

10月号

ニュースレター

あすか



通算329号

あすか居宅介護支援事業所の紹介



居宅介護支援事業所とは？

介護を受けながら自宅で暮らしたい高齢者に対して、居宅介護支援(ケアマネジメント)を提供している事業所のことです。居宅介護支援事業所には、介護支援専門員(ケアマネジャー)が1人以上配置されています。介護支援専門員(ケアマネジャー)とは、利用者の状態や目標、家庭の事情に合わせて適切な介護サービスが受けられるように、ケアプラン(居宅サービス計画)を作成し、介護サービス事業者(デイサービス等)などとの連絡調整や各手続きの代行を行う介護の専門職です。



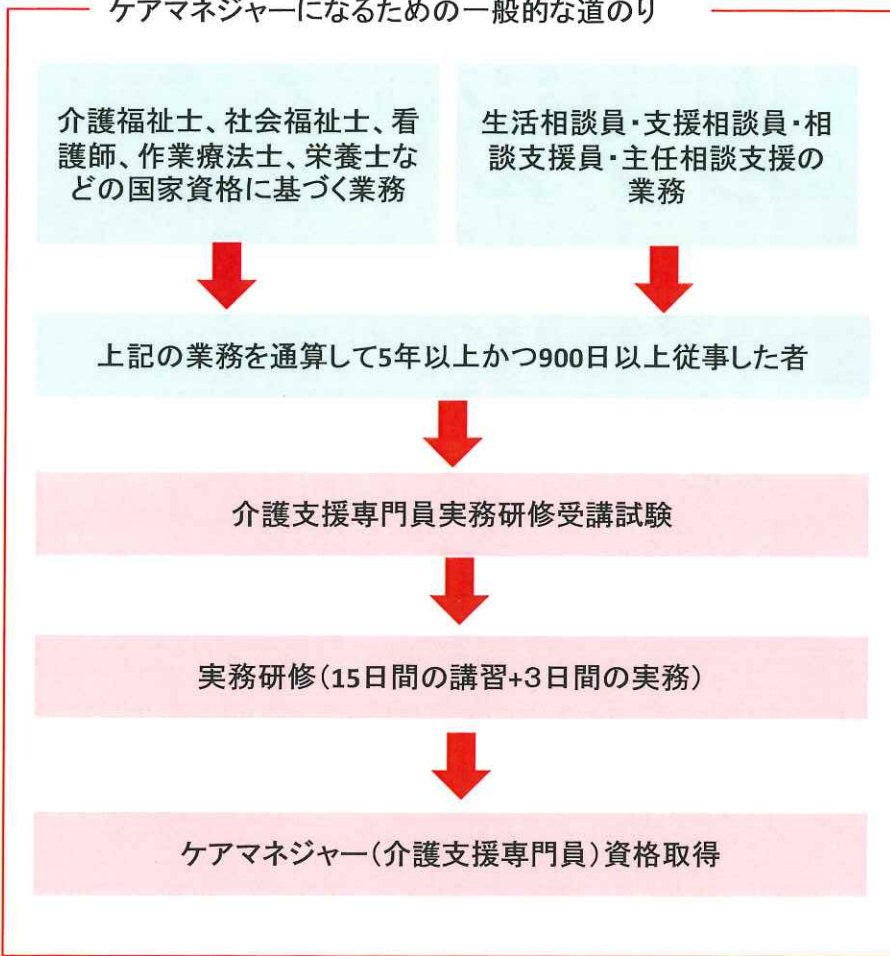
医療法人あすかの経営理念 『感謝 尊厳 謙虚 誇り』

医療法人あすかは、地域の患者様、利用者様との出会いに感謝し、信頼される法人として常に最善の医療、看護、介護を提供することを使命としています。私たちの仕事は、人の尊厳を守り、人の人生によりよい影響を与え、支えていくことです。私たちは、心を込めて仕事をします。私たちは謙虚であり、仕事に誇りを持ち、社会に貢献していくことを喜びとしています。

