



ニュースレター あすか

2010
8月号

通算209号

2010年8月1日

伝達研修を行って



生活介護 森元智代

4月22日「元気の素」の下山名月氏の「思いが伝わる介護(助)技術とは？」と題した研修会に参加しました。そこで、自分たちが学んできたことを他の職員へ伝達するための研修会を実施しました。

これまでも研修してきたことは、それぞれの職場で伝えてきましたが、あすかの職員すべてが、特にその知識、技術等が必要な部署の職員がもれなく習得することができるよう、受講の仕組みを作りました。

その手始めの伝達研修会が、

【思いが伝わる介護(助)技術とは？】でした。

介護をするうえで大切なこと

寝たきりをつくらない・閉じこもりにならないこと・座って生活することの重要性・利用者が主体となる介護をする

当たり前のことですが、お一人おひとりの利用者様にあった具体的なケアを実践するには職員全員の意識がとても大切と感じています。

「拘縮は職員の関わりが少ないために起こる。言い換えれば放っておいたから起こったのだ」「今、目の前におられる方の姿は、介護職員が関わってきた結果の表れ」と、忙しさを理由

に、本当に大切なことを見失っているのではないかと反省させられました。

実技研修では基本となる座位姿勢や移乗について学んだ。どこの事業所でも行っている当たり前だと思っていた介助方法が実はやってはいけないこととの指摘もありました。介助の必要な利用者の方が、楽で、安心して介助を受けることができる介助技術を職員全員がマスター出来るよう、他のスーパーバイザーとともに頑張っていきたいと思えます。

研修終了後には、受講者から、「初心に戻れた」「利用者の声を大切にしていきたい」「今の技術を見直すことができた」と嬉しい言葉を聞きました。利用者の声をしっかりと聞き、受け止め、プロとして自己研鑽に努め今後の伝達研修につなげていきたいと思えます。



スーパーバイザーによる実技指導

「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. CSクレド委員会活動報告……………2
2. 「あすか高齢者相談室」より シリーズ1
3. 第55回あすか交流会のお知らせ……………3
4. 小窓の花ことば シリーズ6
5. あすかグルメだより シリーズ5
6. あすか事業所だより……………4
7. あすか事業所だより……………5
8. おもしろきかな我が人生
～三宅 照俊さん……………6
9. 若竹句会 6月作品抄……………7
10. あすかスタッフに迫る!……………8

CSクレド委員会活動報告

CSクレド委員長 今中 峰三子



CSクレド検定試験を行いました

患者、利用者の方々に満足していただくため、そして私たち職員が、職業人としていい仕事をし、人として心豊かな人生を送るための33項目の行動規範「あすかクレド」があります。これを着させるための委員会がCSクレド委員会です。毎日1回は各職場でクレドを唱和をしています。唱和をするだけでは実践にはすぐにはつながりません。それでも、まず職員全員がクレドを覚え、そらで毎日唱和しようということになりました。

たった33項目といっても完全に覚えるのは大変です。そこで試行錯誤の上、「クレド検定試験」を実施しました。1級から3級まであります。1級は、クレドすべてを一言一句、なにも見ないで書けなくてはなりません。それでも1級合格者も出てきました。ほぼすべての職場で全員が3級はクリアしました。

一番、成績が優秀なのが外来の看護職員です。毎日、業務に就く前に唱和をし、突然にだれかが「はいクレドの番を言って」というチェックを入れると緊張感が出てきて覚えるのが早いようです。クレド18番に

18 常にどうしたら出来るかを考えて仕事に取り組み。成功させるためにあらゆる選択肢を考える。

があります。すべての職員が、クレドを実践し、達成感を味あい、誇りと自信を持って仕事に取り組んでいけるよう今後とも委員会の活動を頑張っていきます。みなさまのご意見や感想をお待ちしています。

「あすか高齢者相談室」より

シリーズ ①

介護に関わる質問にお答えします

あすか居宅介護支援事業所
介護支援専門員 河原奈津

質問

「介護保険の保険料がいつものまに年金から引かれているんですが、保険料の額はどやって決められているのでしょうか？」

【答え】

▲保険料の納め方▼

年額18万円以上の年金を受給されている方は、原則として偶数月(年6回)に年金から天引き(特別徴収)になります。

▲保険料の決め方▼

前年度の所得などに応じて9つの所得段階に区分され、個人ごとに決められます。

質問

「介護保険の保険料が安くなる制度はありますか？」

【答え】

特別な事情により保険料の納付が困難になった場合には、減免の制度があります。

保険料の所得段階が第2段階又は第3段階

(参照)になっている方のうち特に収入の少ない人を対象に、保険料を第1段階相当(参照)に減額する制度があります。本人の所得が

第2段階または第3段階であっても減免をつけるには預貯金が350万円以下であること、本人所有の土地に居住している場合は土地の敷地面積が200㎡未満であることなどの制限があります。詳細は区の健康長寿課にお問合せください。

