



ニュースレター あすか

2010
9月号

通算210号

2010年9月1日

第10回 あすか研修会

平成22年6月27日(日) 9時50分～17時20分
場所：西区民文化センター
テーマ



教育委員会 委員長
三原千春

『ホップ ステップ キャリアアップ』

あすか研修会は年1回、あすかの職員が一堂に会して行う研修会です。10回目となった今年も112名が参加しました。
研修会のテーマは『ホップ ステップ キャリアアップ』
医療、看護、介護に携わるものとして技術、知識、そして一番大切な心を磨き、よりステップアップしていくための研修会としました。そして、来年4月から本格的に始まるキャリアパス導入を念頭においてのテーマです。
研修会の回を重ねるごとに職員の皆がパワーポイントの作り方、発表の方法も上達し、予定通りに進行することが出来ました。
内容は例年通りの各部署の1年間の活動報告、各委員会(文書委員会 CSクレド委員会 院内感染対策委員会 身体拘束廃止チーム 安全委員会)報告及び研修の他に、今年は総務と教育委員会から「あすかのキャリアパスと研修の計画について」、口腔ケアの実習です。
口腔ケアは2人1組で交互に利用者さん役と介護者役になり口腔ケア委員の指導のもとに行いました。実際にしてみるとほんのちよつとしたことで想像もしなかった不快な感じや痛い触れ方があることがわかり、利用者さんの気持ちがよくわかりました。

最後の二時間は

『共に生きる介護を目指して』～自分の介護に自信がありますか?と題して、トリニティカレッジ広島医療福祉専門学校の吉岡俊昭先生にご講演いただきました。
先生から素敵なメッセージをいただきましたのでご紹介いたします。このメッセージはあすかの職員の心の原点として、事業所に掲示しています。

～私からあなたへ～
あなたにしかできないことがある
今の自分をゆっくり見つけて下さい
あなたが関わる人は
皆さん本当に幸せですか
あなたにしかできないことがある
あなたが人と関わる意味をもつ一度
考えてみて下さい
必ずあなたにしか
できないことがあるから



吉岡先生は「人間として最期を迎える時、あなたに出会えてよかったと思ってもらえる関わりができるようになって欲しい。そのためには何ができるかを考えるのは自分たち皆で追求していかねばならないこと。あなたにしかできないことを追求していただきたい。これがお伝えしたかったこと」と締めくくられました。
先生の熱い思いと温かさに職員も目をうるませ、お話は一人ひとりの胸に響いたように思います。
今年も充実したあすか研修会を行うことができました。
この研修会で得た多くの学びを、今後の仕事に活かすことを期待しています。

“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. 小窓の花ことば シリーズ7.....2
2. あすかグルメだより シリーズ6
3. 熱中症ワンポイントアドバイス
4. 「あすか高齢者相談室」より シリーズ2...3
5. あすか事業所だより
6. あすか事業所だより.....4
7. 園芸療法 第1回.....5
8. アートの世界
9. おもしろきかな我が人生
～中田 映子さん.....6
10. 若竹句会 7月作品抄.....7
11. あすかスタッフに迫る!.....8

半夏生(はんげしょう)



「あ〜、ため息が出ましたね〜」と声かけすると、「〜出るはため息、つもるは借金、歩く姿は質屋がよい！アハハハ！〜」と名調子。小窓の花は「半夏生」、そろそろ梅雨明けでしょうか。。

小窓の花ことば シリーズ



しゅりあちよーく
リハビリトレーナー
高柿 美恵

〜リハビリトレーナーの「問わず語り」〜

Sさんは少し前、買い物途中の坂道で転んで肩と膝を痛めてしまいました。以来このリハビリルームにいられています。「どーも痛いことないよ」、「と明るく笑い飛ばすSさんです。そんなはずはないと、いぶかるわたし。「肩や膝が痛かろうが、耳が聞こえにくいだろうが、歳をとるとはこうゆうことじゃけー」とあるがままを受け入れてさすががしい。ストレッチもマシンも上手ですが膝が悪いからタオルギャザーが苦手のようで、思わず口から大きなため息が出ます。

