



# ニュースレター あすか

2009  
5月号

通算194号

2009年5月1日



## 平成21年度 医療法人あすか 入社式

副院長 高橋 真弓



日時・・・平成21年4月2日  
場所・・・本通 アンデルセン

医療法人あすか恒例の入社식을4月2日、本通のアンデルセンで行ないました。今年は、新卒のフレッシュユマン10名、中途採用者6名をお迎えしての入社式でした。

理事長の、WBCでの日本チームを例に例えてのチームワークの大切さ、積極的に自分の人生を切り開いていく力をつけていってほしいという熱い期待の歓迎挨拶がありました。

新入職員代表の荒時伸治さんからは、医療法人あすかで社会人としてスタートしていくことの喜び、仕事に対する情熱の力強いメッセージがあり、とても心強く思いました。引き続き、永年勤続者と安全運転者の表彰を行いました。近年の医療、介護の厳しい環境の中、私どもの職場で、多くの永年勤続者をお祝い出来たことはとても嬉しいことでした。

あすか療養センター センター長の大北先生の乾杯で歓迎会が始まりました。今年にはシヨートステイみどりいとデイサービスまやるちよーくがアトラクシヨ

“ニュースレターあすか”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)

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. 医療法人あすか入社式 続き……………2
2. くもん学習療法はじめます
3. しゅりあちよーくりハビリルムだよりNo.2……………3
4. あすか事業所だより……………4
5. あすか事業所だより……………5
6. おもしろきかな我が人生  
～粟根 年雄さん～……………6
7. 若竹句会 3月作品抄……………7
8. あすかスタッフに迫る！……………8

ン担当でした。歓迎への心を込めたゲームとコンサートに職員同士の心がひとつになっていくのを感じました。フルート阿川さん、ピアノの藤本さんは昨年度の新人職員です。音楽科を専攻した阿川さんはショートステイみどりいで寝たきりのおとしよりのベッドサイドに向き、やさしい言葉とフルートの生演奏を届けています。藤本さんはショートステイいわやで音楽療法のリーダーとして活躍しています。

今年も素晴らしいフレッシュマンをお迎えして嬉しい春を迎えることが出来たことをとても幸せに思います。

先日、昔の書類を整理していたら、一枚の紙切れが出てきました。なんと16年前、初めての介護事業所「まやるちよーく」をスタートさせたときに私が書いたものでした。たった数人の職員に宛てた16年前の私の思いや願いです。改めて読み直してみると、今の私の思いとまったく同じなのでびっくりしました。この16年間、この思いをどれだけ職員に伝えることが出来たのか、改めて自分の無力さを痛感させられました。閉会の辞で16年前の私のメッセージを紹介させていただきます。

## デイケアまやるちよーくでの

### 介護について 当院の方針

平成5年11月

まやるちよーくは通院される方にとって、快適で暖かい場所でありたいと考えています。そのためにはここに働くスタッフの一人一人の資質が問われる仕事です。

この仕事が好き、人と共感できるということが必要になります。

また日々新しい事に遭遇し解決していかねばならないので、常に学習も必要です。

最近が高齢者問題に対する社会の関心も高く新聞や、テレビでもいろいろな報道がなされています。手短かに沢山の学習の機会があります。どうぞ利用して下さい。そうする事により仕事の質は高くなります。

患者さんにとってスタッフの対応一つ一つで人生を大きく左右されます。お互い一人の人間として尊敬と思いやりの心で対応しましょう。

常によりいいものを目指して、またスタッフにとっても自分の感性を高め、人生を豊かにする職場でありたいと思っています。

コミュニケーションの技術について一応マニュアル的な資料をお渡ししますがどんな技術も心が通っていなくては役に立ちません。そして何より大切なのは自信と誠意をもって対応する事だと思っています。

またこの仕事は一人一人の熱意と同時に、チームプレーです。お互いの理解、協力が不可欠です。

最後に医療機関に働くものとしては常識の事なのですが、患者さんの個人的な事を決して外に洩らさない事（これは法律で定められています。医療機関はプライバシー的な情報を得なければいけない事も多いから、そこで働く人は高い判断能力が要求されます。）

参考図書一覧 5冊ここにあげたものは専門書ではなく読みやすい本です。読む人の心に響くものがあります。交代で読みまわしてください。仕事上思い当たることや、こうしたらいいなと思う