このほか、災害や失業など特別な事情により、納付が困難になった場合にも減免の制度があります。安佐南区では本人の所得が第2段階または第3段階の方の減免制度の利用が年間約70件あるということです。

保険料第2段階：本人の前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計額が80万円以下で世帯全員が市民税非課税の方（保険料の年額が34168円）
保険料第3段階：本人の前年の課税年金収入額と合計所得金額の合計額が80万円超で世帯全員が市民税非課税の方（保険料の年額が42710円）
保険料第1段階の保険料は28473円

「あすか高齢者相談室」では介護に関わる相談をいつでもお受けいたしております。お気軽にご相談ください。

お問い合わせ先

あすか高齢者相談室

082・830・5177

第55回あすか交流会を開催いたします

テーマは 「介護技術のワンポイントアドバイス」

- 介護のテクニックをマスターして、負担を軽くしましょう! -



日時：平成22年7月24日(土) 午後1:00 ~ 3:00

(開場 12:30 開会 午後1:00)

場所：あすかホール

しもつけ



しかし、またしてもアクシデント。腰椎圧迫骨折や肋骨の痛みなどの支障出てきました。だが、Tさんはあきらめません。「床の間の前に正座して、すくっと立ち上がりたい」、これがTさんと一緒に目指した目標です。

なんとという不運、と打ちひしがれているところ、心配したお茶の先生が「弟子をとり教えたら」と勧めてくれました。Tさんは、先生の勧めに素直に応じ、息子のお嫁さんの協力を得ながら、若い人にお茶を教え始めました。Tさんの心は元気を取り戻しました。

小窓の花ことばシリーズ



〜リハビリトレーナーの「問わず語り」〜

しゅりあちよーく

リハビリトレーナー

高柿 美恵

小窓のしつらえは今、しもつけを竹かごに挿しています。

「季節のしつらえはこれよし、掛け軸はこれ、お花はこの花、お茶碗はこれ」とTさんの頭の中のお茶会は奥行きを増して広がります。

柔和な笑顔、丁寧な挨拶、水分補給時の所作、ピンと背筋が伸び、凛として動じない姿からは身体的な苦痛は微塵も感じられません。Tさんは茶道の研鑽を積み、お茶が大好きな人生を歩んでこられました。

親を看取り、子育て完了で、お茶を楽しみに過ごされ、これからだという時、Tさんは脳梗塞で倒れ左半身が麻痺する事態に見舞われました。

なんとという不運、と打ちひしがれているところ、心配したお茶の先生が「弟子をとり教えたら」と勧めてくれました。

Tさんは、先生の勧めに素直に応じ、息子のお嫁さんの協力を得ながら、若い人にお茶を教え始めました。Tさんの心は元気を取り戻しました。

あすかグルメだより

シリーズ5

ショートステイ いわや 迫 哲子

私のお勧めは**卵料理**です。

いくつかある卵料理の中でも一番のおすすめは**かに玉あんかけ**です。見た目も鮮やかで卵の黄色の中に色とりどりの野菜が混ぜ込んであり、目でも楽しむことができます。ふわふわの卵と甘酸っぱいあんが絶妙に合わさって、ご飯のすすむ一品です。

他には**だし巻き卵**や**スクランブル**

エッグなどの卵料理があります。どれも卵がとても柔らかく仕上げられてあってとてもおいしいです。ご利用者様も「柔らかくて食べやすいよ」「味付けが丁度いいね」などと皆様いつも喜ばれています。



6月20日

献立

- ・ご飯
- ・かに玉
- ・あんかけ
- ・しゅつまい
- ・味噌汁
- ・あんまん

ショートみどりい

5月から新しいプログラムとして、縫物・絵画・園芸・足浴等のクラブ活動を始めました。ご利用者様の素敵な作品といきいきとした表情をみるとスタッフも嬉しく、皆さまとの会話も弾みます。
今回は絵画と園芸を紹介します。



絵画



絵画は あじさいの下絵に脱脂綿をガーゼに包み丸めたものに赤・青・緑色の水彩絵の具を含ませ、ポンポンとたたくように色をつけていきました。最初は、敬遠されていた男性も気がつけば夢中になっていました。カメラをむけると「私も撮ってちょうだい」と胸の前に絵を掲げ、満面の笑みを浮かべて記念写真をとりました。