あすかグルメだより シリーズ6

ショートステイ みどりい
岡田 真紀

私のお勧めグルメは魚料理です。中でも魚の煮付けはおいしく、大根をすりおろした卸煮・生姜をいれた生姜煮などありご利用者様にも好評です。

今晚の献立は、赤魚の生姜煮付け。煮汁をご飯にかけてたべるご利用者様もいる程、味付けもよく、ご飯もすすみます。

蓮根ひじき煮は、ごま油の風味と蓮根の食感・ひじきの磯の香りが広がります。

大根なますは、食感が春雨くらいいやわらかさに酢のバランスがちょうどよく、口にした時に「おいしい」と思わず声にするくらい。味噌汁は、青菜・葱・油あげが入っておいしかったです。

味はもちろん、見た目の色どり・栄養のバランスもよく、大変おいしくいただきました。



7月10日

夕食献立

- ご飯
- 赤魚の生姜煮付け
- 蓮根ひじき煮
- 大根なます
- 味噌汁

熱中症

ワンポイントアドバイス



高齢者にとってこわい熱中症、室内でも起こる熱中症を予防しましょう。

こまめに水分補給をしましょう。

起床時・朝食後・10時・12時・15時・17時・夕食後・就寝前になど、時間を決めて水分を補給しましょう。

夜のトイレを嫌がり、水分を取らない人もいますが、夜中に2、3回トイレに行くのは普通です。あまり気にせず、水分補給をしてください。

無理して飲まずに、一口ずつ飲むだけで、水分摂取が習慣になります。

特に暑い日中はできるだけ外出を避けて下さい。

高齢者は冷房を嫌がる傾向にありますが、適当にエアコンや扇風機を利用して下さい。

自家製ドリンクの作り方

- 水 1リットル
 - 砂糖 20〜50g
 - 塩 1〜2g (高血圧の人は少なめに)
 - レモン汁 適量
- 水だけでなく塩分をとることも大切



「あすか高齢者相談室」より
シリーズ②



介護に関す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 向井芳郎

質問
「一人暮らしの父(75歳)が毎日のごはんの準備に困っています。何か良いサービスはないでしょうか？」

【答え】
3つの選択肢があります。

広島市の高齢者配食サービス

身体が虚弱等で食事の調理が困難な高齢者のみの世帯に属する方に月曜日から金曜日までの5日間(デイ利用等の理由がある場合、3日以上)、昼食または夕食を配達するとともに、安否を確認する制度です。指定の複数の事業者から希望の事業者を選択することができます。

利用料 1食につき50円
手続き 区厚生部健康長寿課
(担当のケアマネージャーにご相談下さい)

あすかの夕食サービス

あすかのデイを利用されていれば、デイ利用日に限り夕食のお弁当を持ち帰ることができます。

利用料 1食につき44円
手続き 利用されている、あすかのデイへご相談ください

民間の配食サービスの事業者

いくつもの事業者があり、料金やサービス内容も異なります。いずれも、担当のケアマネージャーにご相談下さい。パンフレット等の資料を準備し、ご事情にあった対応を行います。

「あすか高齢者相談室」では介護に関す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

ショートいわや

7/7

七夕

7月7日 織姫、彦星の七夕伝説にちなみ、昼のいわやに天の川(?)が現れました。イルミネーションの星たちに「きれい」の声や、涙ぐまれる利用者様もおられ、また 願ひ事の発表では、健康を願われる方が多く自然と拍手が起きていました。小さい頃の思い出話にも花が咲き、ちよっとだけロマンチックで、楽しいひと時となりました。



元気でいられますように

しゅりあちよーく
野ばら

6/26

思い出コンサート

今年もご利用者様が心待ちにされていた音楽の杉丸先生、高垣慶子様(広島文化短期大学保育学科 非常勤講師)、抹香美紀様(東広島市立豊栄小学校 非常勤講師)による『あおいくま』コーラスグループの思い出コンサートが行われました。
「てるてる坊主」から始まり、「からたちの花」「通リゃんせ」などの童謡全12曲を手拍子しながらご利用者様が歌われる姿はまるで、子供の頃に戻られたようでした。
「童心に帰ったよっじゃ」、「来年も楽しみにしてよ」と満面の笑みで言ばれていました。皆様とも満足されたコンサートとなりました。



