



ニューズレター あすか

2011
9月号

通算 222号

2011年9月1日

平成23年 第11回 医療法人 あすか研修会

テーマ:『職場のマネジメントと
リーダーシップの改善のために』
日 時:平成23年7月10日(日)
9時50分〜17時20分
場 所:西区民文化センター 大会議室

7月10日、恒例のあすか研修会を開催しました。年に一度のすべての事業所から職員が集う研修会です。当日の勤務者を除く122名の職員が参加しました。

プログラム

- ① 全事業所の活動報告
- ② 研修(介護予防や認知症について、
感染予防、倫理・法令遵守等)
- ③ 『いつまでも口からおいしく食事をとるために』の事例発表と演習
- ④ 特別講演『プロの職場の活性化と元気づくりの支援』: 鬼木春夫先生

③については、『いつまでも口からおいしく食事をとるために』はまず、正しい食事姿勢が大切であるということ、2ヶ月前に各事業所で座位の姿勢の研修を改めて行い、当日改善の事例を写真を使って発表し、あすかスーパバイザーがそれについて助言を行いました。その後、摂食・嚥下口腔ケア委員会か

らの事例を元に食事のアセスメントの演習を全員で行いました。

④は職場の「マネジメントとリーダーシップの改善のために」を副題としてお話をいただきました。潜在能力は強力なもので、多くの人は能力の95%は持ち腐れとなっている。チームワークと自己改革でいろんなことができる。と、文字通り元気づくりの支援をいただきました。



(株)賃金システム総合研究所
代表取締役・鬼木春夫先生

念ずれば花開く
切に思えば遠くをなり
成功の扉を開こう。
その鍵は、あなた自身が持っている。

この研修会を通じて次の課題や目標も見えてきました。これからも一人ひとりが主役になって、きめ細かく足元を固めて常に伸びていくことができる職場を目指して頑張りたいと思います。

教育委員会 委員長 三原千春

“ニューズレターあすか”は当法人のホームページ上でも
見ることができます

<http://www.asuka-net.or.jp>

発行元: 医療法人あすか

(編集: 浜本 正美・新谷 祐子)

住所: 〒731-0103

広島市安佐南区緑井2丁目12-25

TEL:082-879-3143

FAX:082-879-3190

【目次】

【ページ】

- 1. 平成23年 第11回 あすか研修会 1
- 2. 音楽の贈り物 第7回 2
- 3. 摂食・嚥下 口腔ケア委員会 第7回
- 4. あすか事業所だより 3
- 5. 夢プロジェクト 4
- 6. 園芸療法 5
- 7. アートの世界
- 8. おもしろきかな我が人生
~藤田幸江様 6
- 9. 若竹句会 7月作品抄 7
- 10. 頭の体操
- 11. あすかスタッフに迫る! 8

音楽の贈り物

あすか音楽療法の現場から

第七回

あすかオリジナル曲あれこれ

音楽療法士 杉丸七重

あすかにはオリジナルの曲がいくつもあります。

私があすかで音楽療法の実践をさせていただきはじめて頃、音楽療法の偉大な先駆者であり、指導者の、ポール・ノードフの講義録を読んでいました。すると、講義の最後に、即興で、(或いは作曲して)「Thank you and good-bye」(サンキュー アンド グッドバイ)を歌う、と記され楽譜が載っています。

とても優しい、愛情に満ちたフレーズにすっかり共感してしまいました。「あすかでもこんな“感謝の歌”を歌いたいなあ。」

そこで作曲したのが、現在、毎回セッションの最後に歌っていただいている「さようなら、ありがとう」の歌です。皆様との出会いに感謝したい気持ちを感じてと詰め込んだ曲です。音楽療法に参加されている方はすっかり覚えてくださいましたね。

しゅりあちよーくには、さらにオリジナルの曲があります。以前しゅりあに参加されていた方がしゅりあちよーくの自然豊かな素敵な環境や人とのふれあいを素晴らしい詩にしておられます。これに曲をつけさせ

ていただいたのが、「しゅりあちよーくの歌」です。しゅりあの皆様には時々歌っていただいていますね。

また、音楽療法のプログラムのひとつとして、「あすか体操」(其の壱) (〜其の式〜もできる予定)をつくりました。この忍者の出できそうな題名の曲の作詞と体操指導は、少し前まであすかでトレーナーをしておられた森本和子先生が担当して下さいました。民謡風の音階(音楽用語ではペンタトニックといいます)を用いたちよつとオモシロイ音楽&体操です。