園芸



園芸は 5階の屋上庭園の一部を専用の畑として、ミニトマト・すいか・きゅうりなどの植え付けを行いました。日々の成長と収穫を楽しみにしています。

ショートいわや

父のロイブント

「お父さん ありがとう」

元氣いっぱい女性のパワーに押されて、少し控えめなお父さんたちに日頃の感謝の気持ちを込めて、いわやの4階で、焼きそばを作りました。
焼きそばには、お好みソースをたっぷり入れて・・・
そして、やっぱりビールです。
ノンアルコールビール(飲めない方はサイダー)を冷たくひやして「乾杯」「酔っぱらいそうよ」
お父さん、大満足の日になりました。



かんぱーい

つどいの家

5/14
~ 24

イオンモールへショッピング

つどいの家では、ご利用者様と一緒に、出来るだけ多く地域へ出かけています。年を重ね、身体が少し不自由になっても、今までの暮らしを大切にしていきたいという思いからです。少しのお手伝いをするだけでいいのことはできます。

新しいショッピングセンターが出来たからちよつと行ってみたいということで、1周年を迎えた祇園のイオンモールへウィンドーショッピングに出かけました。「わあ〜！いろんなお店がたくさんあるね」とみなさんニッコリ笑顔。

おしゃれな服やおいしそうな食材・・・「あれもいいねえ！これもいいねえ！」とついつい目移りしてしまいます、みなさんの顔も生き生きと輝いていました。



お店を回った後はおしゃれなカフェで一休み。とても充実した時間を過ごすことができました。次はどこに行きましようか？
いろんな所、いろんなこと一緒に楽しみましょうね。

まやるちよーく

4/26

新緑の歌声

今年も緑井小学校のコーラスグループ「コードルチエ」の方々によるコンサートが行われました。365歩のマーチ 東京プギウギ 北国の春 おぼろ月夜・・・全15曲を楽器演奏、歌、踊り、寸劇を交えて楽しく爽やかに、そして愉快地披露して下さいました。

「逢いたくて逢いたくて」の曲ではコードルチエの方々が男性ご利用者様を囲んで、ささやくように歌われると、「美人に囲まれて照れるよ。」と嬉し恥ずかしそうに照れ笑い・・・周囲のご利用者様もつらやましそうな(?)笑顔に！来年も元気においししましょうと熱い約束が交わされました。



美人に囲まれて照れるな～

しゅりあちよーく

野ばら

6/11

寿恵香 踊りの会

6月11日、待望の「寿恵香(すえか)会」の踊りがやってきました。

豪華で優美な衣装をまとい、しなやかに、色っぽく、そして時には歯切れのよい踊りにみんなクギ付け！豪華でキラキラと輝く衣装を身にまとった女性が艶っぽく踊る姿にはため息が漏れ、旅鳥の衣装で力強く踊る姿には 目を見開きました。

母子の愛を美しく舞われた曲では、最後に背中の曲がった老婆の腰が「シャンツ！」と伸びる笑いどころもありました。最後には、どこからともなく「アンコール！アンコール！」の声・・・

アンコールでは『桜音頭』を利用者さんも一緒になって歌い踊りました。皆さん一緒に、泣き・笑い・感動した最高の1日を過ごすことが出来ました。



- あけがた(あけがた)
- ・明鴉浦里
- くつかけ(くつかけ)
- ・杏掛時次郎
- ・お母さん
- ・人生劇場
- ・文香の渡鳥仁義
- 他、全9曲

まやるちよーく

みやけ
三宅

てるとし
照俊さん



おもしろきかな我が人生



昭和8年7月4日(77歳)

「いろんなことがあったけど、今は習字やリハビリを頑張っています」

- ・お住まい...安佐南区八長東
- ・好きな食べ物...麺類
- ・趣味...花壇の手入れ

蚕に囲まれた日々

岐阜県の東濃地区と言うところに8人兄弟の3番目に生まれました。両親・祖母・兄弟...大家族でした。父親は養蚕(ようさん)指導員として忙しく働いていました。指導員と言うくらいですから、蚕の育て方、繭のとり方なんかをいろんな地区へ行って指導するのが仕事だったようです。父は仕事に対しても家族に対してもとても厳しい人でした。私はわりとおとなしい子供だったからあんまり怒られた事はなかったけど、家にもたくさんのお蚕を飼っていたから母親と祖母はいつも忙しそうにしていました。私も子供の頃、朝早くから、蚕が食べる桑の葉を籠一杯に摘んでいました。3、4歳の頃だったかな、桑の葉を入れる籠は棒の両端に籠がぶら下がった形なんです。その籠に私を入れてくれて、父や母が籠をゆらゆらしながら歩いてくれるんです。もう嬉しくて楽しくて！今でも忘れられません。