♪とおりゃんせーとおりゃんせー♪
♪てるてる坊主 てる坊主♪

ショートいわや

野の花

6/26

アンサンブル
コンサート

初夏の雨に濡れた緑の色が美しい中、いわや・野の花では「sunaseれくしょん」7名の若者メンバーによる演奏が、フロア中に美しく響きわたりました。

五感に響き渡る音楽!!



始めは聴きなれない楽器の音の大きさに驚かれたご利用者様もいらっしやいました。が、全16曲すべて、なじみのある曲でいつの間にか大合唱となっていました。最後は「川の流れるように」をアンコールし、「ご利用者様の大きな拍手で終わりました。素敵な演奏をしてくださいました「sunaseれくしょん」の皆さま、貴重なお時間をありがとうございました。



ここの家

6/27

神楽観賞

6月27日(日)に毎年恒例となった、綾西神楽団による神楽公演が行われました。演目「葛城山」は、源頼光から命ぜられた四天王が、葛城山に住む土蜘蛛の精魂を退治する話です。

神楽囃子の伝統的な音楽と迫力満点な舞いに、皆様から「わーっ! スゴイ!」と歓声があがりました。地方出身のご利用者様は、「生まれて初めて神楽をみたけど、とっても感動したよー」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。



日本ならではの伝統文化に触れることができ、とても有意義な時間を過ごすことができました。綾西神楽団の皆様、今年も素敵な公演をして下さり、ありがとうございました。

重たいんじやねー



まやるちよーく

7/7

七夕

今年も織り姫と彦星が逢う事を許された年に1度の七夕の日がやって参りました。

職員が織り姫、彦星、かささぎに扮して七夕のお話を再現しました。

織り姫は美しく、彦星はかっこよく皆様の目に映っていたらよいのですが、いかがだったでしょうか?

今年はやや曇り気味の空でしたが、かささぎが橋をつくり、織り姫と彦星も出会えた事と思います。



かささぎ? (苦笑い)

短冊に願いを



vegetable flower vegetable flower vegetable flower vegetable flower vegetable flower

vegetable flower vegetable flower vegetable flower vegetable flower vegetable flower



▲ 土を混ぜる作業が上肢の運動にやはり慣れていらっしゃるようです。



▲ 「そろそろ肥料をやるうかね～」

園芸療法

「心が動くとも体も動く」をテーマに

第一回

園芸療法士 西野 清子



今回より、あすか通信で園芸療法のコーナーを担当させていただきますことになりました。あすかの事業所での園芸療法の活動内容や、季節の植物情報などを発信していきます。

今回は第1回目ですので、園芸療法とはどういうものかを知っていただければと思います。

土に触れる、植物を育てるといった園芸活動の中には私たちの生活に必要な五感に訴えかける要素が数多く含まれています。園芸療法とはそうした園芸の効果を通じて高齢者や障害者のリハビリテーション、治療をサポートしていくこととする療法です。

ご利用者様の生き甲斐や、楽しみ他者とのコミュニケーションおよび、身体機能の維持、回復を目的とし、リハビリとしての「園芸療法」に取り組んでいきます。

そして、「利用者様の少しの努力で、できること」を増やしていきたい。「自信」をつけていただくことが療法に繋がっていくと考えます。今後とも、園芸療法を通じて利用者様がどんだん外に出て自然の空気に触れていただける機会を増やしていきます。

現在いわやの屋上で植物を見ながら散歩できる園芸療法ガーデンを造っています。みなさま是非いらしてくださいね。

vegetable flower vegetable flower vegetable flower vegetable flower vegetable flower

