうしゃ どうちやく
と思っている間に救急車が到着。

す と れ っ ちゃ - きゅうきゅうしゃない おも よこ じょうたい
ストレッチャーで救急車内をお一、と思いながら横になった状態

みまわ ね じょうたい そうこう あたま
で見回す。寝ている状態で走行しているからか頭がぐるぐるする。

へん くるまよ さ い れ ん おと そと き ちい き きこえた きゅうきゅう
変な車酔い。サイレンの音が外で聞くよりも小さく聞こえた。救急

たいいん おも わか けんしゅう い ひと
隊員が思ったより若くてあら一、となった。研修医という人も

どうじょう きおうれき しょうじょう おな なんど き
同乗。既往歴やら症状やら同じことを何度も聞いてくる。

びょういんとうちやく ご けんさ けっかいじょう
病院に到着後はなんやかんやありながら検査をして結果異常なし。

なんじかん まえ いえ ま はこ
つい何時間か前には家にいたのにあれよあれよという間に運ばれて

けんさ なん おおごと き
検査して、何だか大事になってしまった気がする。

びょういん ところ かんじゃ いりようしゃ
病院という所では患者は医療者のされるがままになってしまうと

かん
感じた。

こちらから言いたいこと、聞き たいことは聞かないと淡々と

すす しごと
進められる。お仕事ですからね。

いりようしゃ あ まえ
医療者にとっては当たり前のこと

でもこちらからしたら当たり前で

はないことがおおすぎると感じた。

いた けんさ しぶ
痛そうな検査だったので渋ったら

ちりょう たんとう せんせい
「治療、てそういうものだから」と担当の先生。

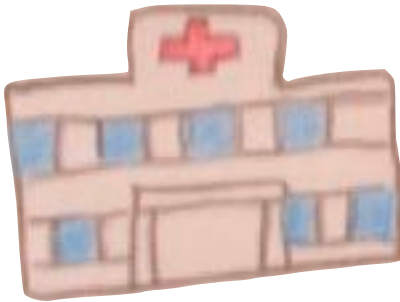
そらそうだけど。あれは名言だわ。

ひ びょういん いっぱく と おこな
その日は病院に一泊することになった。(もともと泊まりがけで行

けんさ あと し あんない にんべや びょういん
う検査だったことを後から知る) 案内されたのは4人部屋、病院

とくゆう くすり にお いがい
特有の薬っぱい匂いは意外としない。

とく ベッド じかん つぶ おごらく
特にすることもなくベッドで時間を潰そうとしたが娯楽がない。



かーてん ひ となり ひと かお うご いがい
カーテンが引かれていて隣の人の顔もわからない。動けるが意外と

こうどうせいげん と いれ びょうしつ おうふく お
行動制限がありトイレと病室の往復で終わってしまった。

しょうとう ごねむけ へん きんちょう ね
消灯 後眠気はあるが変な緊張で寝られない。

どうしつ ひと いびき き となり よなか と いれ こ
同室の人のイビキも気になる。お隣さん夜中にトイレに行こうと

なーす こーる お
ナースコールを押していたけど

ま
「待っていてください」

い と言ったきり来ない。忘れた？

けっきよくと いれ い
結局 トイレに行けず

ね ようす
そのまま寝てしまった様子で

め さ とき き が き
目が覚めた時に着替えていたような気がする。

いんない す た っ ぶ かんじゃ せつ かた ひと のり ひと
院内スタッフの患者さんへの接し方は人それぞれでノリのいい人、

じむてき すず ひと さばさば ひと いろ たいぶ ひと
事務的に進める人、サバサバしている人、色んなタイプの人がい

た。みんなせわしなく忙しそう。

み なーす こーる お まよ
そういうのを見てしまったあとのナースコール、押すまで迷った。

ようじ たの なに き つか お
用事を頼みたいけど何か気を使って押しにくかったなあ。

よくじつたいいんてつづ す ぶ じきたく なん つか そと で
翌日退院手続きを済ませて無事帰宅。何だかどっと疲れた。外に出

とき かいほうかん わらい
た時の開放感（笑）

にゅういんせいかつ がまん せいげん あ まえ かんきょう かん
入院 生活、て我慢や制限が当たり前の環境なんだなと感じた。

いちにち
一日でこりこり。

う はじ きちよう けいけん
生まれて初めてのことでただ貴重な経験になった。

あべ えみこ
（阿部 恵美子）


アトリエすむちと代理 受領 費


かんりしゃ なみきゆうじ
 管理者 並木裕史

しょうがいふくしきさーびすりようしゃかいごきゅうふひせいぎゅうしはら
 まず、障害福祉サービス利用者の介護給付費の請求・支払いについて、

りようしゃさーびすつかじぎょうしょひようぜんがくしはら
 利用者がサービスを使うために事業所へ費用をいったん全額支払い、

りようしゃじちたいかいごきゅうふひせいぎゅううとしょうかんばら
 利用者にて自治体へ介護給付費を請求して受け取るという、償還払い

ほうしき
 方式というものがあります。

だいいりじゅりようひ いじょうしょうかんばらほうしきりようしゃじしんじちたい
代理 受領 費とは？：以上の償還払い方式は、利用者自身にて自治体へ

せいぎゅうふたんさーびすていきょうじぎょうしょ
 の請求をしなければならないという負担から、サービス提供する事業所

りようしゃだいいりじちたいかいごきゅうふひせいぎゅううとみと
 が利用者の代理で自治体へ介護給付費を請求して受け取ることが認めら

れており、これを**法定代理 受領 費**（以下、**代理 受領 費**）といいます。

あとりえあとりえほうもんぜんごかならじむしょ