勉学に励んだ日々

高校を卒業してから愛知県の大学に進学しました。高校の頃から「いつか自分で商売をしてみたい」と秘かに思っていたから、大学では商業について勉強しました。小さい頃から勉強は嫌いじゃなかったか

ら一生懸命勉強しました。経営・経理・営業...学ぶことはたくさんあったから楽しかったですね。

妻との出会い

卒業後は愛知県の林商会と言う会社に就職して、営業や集金といった外回りの仕事をしていました。忙しくて仕事を覚えるまでは大変だったけど、やりがいがありました。3年後に事務員さんで素敵な礼儀正しい娘さんが入って来て、外回りから帰って来て事務員さんまで集金したお金や書類を渡す訳ですよ。嬉しかったですね。それが妻なんです。すけだね(照れ笑)それから結婚し子供が産まれて幸せでした。一姫二太郎でとてもにぎやかでした。

広島へ

36歳で静岡県に転勤になって3年半過ぎ、39歳で広島県に転勤になりました。広島には支店が無かったから広島支店を立ち上げる為、本場にゼロからのスタートでした。何にも分からない、初めての土地で不安がいっぱいでした。でも社長と一緒にあちこち歩き回って必死に新規開拓していききました。忙しかったけど毎日毎日やりがいを感じていました。

まやるちよーくとの縁

還暦を過ぎた頃から、色々病気をしたり交通事故にも遭ったりして、病院に行くことが本当に増えました。

まやるちよーくに来る前に実は別のデイケアを利用していただけです。家にいることが多くなって習字がしたいなあと思い始めたんです。考えたら小さい頃から習字が好きだったなあって思い出して。どこかに習いに行こうかと考えていたら、ケアマネが習字をやっているデイサービスを探してくれて。それからまやるちよーくとのご縁の始まりです。習字やリハビリ、皆さんに交じって頑張っています。秋にはきれいな花が咲くようしっかり育てたいと思っています。それから今のもう一つの楽しみは孫の習い事の迎いです。妻とJRに乗ってピアノや英語、そろばんの迎えに行くのが楽しみです。

これからも妻と息子夫婦や娘夫婦助け合いながらいきたいと思えます。



いつも、周囲に気を遣って下さる三宅様 優しく丁寧に菊を育てておられます。リハビリ・習字・園芸等これからも一緒に頑張っていけたらと思います。

まやるちよーく 山崎 章子

若竹句会六月作品抄

信廣高陽 選 (平成二十二年)

野も山も 若葉に包まれ 生き生きと

〔寸評〕若葉が春の季語。初夏の若葉はすべて新鮮でみずみずしい。生氣あふれる佳句です。

中谷 明子

寒中を 堪えて艶やか 牡丹かな

〔寸評〕五月も初めの頃、芳香のある径十数センチほどの大輪をひらく牡丹。紅・白・黄などの色を呈して咲くさまは豪華で、いずれも花の姿の豊艶なことは花王の名にそむかないといえます。この句の作者は、これを寒中に堪えてこそと誉めそやしています。

中谷 明子

窓を開け 山はもう 青葉なり

〔寸評〕上五5字、中七も5字、下五も5字構成。これを次のとおり修正してみました。修正句「起き抜けに青葉目にしむ窓明り」

常広 信枝

緑中 牡丹の花が 目に止まる

〔寸評〕青葉若葉の緑一色の中に牡丹の赤を配した佳句。



常広 信枝

初蛩 ピカピカ光る 川べりに

〔寸評〕水辺に光りながら飛び交って夏の夜の美観を作ります。初蛩との初対面の感動をそのまま一句にした佳句です。拙句を紹介させていただきます。

河野 一枝

初夏や 着るものうすく 軽やかに

〔寸評〕薄く織った織物の紗(しゃ)・組(く)で作った夏用の式服のことを羅(ら)うすもの・晩夏の季語(ともいいます。羅を着ると女人はことに艶やかに見えるという不思議な妖(あや)しさをもった単衣です。河野さんならではの一句。

河野 一枝

夏までに コーヤのカーテン 間に合うか

〔寸評〕「コーヤ」は、ウリ科の一年草蔓草、莖枝(わいし)ともいい、沖縄では「コーヤ」といいます。苗木屋さんでは日陰にしたり、食用にも話題を誘っています。夏の陽射しにははじやら間に合いません。俳句の季語は晩秋にランクされていきます。