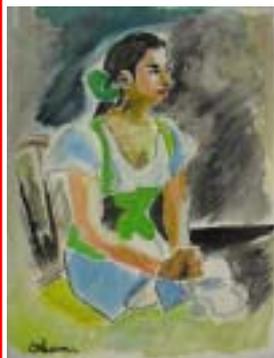
アートの世界

絵画講師 川口先生より... 絵画の時間で日頃描きためた力作を、個展という形で皆様展示されています。愛の込められた作品には見た人に力を与え、幸せにする力があります。



しゅりあちよーく
大上 友春様

「しゅりあちよーくに来だしてから絵は描き始めた。山があつて、木があつて、鳥が飛びよる...昔のことをよう思い出しながら描きよるよ。」とおっしゃる大上様。
明るくきれいな色使い、軽やかな筆のタッチと余白の美しさ。画面には大上様の世界が広がっています。



まやるちよーく
大前 旭様

「皆さんの前で絵を飾ってもらって恥ずかしい(照笑い)でも嬉しいよ。」と謙虚にお話される大前様。
風景・人物・動物・植物何でも描かれ、どの作品もとてもエネルギーが溢れる！大前様のピカピカの笑顔が浮かんできます。



ショートステイ いわや

なかた
中田

てるこ
映子さん



おもしろきかな我が人生

昭和5年3月5日(80歳)



「食べるより、おしゃれしたいわ」

・お住まい...安佐町くすのき台

・好きな食べ物...何でも好きよ

・趣味...お茶、お花、

琴、謡曲

女学生の頃

私の生家は原爆ドームから七軒目にあつた『いろは』、という旅館で、父はお茶やお花の先生、母が旅館をしてみました。私が女学生の頃にはいつも兵隊さんが三十〜五十人位泊つておられ、ここから護国神社へお参りして戦争に行かれてました。原爆が落ちる前になつてやつと旅館を閉める許可が下りて、父母、二人の姉の五人で『イケクワ』というところへ疎開したの。それからすぐに終戦になり、また広島の段原へ戻ることができたのよ。

青春時代

私は洋裁学校に通い、仕立ての仕事をするようになったの。当時は布地がなくてね。アメリカ軍の毛布でコートを縫つたり、父の着物でスーツを仕立てたりもしたわ。伝線したストッキングでも千円もしたのよ。音楽が好きで「ムシカ」という音楽喫茶へ縫物をしては、コーヒーを飲みに行つてたの。ジャズを聞いてたのよ。NHK合唱団へ入つてたこともあるのよ。ちよつとの間だけど...。野外コンサートにも友達とよく行つてたわ。青春よね。

お見合いをすることになつてね。結婚なんてしたくないのに。お見合いは「ムシカ」でしたのよ。主人は優しく、働き者だし、お酒も飲まないし。結婚する時に「ムシカ」から絵皿をプレゼントされたのよ。

新聞に掲載されて

体がこんな風になつてから、頭が重いし、目も開けてられない、足もしびれてどこにも行けなくなつた。

詩はね、一年かかったのよ。手が震えて字が書けないから、こりあダメだな」と思つたけど、主人の友達がパソコンで打ち直してくれて、新聞に送つてくれたの。びっくりしたし、思いもしなかつた。

雨が降つた日に、この職員さんから「中田さん、この雨の中を歩きたいんでしょう？」つて言われてね。嬉しくて、「覚えとつてんですか」つて聞いたたら「覚えてますよ。」と言われた。ここに来る利用者さんからも新聞に載つたことを言われるようになった。

いわやとの出会い

私は雪が降るのが好きなのよ。しんしんと降るのも好き。積もつてるのを見るのも好き。

それで安佐町に家を買つたんだけど、主人が入院してひとり暮らしは不安だから、かかりつけ医のケアマネさんのすすめでここに来たの。

ここは施設が新しくできてきれいでしょ。初めて来たときはホテルみたいって思つたわ。ここでりハビリして元気になつたら自宅で主人と暮らすのが夢なのよ。

私は歩きたい・私は歩けない

きらきらと白い粉が音も無く落ちて来る
さあ私の待ちに待つた番だ一歩ずつ踏みしめて
そつと雪の上に足を乗せて(やつたー) 歩ける
冷たさを感じる これだ歩けるのだ

実は数年前から車椅子のお世話になつて
腹のうちでは泣くもんか 泣いてやるもんかと
腹の中でぶつくさと言っている
私は若いうちからミシンを踏んでいる
人様を喜ばしていた