一体どんな曲?と思われた方は、一度音楽療法の部屋に遊びにいらしてください。

そして、「私もあすかの歌を作りた方、私の作曲でよろしければ、歌詞をお寄せ下さい！」



摂食・嚥下 口腔ケア委員会 第七回

「お口のハリヒリ体操」その4 お口のトレーニング編②

【口の体操】

お口の体操の中でもっとも効果が期待できる体操です。

①「イー」(口角引き) 5秒

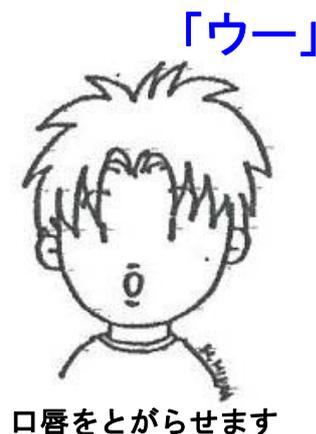
「イー」と言いながら歯を噛み合わせた状態で唇を横に引き、10秒間以上持続してみましよう。口角を最大限横に引いて、できるだけ口角が上に上がるようにします。



口角を引きます

②「ウー」(口唇突出) 5秒

口唇を前方に尖らせるように「ウー」と言います。口唇をひよつとこのように突き出して10秒間持続してみましよう。



口唇をとがらせます

「イー」と口角をひき、そして「ウー」ととがらせることで、口唇の筋肉トレーニングとなりバランスよく口を閉じることの訓練になります。脳血管障害などで口が左右非対称の場合は、鏡を見ながらまっすぐに口を開け、閉じるときも唇がなるべく水平になるようにしましょう。

《効果》

口角引き、口唇突出は口の周りの筋肉のしっかり動かし出すので口唇閉鎖の強化につながります。口角の動きは複雑で食べ物を噛むときには、口角が円を描くように動きます。飲み込むときに口唇がしっかり閉じると嚥下が容易になります。

神楽鑑賞「紅葉狩」

シヨートみどり

6/26



シヨートステイみどりいでは、神楽ファンの方が多く、日頃より神楽の話題で盛り上がります。「子供の頃、神楽を見るのが楽しみで、わくわくしていたね」「今年も見たいね」などの会話が飛び交います。今年も綾西神楽団に来ていただきました。演目『紅葉狩』は、平維茂の武勇伝の一つ、戸隠山の鬼退治の話。

可憐な舞いと、それを引き出す太鼓や笛の音に利用者様が喜ばれている表情が、とても印象的でした。「今日は、ええものをみせてもらった」「舞いもよかったです。太鼓や笛の音も良く、舞台にいるような気がした」と大変喜ばれていました。演目終了後には、衣装を試着させていただきました。



▲「初めて着たよ〜♪」

野の花・シヨートいわや 父の日コンサート

野の花・シヨートいわや

6/18



梅雨の中、野の花・シヨートいわやでは、ヴァリオスミュージックのユキコ様をゲストに招き、一日早い父の日コンサートを開きました。

珍しい楽器アンデスや三味線、ピアノの演奏を演奏者と利用者様も一緒になって楽しみました。利用者様がタンバリンや鈴、ウッドブロックや鳴子などの楽器を持ち、リズムに合わせ合奏しました。ただ聞くだけではなく、一緒に演奏する喜びで、皆様笑顔満開でした。手を振り踊られる方もおられ、それぞれの感じ方で音楽を感じ、楽しみました。この日のために音楽療法士の藤本さんが練習した『さくら』『荒城の月』を三味線で演奏すると、皆様が歌を口ずさまれ、そしていつの間にか大合唱となっていました。

た。あらためて音楽の持つ力を実感したコンサートでした。素敵な演奏をしてくださったユキコ様、貴重なお時間をありがとうございました。



▲ 珍しい楽器の音色に聞き惚れています

魚釣りゲーム

シヨートいわや

6/15



▲ なかなか思うようには釣れませんね

シヨートいわやでは、しつかり身体を動かせるレクリエーションで、楽しく過ごしていただきたいと『魚釣りゲーム』を企画しました。海をイメージしたブルーシートの上にタイヤやヒラメ、ブリがいます。イカやタコもいます。そしてやつぱり、マグロですよね。ひととき大きなマグロが目を引きまます。超重量級のマグロは思うようにはかかりません。そしてブルーシートの海が動いて大きな波がやってきては、釣り人の邪魔をします。それでも釣り竿を動かしたり、糸を近くに投げたり、釣り上げようと悪戦苦闘…やつとの思いで釣り上げることができました。「あー楽しかったよ」と、楽しく普段より身体を動かされていました。これからも楽しめるレクリエーションを企画していきますね。