こと、新しい発見などいろいろ感じると思いますが。感想なども書いていただけると有難いです。出来れば今年中に5冊読んでください。

- 1、街角のホスピスを目指して
- 2、老年学教科アメリカ1年生
- 3、ぼけのち願わくば晴れ
- 4、たまゆらの老人の性を考える
- 5、約束の季節



あすかライブラリー



こりゃ～ 気持ちがあえわ～

～トレーナー・ノート～ 健康運動実践指導者 高柿 美恵

しゅりあちょーくのリハビリルームでは、皆様がトレーニングマシンを上手に使いこなして、自発的に「運動してみよう」という気持ち呼び起こし、「運動は楽しい」と実感していただくことをまず、第一歩としています。楽しみながら好きになる。その結果運動機能が向上し、又介護予防にもつながっていきます。

一人でトレーニングマシンを黙々と動かすことも有効なりハビリ効果がありますが、今回は一枚のタオルを利用して自分で足指運動をする『タオルギャザー』というリハビリ法についてご報告致します。

タオルギャザーと言うのは、椅子とタオルがあれば、安全でいつでもどこでもできます。

ご承知のとおり、足は体を支える重要な部位です。それが高齢になると足の関節にいろいろな症状が出てまいります。

そこで、足をケア(養生する)することが重要になります。足をケアすることは、立ち上がり

がうまくいかなかった方が、うまく立ち上がれるようになったり、重心移動がスムーズになって歩行が安定して転倒予防ができたりします。

その足のケアの一つとして足指運動が有効と提唱されていますが、足指運動は地味で面白くも何ともしないから長続きがしません。

そこで、私たちは足指運動が習慣化されるにはどうすればいいか考え、そこで取り入れたのがフットケア(足マッサージ、足ほぐし)というトレーニング法です。

それは、私たちの声かけで、足指から足裏のツボを手の指でほぐし、体をリラックスさせ、さらに、ふくらはぎのリンパマッサージに進み、マッサージが終わったら、みんなで賑やかにタオルギャザーで仕上げとなります。

皆様がフットケアを通じて心地よさを体感され、それが習慣となって「こりゃ～気持ちがあえわ～」の感想をいただいた時、私たちもなんだかとても嬉しくなりました。



▲ 足裏のツボ押し

初めは痛かったけど、  
今では気持ちあえわ～



▲ 青竹踏み



◀ 仕上げのタオルギャザー

春の小川	愛の賛歌
朧月夜	琵琶湖周航の歌
森の水車	さくら横丁
学生時代	ドレミの歌
ホリエンツアライ	さよならのうた
何日君再来	他アンコール

毎年恒例の「おもいでコンサート」。音楽講師・杉丸先生、高垣慶子様（広島文化短大非常勤講師）、抹香美紀様（コーラス・ミュージカル指導者）によるコンサートです。

今回は「春」を感じる歌をメインに10曲を爽やかに、しっとり披露して下さいました。「学生時代」では女子高生になりきった男性職員に周囲からは「かわいい」「気持ちわるい・・・」など様々な反応。春を体一杯感じたひと時でした。

「春を感じよう」

おもいでコンサート

まやるちよーく  
かるやんちよーく

3/23

▶ 牛と女子高生??



抹香 美紀様 高垣 慶子様 杉丸先生

◀ 春風に花がゆらゆら



ひなまつり

こいの家

3/3



手作りひな人形

ひな祭りに向けて、手作りのひな人形を作りました。端切れを何枚も重ねて着物にし、髪の毛は毛糸を貼り付け、最後にご利用者様お一人おひとりに、少しずつハサミで髪の毛を切って揃えて頂きました。とてもかわいらしいひな人形が出来ました。

当日は、午後のおやつ作りで、つどい特製、オリジナル桜餅を作りました。餅米と白米を一緒に炊いて、食紅でピンク色に着色をし、中にあんこを入れ、桜の葉をまいて出来上がりです。「おいしいね。もう一つ食べたい」と、皆様おいしく召し上がられました。



「おいしく出来ました」



ひな人形作り

しゅりあちよーく

野ばら

3/18

唄と踊りの  
つどい

しゅりあちよーく・野ばら  
で、毎年恒例になっている「唄  
と踊りの集い」。今年も脇坂先  
生・正木先生率いる、中村民舞  
サークルの方々が来られ、楽し  
いひと時を過ごしました。