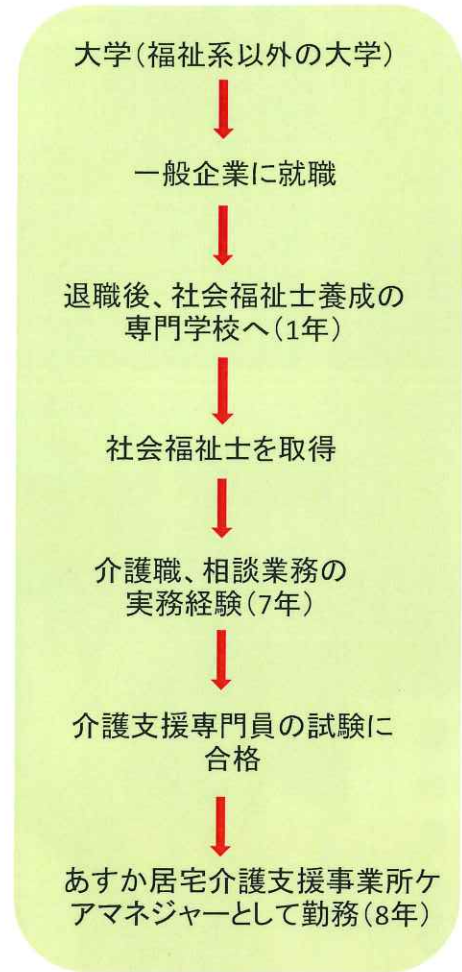
【目次】

1.あすか居宅介護支援事業所の紹介①	1
2.あすか居宅介護支援事業所の紹介②	2
3.冬場の新型コロナウイルス感染症との同時流行に備えて	3
4.事業所だより デイ大町	4
4.事業所だより いわや3階	4
5.ご長寿の秘訣	5
5.いわや探訪	5
6.一押しプログラム紹介 レジデンス	6
7.おもしろきかな我が人生 ~西名 洋子さん~	7
8.わたしの好きなもの 第72回	8

ケアマネジャーになるための一般的な道のり



あすか居宅男性職員の場合



あすか居宅介護支援事業所はこちらです
〒731-0103
広島市安佐南区緑井三丁目20番1-103号
☎ 082-830-5177

介護相談を受け付けています



居宅の事務所で育てています



冬場の新型コロナウイルス感染症との同時流行に備えて・・・

今年の冬は、インフルエンザだけでなく、新型コロナウイルスとの同時流行になる可能性があります。その為に今から備える事の一つとして、インフルエンザワクチンの接種があります。10月1日より65歳以上の方は接種開始になりました。医療法人あすかの介護事業所でも順次接種を行っています。

広島市に住民登録をしている方のうち、65歳以上の方は自己負担金1,600円で接種できます。対象者のうち、生活保護世帯及び市民税の所得割非課税世帯に属する方は、自己負担金1,600円が免除されます。この免除の対象となる方は、接種時に確認書類を提示してください。



0～12歳は10/12～、一般は10/26～接種開始となっています。

「密閉」「密集」「密接」しない！

会話をするときは
マスクをつけましょう！



窓やドアを開け
こまめに換気を！



飲食店でも距離を取りましょう！

- ・ 多人数での会食は避ける
- ・ 隣と一つ飛ばしに座る
- ・ 互い違いに座る



屋外でも密集するような
運動は避けましょう！

少人数の散歩や
ジョギングなどは大丈夫



電車やエレベーターでは
会話を慎みましょう！



他の人と
十分な距離を取る！



首相官邸・厚生労働省ホームページより

事業所だより

デイ大町

事業所だより

いわや3階

コロナ禍の今、「いきいき体操」を、皆さんで輪になってする事が難しくなっていました。

そこで現在は、リハビリメニューを、ソーシャルディスタンスを取りながらの「棒体操」に一部変更しています。

いきいき体操と同じく、人に必要な動きの

- ① 捻じる
 - ② 前かがみ
 - ③ バランス(身体を左右に動かす)
- に三点に重点を置いて取り組んでいます。片手で棒を縦に取り組んで、指先だけを動かしながら棒を下へ移動させる動きも含めています。

普段以上に指先を動かすことになりませんが、始めの頃は「どうやってやるの?」「指がそんなに上手く動かせれんよー。」と言われていました。が今では職員より上手に早く棒を下へ移動することが出来ている方もいらつやいます。この3つの動きのポイントを加えることで皆さんの生活面でのサポートが少しでも出来たら良いなと感じています。「継続は力なり」で一緒に頑張りましょう!!