夢をかなえるプロジェクト



★ 利用者さまの夢をかなえるお手伝いをいたします! ★

* つどいの家 *

『娘の演奏会に行ってきたよ』

〜仁田様の夢〜



「再び母が生音楽に触れることが出来て嬉しい」とおっしゃり、お二人にとってかけがえのない素晴らしいひとときとなりました。

仁田様ご一家は大の音楽ファン。昔は、ピアノを習っていた娘様の発表会や娘様と一緒にコンサートに行かれ、音楽は身近なものになっていたそうです。娘様は十数年前からフルートを習っており、その演奏会が7月16日にあると聞きつけたスタッフが「娘様のフルートのコンサートがある」と聞いたのですが一緒に行きませんか?とお誘いしました。



「すごく短い文じやったんよ」とおっしゃっていましたが、お友達は「こんな事ができるようになったんよ? 私も頑張らんと」と、とても驚かれたそうです。



* しゅりあちよ〜く・野ばら *

『パソコンを使えるようになりたい』

〜木吉様の夢〜



「家ではみんなパソコンを使いよるんよ。」
「パソコンで手紙を書いて友達に送りたい。」
「パソコンを使えるようになりたい...。」
昨年12月頃から木吉様がパソコンのお話をなさることが度々ありました。そして木吉様の夢をかなえるため、今年1月から週に一度、パソコン

教室を開くことにしました。パソコン初心者の方木吉様。ゼロからの出発でした。でも、何事にも熱心に取り組み、努力を惜しまない木吉様は、一つひとつの操作を着実に身に付けていかれました。そして遂にパソコンで作成したお手紙をお友達にお送りになったのです!

「もつと長い文章が打てるようになりたいんよ。」
「パソコンで絵が描けるんじやね。私にもできるかね。」
今、木吉様は次の目標の、マウスを使用してのペインティングや文字の練習に励まれています。



vegetable flower vegetable flower vegetable flower vegetable flower vegetable flower



◀ 梅雨に伸びてしまった苗を暑い中、長時間丁寧に切り戻していただきました。



▲ 帝王貝細工の花をドライフラワー用に収穫です。「お供えの花にいいね～」と人気です。



◀ 待ちにまったジャガイモの収穫です！日当たりのいい所のイモは直径10cmもあり、皆さん大歓声でした。そしてそのイモの目方当てクイズをして値が近かった方にプレゼントさせていただきました。その後、ティータイムにじゃがバターにいただきました。甘くて美味しかったですね。



◀ この時期限定のアジサイの押し花をされました。皆さんとても集中され「真ん中の小さな丸いところが花ですよ」お伝えすると、とてもびっくりされていました。



▲ とてもいい笑顔です！

園芸療法

vegetable flower vegetable flower vegetable flower vegetable flower

「心が動けば体も動く」をテーマに

園芸療法士

西野

清子

梅雨が明け、連日のうだるような暑さにも、利用者様は毎日お元気です！
今月も大忙しです！



絵画グループの個展

アートの世界

しゅりあちよーく
井上 雅子様
「手が震えて描き辛いけど、描きたい気持ち捨てきれなくて……どこまで描けるか挑戦したいと思っています。」と井上様。
風景、花、人物、動物、静物……。何にでもチャレンジされる井上様。完成された作品は、どれもキラリとセンスの光るものばかりです。



まやるちよーく
松田 幸枝様
「個展をしてもらった時はうれしくて、よく絵を見に行っていましたよ。」と優しい笑顔の松田様。



松田様の描かれる花の作品は、瑞々しく鮮やかな色と女性らしい線が特徴です。ゆっくりじっくり制作されます。



まやるちよーく
ふじた
藤田

ゆきえ
幸江さん



おもしろきかな我が人生



大正14年2月5日(86歳)

**「元気の秘訣は、
とっこととっこと
歩くこと！」**

- ・ お住まい…安佐南区古市
- ・ 好きな食べ物…スイカ・バナナ
- ・ 趣味…歌を歌うこと

子供の頃・・・

子供の頃は体が弱くてね、小学校も休みがちだったんよ。授業もとびとびじゃったけー、算数や国語も覚えられなかったよ。走るのもビリじゃったし、鬼ごっこやかくれんぼも難しいでしよー、皆の輪の中に入られなかったよ。10歳のときには腸チフスになってね、町には眼科医しかおらんで、「ここでは診られん」と言われたんよ。でも亀山の奥にお寺があつてね、そこで願かけたら薬を飲まんでも治ったんよ。不思議よね。