詩吟・民謡に参加されている  
ご利用者様が「会津磐梯山」「広  
島木やり音頭」など唄い、日ご  
ろの練習の成果を発揮しまし  
た。また、ご利用者様の語りに  
あわせ正木先生・民舞サークル  
による「新、金色夜叉」の芝居  
のはじまりはじまり。涙あり笑  
いあり感動ありの迫真の演技・  
語りで「よっ！日本一！」との  
声が…。

最後は、会場一体となって踊  
り盛り上がった「きよしのズン  
ドコ節」。ご利用者様から「アン  
コール」「来年もありますか？」  
との嬉しい声もいただきました。



久しぶりに踊ると  
気持ちいいわねえ



本物の役者  
さんみたい



美女？の隣でドキドキっ

利用者の皆様とても良い笑顔で、舞  
台にもあまり出られた事のない方も、  
舞台できれいな歌声を披露され、笑顔  
満点の会となりました。  
他のユニットの方達と交流し、会話が  
弾む場面も見られ、楽しそうに過ごさ  
れておられました。  
帰りも皆様終わるのを惜しみ、終  
わってから「良かったあ〜」「や」楽し  
かったあ〜」と言つ声が飛び交い、今日  
一日の楽しみを再び顔馴染みのご利用  
者様とともに回想されておられました。

シヨートいわや

唄と踊りの  
つどい

3/18

シヨートみどりい

桃の節句

3/3

2月の中頃から、お雛様・お内裏様の衣  
装をご利用者様に着て頂き写真を撮りま  
した。

当日は、ご利用者様と一緒に甘酒を作  
り、春の歌を歌ったり、音楽に合わせて踊  
りを披露していただいたりと、楽しく過  
ごしました。

ひな祭りの由来を話していると、「私の  
時のひなまつりは・・・」と昔を思い出しな  
がら話して下さる表情はいきいきとされ  
ていました。

おやつには、甘酒とひなあられをおい  
しくいただきました。





「書道は77歳から  
俳句は90歳から  
人生は何事も勉強じゃ」

お住まい...安佐南区緑井

趣味...歴史の本を読むこと

お好きなこと...書道

### 子供の頃

私はね、尾道市久保町で5人兄弟の4番目、次男として生まれたんよ。子供の頃は、自分で作った木のソリで、崖をすべりおりに遊びよったね。平地では箱車を、自分よりこまいもんに引っぱらせて遊びよったよ。大将まではいかんでも中将ぐらいだったかな。

久保小学校では、習う事だいたい全部こなしたね。勉強は好きだったからね。皆勤賞を6年間ももらったことは嬉しかったな。それも、兄弟みんなもらって親は喜んでな。半紙をひとくくりにしたものが賞品じゃって、自分の間、半紙を買うことはなかったね。

小学校4年から6年までを受け持ってもらった、吉岡隆一先生の歴史の話が面白くてね。夢中になったよ。歴史のスクラップブックは何十冊にもなってるな。ほいで、今でもずーっと歴史好き。忘れられない恩師だな。

### 学校を卒業して

尾道商業学校を卒業して、昭和9年に大阪の野村銀行に就職してね。銀行の山岳会に入って、六甲山のすみからすみまで登ったよ。仕事の昼休みには、ビルの8階まで登ったり降りたりして体を鍛えたもんよ。そんなあ、六甲山頂上の三角点で「吾、汝より高きこと5尺」と、山を征服したかのように言うたら、山から降りる時に、3月21日じゃいうのに雪が降って大荒れになってね。えらい目におつたよ。山の神様のパチが当たった。思つて、それ以来「征服」ゆう言葉は使わなくなったね。

### 戦時中に結婚

昭和12年になつたら、支那事変で招集されて、山東半島の青島に出征してな。やっと日

広島野砲兵第五聯隊第一中隊へ心召のとき撮影した初年兵(2等兵)の写真



昭和12年8月

本に帰ってきて、27歳の時(昭和18年)に7歳下の妻と結婚したんだけど。次年には第二次世界大戦で、また招集されて、広島島の独立高射砲隊に編入になったんよ。妻は何度も面会に来てくれたけど、照れ屋だから、早く帰れと素っ気なく言つてね。本当は嬉しかったんだけど、なかなか思つて口に出せなかつたな。

戦争も激しくなつて、岩国の燃料廠の警備にあつたとき、敵が海から攻めてくるかと思つたら山から攻めてきてね。舞い上がった砂が、大砲につまんで撃てんかった。その時、機銃掃射をやられて、多くの仲間を亡くして...