★体操開始前、後には職員を始め皆さんにも手指消毒をしていただき、棒も毎回消毒して感染予防にも努めています。

安井 由香里

バランス



捻じる



前かがみ



「案山子と赤とんぼとコスモス」



「お月見」



「秋ブドウ」

「秋の訪れ」

今の時期、新型コロナウイルスの影響でソーシャルディスタンスを守りつつ行っているのが、壁に飾る壁画づくり。

毎月、四季節のテーマで利用者様と一緒に飾りつけを行っています。分担作業で飾りを作っています。完成したらフロアに飾っています。季節感を感じることが出来、皆さまに喜んでいただいております。最初は細かな作業ばかりで完成

が見えませんが徐々に完成が近づく利用者様は集中して時間を忘れ、力作を作られます。完成した飾りつけとともに一人ひとりに記念撮影を行います。飾りを作らつやいます。とても喜ばれます!

これからも、色々な壁画をフロアに飾り、利用者と一緒に季節を感じ楽しんでいきたいと思えます

「長寿の秘訣」



こざこ ひさこ
古迫 久子 様

大正3年11月11日生まれ(105歳)



【感謝の気持ちをお忘れなさい】

「ありがとう、ありがとう」何かにつけて手を合わせて職員に伝えてくださる言葉です。来月106歳の誕生日を迎えられる古迫様は、笑顔を絶やさず元気に毎日を過ごしておられます。

娘時代の古迫様はお茶・お花・お琴・三味線とたくさんさんの習い事をされていたそうです。

朝鮮で結婚され、その後大崎島で生活されていましたが、「ご主人が29歳の若さで亡くなり、27歳の古迫様は2歳の娘さんと義父母の面倒を見ながら和裁で生計を立てておられました。20人のお弟子さんを抱える和裁教室もされ毎日フル回転で頑張っておられました。育児、仕事と多くを抱えながらも、舅様・姑様も最期までお世話されました。

娘様が結婚され家を構えられると、広島市で同



お食事の風景



居を始められました。その後なんと、65歳からコーラス活動を始められました。所属グループの方々と北海道から九州まで国内各地の刑務所慰問、ハワイ・ロサンゼルス・重慶等への海外遠征と初めてご自分の楽しみみの為の人生を謳歌されたそうです。ご家族は「おばあちゃんがはじけていた時期です」と言われていました。

そのような時を経ておられました。変わらなかつたのが笑顔と感謝の気持ちでした。

これが一番の長寿の秘訣だと、私たち職員の一一致する意見です。

加えて、食べ物を粗末にせず、例えばお釜のご飯なら一粒たりとも捨てることはなかつたそうです。だからなのか、105歳の今でもご自分の歯があり箸を使ってしっかり食事を摂られます。もちろん残さず、きれいに食べられます。

このことが、「一番目の秘訣だ」と考えます。また、庭の花がきれいに咲いているなどの小さなことにも心を留め感動する方です。

これは、三つ目の秘訣かなと思います。

いつまでも笑顔を絶やさず、もつともつと長生きしてくださいね。



歌に合わせて手拍子♪



いわや探訪



ショートいわやの庭はピンクや白の萩の花、ローズマリーの花が満開です。

屋上は実は絶景スポット！

市内一望。天気の良い日は海まで見えます。夕焼けも・・・そして夜は夜景がとても綺麗なんです★



一押しフログラム紹介



レジデンス



♪レジデンスのベランダ♪

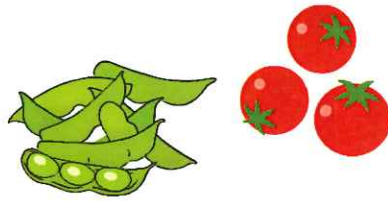
レジデンスには4階にも5階にもベランダがあります。特に4階のベランダはとて広く開放的でとっても気持ちが良いです。今年の夏には5階のベランダに入居者の方と「トマト(赤)・オクラ・枝豆」を植えました。実がなる野菜に皆さん「大きくなったね。」「そろそろ周りの茎を切ってやらにやね。」「トマトがいい色になってきたね。」「と毎日ベランダを気にかけて見てくださるようにもなりました。昔野菜を育てていた皆さんからアドバイスもいただきました。