中学時代の思い出・・・

中学は祇園の女学校に行ったよ。可部から通ったけえ遠かったけど、先生もやさしかったし、友達もたくさんきて、みんな本当にええ子ばかりでね、楽しかったよ。

修学旅行で一週間くらいかけて汽車で青森まで行ったんよ。もう詳しくは覚えとらんけど、動物園や日光東照宮、奈良の大仏、大阪、宝塚といういろいろ行つたよ。日光東照宮では、夏目漱石が忘れて行つたという傘があつてね、皆でキャッキヤ言つて喜んでたよ。おかしじやろ(笑)。今思えば、「戦地の兵隊さんのことを思え」とお弁当にも白米を持って行つてはいけな時代によ。よう旅行ができたと思うよ。

結婚・・・

女学校を卒業してから結婚するまで

は、家が百姓じゃったけーね、家の手伝いをしながら裁縫を習いに行きよつたよ。

21歳の時に世話をしてくれる人がいて、お見合い結婚をしたよ。主人は下ばかり向いて全くこつちを見んかったけー、私は顔がわからんまま嫁に行つたんよ。結婚して初めて見たらね、顔に大きな傷があるじゃない！びっくりしたよ。戦地で受けた傷だったらしいよ、痛かったじやろね。主人は兵隊さんじゃったし、男兄弟の長男だったけえね、亭主関白で厳しい人だったよ。金物屋をしようたんじゃけど、お客さんがきたら、私をよう怒鳴るんよ。威厳を保ちたかつたんじゃろね。私は何も悪いことしとらんし、お客さんも私が怒られよつたら気を使うでしよう、「なんで怒るんね！」と言つてくれよつたよ。でもね、二人のときはやさしいところもあつたよ。

大変な！・・・

実家にお米を貰いに出かけた時にね、主人は息子を乗せて、私は娘を乗せて自転車で走つとつたんよ。ちょうど太田川の橋を渡るうとしたら、後ろから車が来てね、振り向いた瞬間、バランスを崩して川に落ちたんよ。橋の上から10メートルも下の川に落ちたけえ、主人も私が落ちた時、もう駄目か...と思つたそうよ。お昼時で、たまたまバスが通つてね、車掌さんと、乗つていたお客さんの一人が自衛隊の人で、助

現在・・・

まやるちよーくに来てから楽しくて、痛いところがあつても治つた気がするよ。腰は痛くてやれん時もあるけどね(笑)。歌を歌うのも好きじゃけ、音楽ではよく歌いよるよ。しゃべる人もたくさんおるけえいいよね、いろんな人がおつてよ。馴染みの人もたくさんいて楽しく過ごしてよるよ。



大阪城にて

明るくて、ほんわかした藤田さん。些細な話も藤田さんとお話すると笑いが生まれます。これからも藤田さんらしく元気でいてください！また色々なお話を聞かせてください。

まやるちよーく 福田真由美

若竹句会七月作品抄 信廣高陽 選 (平成二十三年)

蛍かご さあできたぞよ 団扇持ち 常広 信枝

〔寸評〕麦わらで作った蛍かご、ちよつとしたブームのようです。作者の自慢顔が「できたぞよ」と中七に如実にあらわれています。

父の日や 一人残りて 五十回忌 中谷 明子

〔寸評〕六人兄妹のうち「一人残りて」との説明がありました。作者は九十四歳とのこと。身内の方に囲まれてのしめやかな法要の様子が手にとるようです。

父の日に お酒供えて 仏壇に 河野 一枝

〔寸評〕大変お酒好きのお父様とお見受けしました。(お流れ頂戴)もいいですね。

庭の隅 そつと顔出す 苔の花 原田ツヤノ

〔寸評〕季語は「苔の花」。苔は花は咲かないが、苔の褥(しとね)から淡い紫や白の胞子を入れる器が見えると、花と呼びたくなる。夏、地面一面に広がった緑色の小世界は美しく静寂な感じがします。「そつと顔出す」がこの句のいのちです。

空は晴れ 窓越しに見る 青葉かな 綿谷カツエ

〔寸評〕原句、上五の「五月晴」は、五月をサツキと読む場合は陰暦の呼称で、季節は梅雨の最中になり、五月晴は梅雨の晴れ間を指すのが本義。原句の五月晴、青葉はいずれも夏の季語で「季語重なり」となるので、一句一季語とするため「空は晴れ」にしてみました。