終戦をむかえたら、毛布一枚もらつて復員してな。妻は貧乏の中、四人の子育てをようやってくれたと感謝してるよ。でも、もつと楽をさせてやれたらなあ」と思つこともあつたね。今は一人で助け合いながら暮らせるのを、幸せだなと思つております。

### 今の生活、一生勉強

おとしの六月から、ケアマネに聞いて、しゅりあちょーくに来ることになつ

たんよ。ここには、大好きな書道や俳句があつて、来てよかつたなあと思つてるよ。書道は77歳から初めてね。字には心があらわれるから、奥が深いなあ思つよ。よく書けたものは、子供らに一枚ずつ送つてな。『不動明王』を書いたときは、本尊にされとるお寺にさしあげて、喜ばれたよ。今もたくさんの人に見てもらつてるよ。

俳句は90歳から初めてな。四季の移り変わりを感ぜられる日本だから、俳句が生まれた思つ。昔の人が考えてきた言葉は趣がある。俳句を作るには、どんな景色もなんとなく見るんじやなくて、句にならんかな「いつ目で見るのが大切よ。これからも楽しんで作ろう思つよ。」

孫たちの成長も楽しみじゃね。「わからんことは、じいちゃんに聞け」いうて育てられたけえ、何でも聞いてくるよ。漢字の「己・己・己」は間違えやすいけど、漢字の読みの覚え方がある。この覚え方も孫たちに教えて、今じゃあ、すっかり覚えとるよ。頼りにされるのは嬉しいね。

人生は何事も勉強じゃ思つてるよ。勉強になることがないか、ゆつて探すのが私の生き方だな。きつと孫らも受け継いでくれると思つてるよ。

栗根様には、知らなかったことを知る楽しさを教えていただきました。人生、何事も勉強という前向きな姿勢に、私たちもそつでありたいと思つ気持ちはいっぱいです。

奥様と共に二人三脚で歩んでこられた歳月を大切に、これからも楽しく過ごしていただければと思つています。  
しゅりあちょーく 中谷 百合子

# 若竹句会 三月作品抄

## 信廣高陽 選 (平成二十一年)

春浅し 猫の額の 狭庭にも

小西 春良

〔寸評〕「猫の額」は、猫の額が狭いところから土地などが極めて狭いことの形容語。どんな狭い庭にも、すでに春気発動して自然の営みが始まっているという季節循環の恵みをつたった佳句。

春早し 不揃いの種 いつ芽吹く

小西 春良

〔寸評〕不揃いの種に作者は意をとめた模様。みんな揃って芽吹いてくれることを祈っています。

鳥も来て 梅一りんが 友を呼ぶ

常広 信枝

〔寸評〕梅は清楚で気品高く、早春百花にさきがけて咲きます。鳥は「春の鴉」か。これも他の鳥にさきがけて早春から巢を営み始めるそうです。友とは 雌雄一羽か。春の季節の生命力にまで思いを馳せる一句。

川土手に 銀毛なびかせ 猫柳

常広 信枝

〔寸評〕風のないときでもゆれている猫柳。花穂の銀毛から川土手の舞踏会としゃれましたね。一足早い春ですね。

庭の梅 開花のあとに 雨が降る

西 富枝

〔寸評〕待望の梅の花の満開というのに、花見は雨！ 意地悪いお天気投げる一句。

早春の かおりただよう 散歩道

西 富枝

〔寸評〕暗い冬から明るい春に移ったという感じを、散歩道に発見したんですね。淡々と詩情に満ちた一句。

早春や 肌に沁みこむ 寒さかな

大北 政子

〔寸評〕立春後、しばらくの間、もともとよりまだ寒さはきびしく、すべてに冬の気配が漂うなかで、なにやら春めく感じをいだかせる万象の姿。この句、暦の上では春だといふのに、という苦情がまじさを抑えて、寒さかな「断定したところが生きています。