縫い終ると化粧をし口紅を引きさつそつと町へ出る
一軒のコーヒー店の扉を押す
チリリンの鈴の音とともにパツハの曲が流れて来る
私は耳を傾けるこれが私の憩いの一つだった
雨の日は傘を差し口ずさみながら踊るように歩いた
さあこれからの私の忙しい一日が始まる

楽しかつたあの頃妄想と現実 夢見る乙女
なんと言うことが 先日院長に聞いてみた
私の夢は雪の上を歩きたいのだそれが夢なの
歩けるようになりますか? 先生は笑つていた
無理なのだ聞くほうがバカなのだ
それは無理なのだわかつて聞いてみたいのだ
そろそろ私を車椅子が待っている

私はふりかえり ふるかえりしながら
待っている友達に
別れを告げ しくととなつて落ちていく
さようなら ありがと

ふとみると ひとしずくの水となつていた
サユウナラ 私は歩きたい・歩きたい
平成22年6月14日 中国新聞に掲載

とても前向きな中田様。中田様の夢が叶うようお手伝いさせて頂きたいです。又、これからも素敵な詩を見せてください。
ショートいわや 迫 哲子

栗の花 手品師のこと 実を付けり

中谷 明子

〔寸評〕栗の花は初夏のころ、長さ一〇〜一五センチの毛虫に似た白い花穂を垂らし、青臭い匂いをぶんぶんと漂わせませす。穂状の部分に雄花が密生し、基部に雌花が着き、受粉が終わると雄花は褐色に変じて落ち、無惨な姿態をさらします。この一連の生理現象は、まさに「手品師のこと実を付けり」です。秀作です。

梅雨出水 空でも困るが ほとほと

中谷 明子

〔寸評〕梅雨の末期にはしばしば豪雨があります。作者の心配が現実になって中国地方もたいへんでした。小学校も四日間連続休校というところもあつたようです。

例句 仏壇のともしてありぬ出水宿 安田源二郎

小川にて 初蛭見た 夏はそ

常広 信枝

〔寸評〕初蛭を発見したときの感動は、きつと作者の歩を止めたことでしょう。初蛭ですから一年ぶりに見るホタルの灯りを見て、どのような情景を思い浮かべましたか。

例句 濁りなき夜気存分に初蛭 高陽 など参考にして下さい。

豆飯は 出来たとたん 香よし

常広 信枝

〔寸評〕豆飯という印象は白い米と豌豆の緑との対象の美しさ、かと思つたら作者は香りの良さを捉えている。色彩といい、嗅覚といい、初夏らしい季節感にあふれた一句です。

梅雨入りや 雨も降らぬに ベタバタ

河野 一枝

〔寸評〕立春から二五日前、六月十一、二日の入梅の日から三十日間を梅雨と言います。梅の実が黄熟する頃降るので梅雨といい、物みなカビを生ずるので黴雨(ばいりゅう)とも書きます。この句、下五の「ベタバタ」は梅雨の実感がこもつた佳句です。

蛭来い 命のかぎり 光りおれ

河野 一枝

〔寸評〕団扇や箒を持って、ほつほつホタル来いなど呼びながらの蛭狩は昔のこと。蛭の寿命は一週間から十日くらいとか。短命の蛭に「命のかぎり」と声援を送りたい気持ちもわかります。

梅雨空を 見上げて祈る おだやかに

西 富枝

〔寸評〕一日陽の姿を見ることなく夕べに入る頃、空と地を別ちがたく薄明に包まれる時、梅雨空の鬱(うつ)はきわまります。大事に至ることのないようお祈りする作者の気持ちがよくあらわれています。