しばらくは 足をとられつ 田植かな 後藤 義高

〔寸評〕馴れるまでは慎重に足をとられながらの田植風景をうたった一句です。原句の「苗植える」を「田植かな」とすれば「水田で」は省略できますね。

まだ梅雨か そぼ降る雨に 問いかける 吉岡千恵子

〔寸評〕そぼふる雨はしとやかに降る雨をいいます。長引く梅雨に嫌気がさして、まだ梅雨かと雨に問いかけるといふ擬人法がよくきいている佳句です。

ほうたる来い 孫に見せし 此の光 西 富枝

〔寸評〕「ほう、ほう。ほうたる来い」のほうたるも蛍の季語です。幼心をくすぐるような、やさしい季語ですね。おばあちゃんと一緒に見た蛍が大きくなった時の宝物となることでしょう。

〔選者 吟〕

初夏や 朝一番の 血圧計

信廣 高陽

ちよつとブレイク

頭の体操

* 国語 *

難読漢字クイズ

植物編

～ 何と読むかわかりますか? ～

- ① 紫陽花 ()
- ② 無花果 ()
- ③ 女郎花 ()
- ④ 杜若 ()
- ⑤ 胡桃 ()
- ⑥ 山茶花 ()
- ⑦ 仙人掌 ()
- ⑧ 向日葵 ()

答えは、8ページの編集後記にあります!

あすかスタッフに迫る!

つどいの家
介護職員
伊藤 春奈



Q 入社のも動機は何ですか。

A おばあちゃんが好きでよくおばあちゃんの家遊びに行っていました。もしおばあちゃんたちに介護が必要となった時、私ができる事はサポートしたいという思いがありました。また大学で福祉の勉強をしてきたので、それを生かせる仕事がしたいと思い、あすかに就職しました。

Q 小規模多機能事業所ってどんな事業所なのですか。

A 居宅要支援の方が、可能な限り、自宅で自立した生活を継続して送ることができるように、『通い』『宿泊』『訪問』を組み合わせてサービスが受けられる事業所です。少人数の登録制ですので、馴染みの利用者様と職員で和やかな雰囲気となるよう心がけています。また、ランチや買い物に出かけたり、四季折々の地域行事に参加したりして、心豊かな生活ができるよう支援しています。

Q 休日はどのように過ごされていますか。

A 仲の良い友達と休みを合わせて車でよく旅行に行っています。最近、福岡にショッピングに行ったり、長崎のハウステンボスやグラバー園などにも行ったりしました。

☆スタッフの声☆

物を作るのが上手な伊藤さん。利用者様と一緒に折り紙などで作った飾りが「つどいの家」を華やかにしています。また、伊藤さんと一緒にいると、ほんわかとした自然な気持ちになります。利用者様だけでなく、職員も一緒に癒されています☆ つどいの癒し担当なのです☆☆

インタビューアー つどいの家 井上 知香

3S Specialist (専門家)

職員は、医療、看護、介護の専門家 (Specialist) としての誇りを持ち、実力を高めていくよう努力を続けます。

Sympathy (共感)

職員は、患者様と利用者様の人生全体を支えるためにその思いを共感し (Sympathy) 必要サービスを継続的に提供します。

Safety (安全)

職員は、患者様と利用者様の健康と安全 (Safety) に対して細心の注意を払います。

～医療法人あすかの理念～

当法人は ISO9001 の認証施設です



【編集後記】

今月号から『頭の体操』のクイズシリーズが始まりました。7ページの答えは、①あじさい ②いちじく ③おみなえし ④かきつばた ⑤くるみ ⑥さざんか ⑦さぼてん ⑧ひまわりでした。皆様は何問読めましたか? 今後は、いろんな種類のクイズを出題していく予定ですので、楽しみにしてくださいね。

昆沙門クリニック
ショートステイ いわや
デイサービスセンター 野の花

あすか療養センター 緑井3丁目40-30

昆沙門台東1丁目24-16
デイサービスセンター しゅりあちよーく
デイサービスセンター 野ばら

高橋内科小児科医院
デイサービスセンター まやるちよーく
通所リハビリテーション すてっぷ
ショートステイ みどりい
小規模多機能型居宅介護事業所 つどいの家

緑井2丁目12-25

あすか病児保育室
あすか居宅介護支援事業所
082-830-5177
緑井3丁目20-1-103

医療法人あすかの医療・介護関連施設