収穫した野菜は皆さんと一緒に食べようかなと思っていたのですが意外にも「オクラは苦手なのよ。」「トマトはちょっと。」「と言われる方が多く職員で大切に頂きました(笑)また、最近は朝が少し涼しく秋の足音がしています。心地よく風を感じる事ができます。ベランダに出て花を眺めたり、水をあげたり、山や外の景色を眺めながら「気持ちいいね」と一緒に秋を感じています。これからもベランダを有効活用しながら「四季を感じる事ができる」ベランダにしたいなと思っています。

安井由香里



枯れている部分を剪定



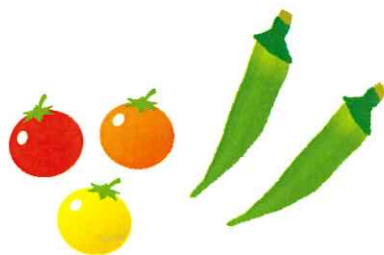
はいポーズ



大きくなあれ



花の水やり



花植え



おもしろきかな我が人生



まやるちよーく

にしな ようこ

西名 洋子さん

昭和9年5月30日生まれ(86歳)



「昭和20年8月6日」

私は川内で生まれました。兄・私・弟の3人兄弟です。川内国民学校(現・広島市立川内小学校)5年生の時、月曜の朝教室で自習をしていましたら、8時10分すぎに友達が数人窓から外をのぞいて「あ、B29が飛びよるよ」と言っているの、私は席に座ったまま外を見ました。広島の上空をB29が3機飛んでいました。1機が先導で2機が爆弾を積んでいたので、子ども達みな、自分たちが見ている飛行機が私たちの親兄弟に大変なものや落とそうとは知る由もありませんでした。

その時、ピカッと光ってドーンと音がして……窓辺の友達は「痛い！熱い！」と悲鳴を上げていました。それからみんなで近くの八幡神社にはだして走って避難しました。

兄は中学生だったので、学徒動員で白島へ行き、建物疎開(空襲による火災の延焼を防ぐために、あらかじめ建物を取り壊して防火地帯を作る作業の事。)をしていました。その日も出かけており、作業中に被爆しベタバタになって歩いて帰ってきました。ベタバタでしたよ。母が布団に寝かせ、翌日、横川にあるやけど専門の病院へ連れて行きました。リヤカーに「ござ」を敷いて寝かせ、その上に雨戸を外して置き、日光が当たらないよう影を作って、父と母が引いて行ったのです。ところが、先生は留守でした。看護師に「赤チン」をぬってもらって病院の防空壕の中で夕方まで待って帰りましたが、翌日8月8日朝2時に亡くなりました。

私達は翌日から学校へ避難してきて

た人のやけどや怪我の手当てや食事・トイレの世話を皆で頑張りました。兄の葬式がすんで後になって、あの日見た飛行機があんな恐ろしいことをしたのかと思ひ返しました。今でも飛行機が広島上空を飛んでいく様子は忘れられません。

「父の姿」

父は中調子の国民義勇隊でした。川内には中調子と温井があり、義勇隊は地区で別れていました。原爆投下当日に爆心地近くの建物疎開で動員されていたのは温井側の国民義勇隊でした。中調子の国民義勇隊は可部の奥に出かけ、吉田の方までまっすぐの道路を作っていました。飛行機の滑走路を作るためですね。左手の山にトンネルを掘り、爆弾や鉄砲、飛行機も隠していたらしいです。秘密事項なので、当時は絶対に口外できません。今初めて話しましたよ。

父や兄たち男性は皆、地下足袋はいてズボンの上にゲートル(脛の部分に巻く布)巻いて……あの姿は忘れませんよ。その姿を見て心を引き締めていた時代です。

「川内国民学校では」

5・6年生は2時間勉強をして、あとの時間は竹やりの訓練や、手りゅう弾を「かかと」でけて敵に投げ、目と耳を抑えて伏せる訓練などをやりました。危険な訓練ですよ。靴などはクラスに配給があるので、じゃんけんやくじで当たった人だけが買えたのです。昼ご飯は家に走って帰り、大根を米粒大に切って麦を入れて炊いたご飯に、みそ汁、漬け物などで済ませて