小西 春良

いつ咲くの 日除け藤棚 五年目

〔寸評〕藤つるを生えのぼらせ、花が垂れ咲くようにつくった棚を藤棚(晩春の季語)といえます。植えて五年目になるのにまだ日除けにもならないと嘆きの一句。藤の花房の伸び方が遅々として進まないことを詠った名句もあるほどです。がまんの一語です。

小西 春良

豆ばやし 倒したあとに 夏野菜

〔寸評〕「豆ばやし」は成熟期を終わった豆畑の支柱などが雑然と群って見えるのをいいます。今度は夏野菜と、主役交替の季節の移ろいを一句にした佳句です。

西 富枝

母の日に 菓子箱そえて カーネーション

〔寸評〕五月の第一日曜日。母の愛に感謝をささげる日で、菓子折りをプレゼントするところから、お母様はお元氣、赤いカーネーションを胸に飾って訪問されたのでしょう。

西 富枝

朝顔の 苗隣近所へ お裾分け

〔寸評〕五七五が俳句の原則です。この場合、五九五となって「字余り」を生じています。中七を「苗を近所へ」か「苗を隣へ」とすべきことになりました。また、上五を「朝顔の苗」七字とすれば解決するのですが、初心者には別途講義のチャンスが欲しいと思います。

道普 宅真

新緑の 窓しに見る 美しさ

〔寸評〕「窓し」に見る新緑の美しさ「上五と中七を入れかえてみました。いろいろ吟味・再考し、一句を練り直して真実の表現にすることを推敲(すいこう)といえます。芭蕉も「句調(ととのわ)ずんば舌頭千転(せつとうせんてん)せよ」と言ったそうです。

綿谷カツエ

母の顔 母の日の顔 特別ね

〔寸評〕原句「母の顔今日の顔特別ね」では季語が見えませんが、「母の日の顔」としたらどうでしょう。上五は普段のお顔、中七は母の日の顔、俳句の技法としての反復(はんぷく・リフレイン)を上手に駆使した佳句です。

西村 弘子

母の日は 三滝の墓に 合掌す

〔寸評〕「母の日」は、俳句では初夏の季語です。亡き母上様を偲んで日のカーネーションを胸に飾って合掌されたことでしょう。

小林 花江

堪え兼ねて 帽子嫌いの 夏帽子

〔選者 吟〕

信廣 高陽

あすかスタッフに迫る!

つどいの家
介護職員
吉田 未来さん



Q、あすかに入社して何年ですか。

A、4月で丸4年になりました。1年目にはショートステイみどりい、2年目に小規模多機能介護事業所「つどいの家」が始まったので、そちらに異動になりました。広島YMCA健康福祉専門学校在学時、社会体育科で運動指導の勉強をしていました。パワーリハビリの研修でしゅりあちよーくに行かせて頂いたのがご縁で入社しました。

Q、つどいの家で働いていて喜びを感じる時はどんな時ですか？

A、ご利用者様の笑顔を見たときや、ご利用者様や、ご家族の方から「ありがとう。」という言葉を感じたときです。

Q、4年間を振り返って思い出に残っていることは何ですか？

A、入社して2年目からつどいの家の立ち上げに関わってきたことです。ご利用者様にとって、良い所にしたい!という気持ちで、それまでには経験のなかったことに挑戦する機会をたくさんいただきました。

Q、休日は何をしてお過ごしされていますか？

A、車の運転が好きでよくドライブをします。愛犬とのんびりさんぽすることもあります。今は和食を勉強中で、ご利用者様に味付けの仕方やどんな具材を入れるか教えていただきます。最初はお出汁の取り方も知らなかったですが、味噌汁はご利用者様と毎日一緒に作るので、上手になったと母にほめられました。

スタッフの声

色々な知識が豊富で分からないことも快く教えて下さる吉田さんは、つどいの家のお姉さんの存在です。これからも後輩スタッフのご指導よろしくお祈いします!!

インタビューー 大平 明日実



3S Specialist (専門家)

~ 医療法人あすかの理念 ~

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】
今月から、新シリーズ「あすか高齢者相談室より」が始まりました。ケアマネージャーが、今までに皆さまからいただいたご相談の中から、分かりやすく質問にお答えするコーナーです。皆さまに少しでもお役立ち出来ればと思います。又、皆さまからの「相談・質問も受け付けておりますので遠慮なく、あすか高齢者相談室までご相談ください。」

あすか療養センター 緑井3丁目40・30
 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

あすか療養センター 緑井3丁目40・30
 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
 緑井3丁目20・1・103
 あすか福祉用具貸与事業所
 あすか病児保育室

医療法人あすかの医療・介護関連施設