裏山に 鶯泣きて 目覚めけり

大北 政子

〔寸評〕古来、梅に鶯といつて春のさきがけと、暁を覚えず、を地でいくようなのどかな風景と、



「目覚めけり」の現実を取り

雨ごとに 若芽で脹る 春の山

中谷 明子

〔寸評〕若芽の出る頃、静かに降る細い雨は、木の芽を張り、草の芽をのびし、花を咲かせる雨といわれています。華やかな山容を思い描くことのできる佳句。

プランターの 残り春菊 花盛り

中谷 明子

〔寸評〕プランターで春菊の家庭菜園。春先若芽を摘んで、浸しもの、和えもの、鍋物に入れて、その香気と色を楽しむ。四月頃、菊に似た花を開く。この句、十分に「馳走になったうえに、残り春菊」の花を楽しむ風情を上手に掴んでいます。

蛤や どこまでつづく 海の底

河野 一枝

〔寸評〕蛤が春の季語。作者は潮干狩りに夢中になっていたが、ふと気がつくと思渡す限りの干上がった海の底。この海の底はどこまで続くのだろうか。蛤さんなら知っているだろう。でも行ったことないから知らないよ！ なんて言わないかな。案外竜宮城の話を得意になってしてくれるかも。あ、潮が満ち始めた。作者はまだ考えている。危ない、危ない！

蒲公英や どこまで飛ぶの 風の日

河野 一枝

〔寸評〕原句は下五に「蒲公英」の切れ字を置いていますが、できるだけ避けたほうがいいといわれています。修正句は上五にもっていきました。蒲公英に問いかけの形式で親しみも出て、ユニークな佳句です。

芹洗う 水の濁りの すぐ澄みて

粟根 年雄

〔寸評〕芹は泥の中に白い匍枝を伸ばして繁殖する春の七草の一つ。白い匍枝に付いた泥。流れの早い小川。一本ずついねいに分けて洗う白い手。すぐ澄みて「がこの句の生命。

福は内 福豆を撒く 福男

粟根 年雄

〔寸評〕「鬼は外」はどこにもないところが、この句の味わい深いところ。省略を利かせて「福」を祝う作風は大した腕。年齢の功だけではない。



川風の まだ軽からず 猫柳

信廣 高陽

# あすかスタッフに迫る!

すてっぷ  
リハビリトレーナー  
加藤 由紀子さん



## 【私の資格】

- ・看護師
- ・介護予防運動指導者
- ・フットケアセラピスト

### A. 勤続年数は?

Q. 4年半。平成16年10月入社です。しゅりあちよーくのパワリハトレーナー吉村さんの紹介で入社しました。20数年間専業主婦でしたから‘いざ就職’となると、なかなかお尻が上がりませんでした。今では水を得た魚のように楽しく泳いでいます。ご利用者様・スタッフの方々に感謝しています。

### A. すてっぷではどんなお仕事をされていますか?

Q. ご利用者様のリハビリのお手伝いです。リハビリはすぐに思うような結果は出ません。リハビリを頑張りすぎずストレスにならないよう楽しみながらサポートできればと思っています。‘継続は力なり’小さな喜びと一緒に積み重ねて行けたらと思っています。

### A. 趣味は?

Q. まずバレーボール。一週間に2回小学校の体育館で練習しています。そしてパッチワーク。まやるちよーく講師の山口先生の教室に通っています。一針一針刺すキルトが好き。長い時間をかけて作品を仕上げている、この作業がとても好きです。あとはお菓子作り。子供のおやつ程度ですけどよく作ります。



### スタッフの声

頼れる物知りお姉さんといった感じです。小さな事にも気付いてくれ、適切なアドバイスをして下さいます。

インタビュアー 山崎 章子

3S

Specialist (専門家)

## ~ 医療法人あすかの理念 ~

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。

当法人は  
ISO9001 の認証施設です



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。

### 【編集後記】

今年度の入社式をトップで掲載させて頂きました。たくさんの新人職員を迎え嬉しく思います。ニューズレターあすかにも新しい風を吹きこんでくれることを期待しています。「しゅりあちよーく リハビリルーム便り」を先月号に引き続き掲載しています。ご利用者様にリハビリを楽しみながら取り組んで頂きたいという職員の思いが伝わってきます。

毘沙門クリニック  
ショートステイ いわや  
デイサービスセンター 野の花(準備中)

あすか療養センター 緑井3丁目40・30

毘沙門台東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  
デイサービスセンター かるやんちよーく  
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

あすか福祉用具貸与事業所  
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

高齢者の在宅療養を支援します