いました。

一家に一人は国民義勇隊に出なければいけないので、父親が戦争に出征すれば、母親が義勇隊に出ました。友人は妹弟の面倒を見るため学校を休んだりしていました。「親が何かの都合でちよんども休みをもらっていたから死なずに済んだ……」と、公には言えないことを子ども同士で話したりしていました。大変な時代でしたがかくれんぼ等はこそつとやりおったですよ。

「平和な今」

勤めを退職してから、依頼され、そのような経験を幼稚園や小学校に講演をして回りました。三原の方へも話を聞かれました。新聞社の方も東京から話を聞きに来られたりしましたよ。今の若い方は平和の中で生きていらっしやる。このような話を知り、もういっぺん自分の足元を見て命の大切さを考えていってほしいのではと思います。



職員より

成年生まれの西名さん。「ご主人から「君は犬でいうとスピッツだね」と言われていたそうです。聡明な瞳がスピッツを想像させたのでしょうか。この瞳で様々なものを見てこられたんだな……と、お話を伺いながら感じ入る事でした。」

(藤澤聡子)

わたしの好きなもの 第七十二回

【歌謡曲】



つどいの家
もりた きよはる
森田 清春さん(94)

昔から歌謡曲や演歌が好きでレコードを集めて聞いていました。コレクションの中には紙でできたレコードもありまして大切にしています。

歌謡曲好きが高じて踊りをする会に参加していました。そこで妻と出会いました。『妻は一度曲を聞くだけで覚えてしまい踊りを踊るのが上手だった。何人か僕の他に好意を寄せている人は居たみたいだったけどね。』と笑顔で話してくださいました。森田様からの猛アプローチを経て二人は結婚されました。

結婚後もお二人で踊りの練習を行い、ご近所の方たちと旅行に行った際には奥様と共に踊りを披露し、皆様から拍手喝采とても喜ばれていたそうです。

『最近足腰が痛むし、コロナ禍の中一人家で過ごす時間が増え、おうち時間の有効活用をする為に音響効果のいいスピーカー

を買ったんだよ。美空ひばりの曲が100曲入っていてテレビと接続するんだよね。値段は高かったけど満足しているよ』と昔から好きだった歌謡曲をもっと楽しむ為に新しく購入したスピーカーを笑顔で教えてくださいました。

最近音楽番組をDVDに録画することにも挑戦しておられ、録画設定に四苦八苦しながらもご自身で撮り溜めた音楽番組を楽しまれています。



今月から、つどいの家でも音楽療法「つどいの広場」が再開されました。つどいの家でも大好きな歌謡曲を利用者様、職員と共に楽しんでいただければと思います。

(半田 崇一郎)

医療法人あすかの関連施設

緑井3丁目20・1

あすか居宅介護支援事業所

082-830-5177

あすか病児保育室
児童デイサービス ぱるみどりい

緑井2丁目12・25

高橋内科小児科医院
デイサービスセンター

通所リハビリテーション ショートステイ みどりく
小規模多機能型居宅介護事業所

つどいの家

あすか療養センター 緑井3丁目40・30
ショートステイ いわや

緑井2丁目11・11・102

あすか訪問看護ステーション

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

あすかケアプラザ 中須1丁目26・12

ヘルパーステーション あすか大町
デイサービスセンター あすか大町
ショートステイ あすか大町
サービス付き高齢者向け住宅

レジデンスあすか

あおぞら保育園

緑井2丁目9・31・102

児童デイサービス ぱるびしゃもん

緑井2丁目9・31・101

児童デイサービス ぱるひよし

相談支援事業所ぱる

“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
全編カラーで掲載しておりますのでぜひご覧ください
<http://www.asuka-net.or.jp>



医療法人あすか

Mail: asuka@smail.plala.or.jp

〒731-0103 広島市安佐南区緑井2丁目12-25

TEL: 082-879-3143 FAX: 082-879-3190

(編集: 今中 峰三子 澄川 幸子)

【編集者のつぶやき】

実りの秋ですね！先日、友達とくだもの狩りに行ってきました。考えることはみんな同じでたくさん親子連れやサッカー選手もいたり！でもとても広い農園だったので3密になることなく、ゆっくりと過ごすことができました。ただ、私が行ったときはちょうど、リンゴとぶどうしか収穫できない時期だったので少し残念。本日はシャインマスカットが食べたかったですね。とは言え、リンゴもぶどうも必死で選んだ甲斐があり、甘くて瑞々しく、とてもおいしかったです◎