父の日に 感謝をこめて 好物を

西 富枝

〔寸評〕六月の第三日曜日。父に感謝を捧げる日。赤白のカーネーションがつきものの母の日ほどではありませんが、ネクタイなどを父親にプレゼントする風習が定着してきているとか。

あじさいの 出湯の宿が けさの夢

熊本ハツエ

〔寸評〕あじさいの花で有名な温泉宿に泊まつての朝夢か。

例句 ゆあみして来てあじさいの前を過ぐ 山口誓子

我庭に 紫陽花前線 やつて来る

小西 春良

〔寸評〕紫陽花前線とは、開花日が等しい地点をつないで地図上に描いた線「桜前線」のよう。

我庭に 芍薬美人 まだ来ない

小西 春良

〔寸評〕牡丹に似るが、牡丹は木であり芍薬は草である。六月頃、茎の先に大型の美花を開く。美人の姿を形容することばに「立てば芍薬、座れば牡丹、歩く姿は百合の花」があります。我家の庭にはまだ芍薬は咲かないということか。一抹の寂しさも感じられますね。



梅雨晴れの 一時をしる あじさいの花

綿谷カツエ

〔寸評〕あじさいの花の花期は、比較的花もの少ない梅雨のさ中になるため、大がらの花姿が一段と目立つようになるのです。下五が七字で字余りになっていますが、花弁が四片あることから、俳句では四葩(よひら)ともいいます。「よひらかな」にしては、

梅雨入りに 庭の紫陽花 咲き誇る

道音 宅真

〔寸評〕「梅雨入り」と「紫陽花」は「季節重ね」といって、一句に一季語が基本です。「重なりて庭の紫陽花咲き誇る」ではどうでしょうか。



〔選者 吟〕

蛭籠 霧吹き役の 夕明り

信廣 高陽

あすかスタッフに迫る!

しゅりあちょーく

介護職員

泉 敦子さん



Q. あすかに入社して何年ですか？

平成13年2月1日に入社し、丸9年と半年が経ちます。以前はクリーニング店で職人並みのアイロンがけ等を行っていました。

Q. どんなプログラムに携わっていますか？

ちぎり絵、リハビリ体操、音楽療法です。音楽療法では、昔の歌についてご利用者様から当時の懐かしい思い出や、曲にまつわるお話を教えて頂きます。どのプログラムも、一緒に楽しんで取り組ませて頂いています。

Q. 仕事をする上で心掛けている事は何か？

ご利用者様が、しゅりあちょーくに来るのが一番の楽しみと思って頂ける様、いつも明るく、皆様の声に耳を傾けています。

Q. ご利用者様との関わりの中で、一番心に残っていることは何か？

ご利用者様から「あなたの姿が見えなかったら寂しい。」「話ができなくてもお喋りしてくれるだけで安心なんよ。」と言って頂いたことです。

Q. 楽しみや趣味は何か？

キャンプ等のアウトドアや、温泉巡り、旅行です。今一番の楽しみは、今年の7月に産まれた初孫の成長です。来年の夏には、孫を連れて海や山へ出かけ、キャンプを楽しみたいです。

スタッフの声

明るくテキパキとした姿に、ご利用者様からの信頼が厚いスタッフです。ご利用者様の細かい変化やフロア全体のスタッフの動きに対し、細かい気配り目配りがいき届き、迅速な対応や的確な指導を行っています。

インタビューー 深川智美



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】

園芸療法のシリーズが新しく始まります。園芸療法が、ご利用者様の楽しみな活動のひとつとなり、素敵な表情をたくさん掲載させて頂ければと思っています。年間を通して、たくさんのお花や野菜を育てられ、収穫し味わう、どのような記事になるのか編集者としても今から楽しみです。「アートの世界」が1年9か月ぶりに復活！ご利用者様の作品に目をうばわれます！

毘沙門クリニック
シヨートステイ 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

毘沙門台東1丁目24・16
デイサービスセンター しゅりあちょーく
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 まやるちょーく
通所リハビリテーション すてっぷ
シヨートステイ 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

医療法人あすかの医療・介護関連施設