 アトリエすむちとして：アトリエすむちは、訪問前後に必ず事務所に

よかくにんさぎょうひびほうもんぎょうむあんしんあんぜん
 寄って「確認作業」をします。また日々の訪問業務の安心や安全、また

きけんふあんかいごいんどうしたしあはなじかんき
 は危険や不安を介護員同士で確かめ合う「話しあえる時間」「聴く

じかんつきせいりなどじっせんかじがいしゅつなどたいけん
 時間」「月の整理まとめ」等を実践しています。家事や外出等の体験や

けんしゅうもううえりようしゃじゅうどほうもんかいごていきょう
 研修を設けることもあります。その上で利用者に重度訪問介護を提供し

ながら、毎月、中野区に**代理 受領 費**の請求をして、支払われた**代理**

じゅりようひすたっふきゅうりょういただようほうもんぎょうむ
受領 費からスタッフもお給料を頂いています。この様にして、訪問業務

だけでなく、アトリエすむち自体が利用者の代理で受領した介護給付費

で成り立っています。アトリエすむちは、利用者が利用者自身の生活を

送るために、代理受領費をどう活かせるか？を、常日頃考えていま

す。(並木 裕史)



♡ 謝辞

2023年12月1日から2024年11月30日 順不同 敬称 略

まつもと きょうこ 松本京子 こいけ のりこ 小池教子 なかむら しげこ 中村成子 いのうえ みちこ 井上美知子 たなか さちこ 田中幸子

ふじた まり 藤田真理 かただ あきえ 片田明江 かの うあんばい 加納塩梅 やまもと あつこ 山本敦子 やまもと さよこ 山本小夜子

ときだ えみ 常田恵美 おおた ちえみ 太田智枝美 ふかだ りゅういち 深田 竜一 いちかわ あや 市川彩 えんどう いさこ 遠藤功子

たこの木クラブ ポタジエの会 新宿 ライフケアセンター

日本自立生活センター 就学 時健診を考える府中市民の会

すばる福祉会 すばる舎 クリエイティブハウス「パンジー」

パーソナルサポートひらかた ぽぽんがぽん 共に結

ヒビノクラシ 瀬上・下田会計税理士法人 下田政廣

リーガルキュレート総合法律事務所 藤田武俊

カンパ、寄付、相談、機関紙の送付、感想などの様々な

ご支援、お手伝いをありがとうございました。

来年も、どうぞよろしく願いいたします。

にんいだんたいさぼーと すてーしょん ころ かぞ
任意団体サポート・ステーション“てくてく”の頃から数えると
ねんめ す
27年目を過ごしています。

いつも応援ありがとうございます。

さんぼ はじ
散歩がしたい！から始めました。

さんぼ
どうしたら散歩ができるかを
み き かんが
いまでも観て、聴いて、考えています。

す な ちいき く
住み慣れた地域での暮らし
たの はたら かんが
しみながら働きたいと考えています。

これからも、どうぞよろしくお願ひします。



あとリエすむち サービス提供責任者 とおだたかし
遠田 崇

編集 後記

この場で恐縮ですが令和6年度よりアトリエすむち管理者を務めさせて頂いております、並木です。会報タイトルを少し新しくしました。発行ペースは遅くなりましたが、てくてく、アトリエすむちは、新しい形で3歩進んで2歩下がりながらも少しずつ前へ進んでいく実感があります。お話したいことは尽きません。久しぶりに



アトリエすむちは求人も始めます。一番後ろのページに掲載します。寒い季節になります。あたたかくしてお過ごしください。またよろしくお願ひします。

並木裕史

えるえるしー

LLC てくてくは、

東京都指定 障害 福祉サービス事業者です。

アトリエすむちは、

LLC てくてくの居宅介護・重度訪問介護事業所です。

重度訪問介護を利用されている方の

代理 受領 費で運営されています。



いっしょ はたら
一緒に働きませんか？

あと り え

アトリエすむち

じゅうどほうもんかいごいん やきん
重度訪問介護員・夜勤あり
ねんれい しかく けいけん と だんせい
(年齢、資格、経験問わずの男性の方)

しよくじだいです ひとりく
おでかけ・お食事大好きな一人暮らしの
だいだんせい こみゆにけーしょん せいかつぜんぱん
40代男性の、コミュニケーションと生活全般を
てつた
お手伝いします。

しかくしゅとくひ ぜんがくふたん
資格取得費全額負担
しんじんけんしゅう
新人研修あり

きゅうよ てど
給与(手取り)

せいしゃいん やく まん まんえん
正社員：約22万～30万円
とうろくしゃいん じきゅう えん
登録社員：時給1350円～
かくしゅてあてあ
(+各種手当有り)

ぶんしょう つか ぶぶん しごと きょうみ も
文章だけではなかなか伝えづらい部分もあるお仕事です。興味を持た
れた方は、まずは、お話ししてみませんか？お互いの、楽しいこと、
たいへん いろいろ はなし ねが
大変なこと、色々お話ししましょう。よろしくお願ひします。

ぜひ、メール・SNSにてお問い合わせください！

tekutekudesu1@mac.com

しょうかい だいかんげい
紹介も大歓迎です。



ホームページ <https://llctekuteku.com>

ぶろぐ

<https://blog.goo.ne.jp/tekutekudesu>



えっくす きゅうついったー
X (旧 Twitter) <https://twitter.com/llctekuteku>