

# あすか訪問看護ステーション

## 令和2年11月から**土曜日** 営業を始めました。



看護師

たにぐち くみこ  
谷口 久美子

管理者 看護師

まつたに のぶこ  
松谷 暢子

理学療法士

やすだ かずひこ  
保田 和彦

事務

わきた けいこ  
脇田 景子

看護師

いしだ ひると  
石田 寛人

看護師

かわなか ちか  
河中 智加

私たちが、あなたらしい自宅での生活をお手伝いします



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.あすか訪問看護ステーションの紹介①..... 1
- 2.あすか訪問看護ステーションの紹介②..... 2
- 3.医療法人あすかによくこそ ..... 3
- 4.事業所だより ショート大町..... 4
- 4.事業所だより すてっぷ..... 4
- 5.ご長寿の秘訣 ..... 5
- 6.一押しプログラム紹介 ショートいわや..... 6
- 7.おもしろきかな我が人生 ～森田 ミツ子さん～ ..... 7
- 8.わたしの好きなもの 第73回..... 8



## あすか訪問看護ステーションの紹介

病院から退院が決まったけど自宅での生活に不安がある・・・  
ご家族の介護が必要になったけれど、どのようにしたらよいのかわからない・・・

私たちあすか訪問看護ステーションでは住み慣れたご自宅で安心して生活していけるよう、ご自宅へ訪問し、必要なサービスを提供します。また、ご家族への介護についてのアドバイスやご相談、ご質問についてもお答えします。

ご自宅、地域で安心して生活していただけるよう健康維持のサポートをさせていただきます。

### こんな方にお勧めです。

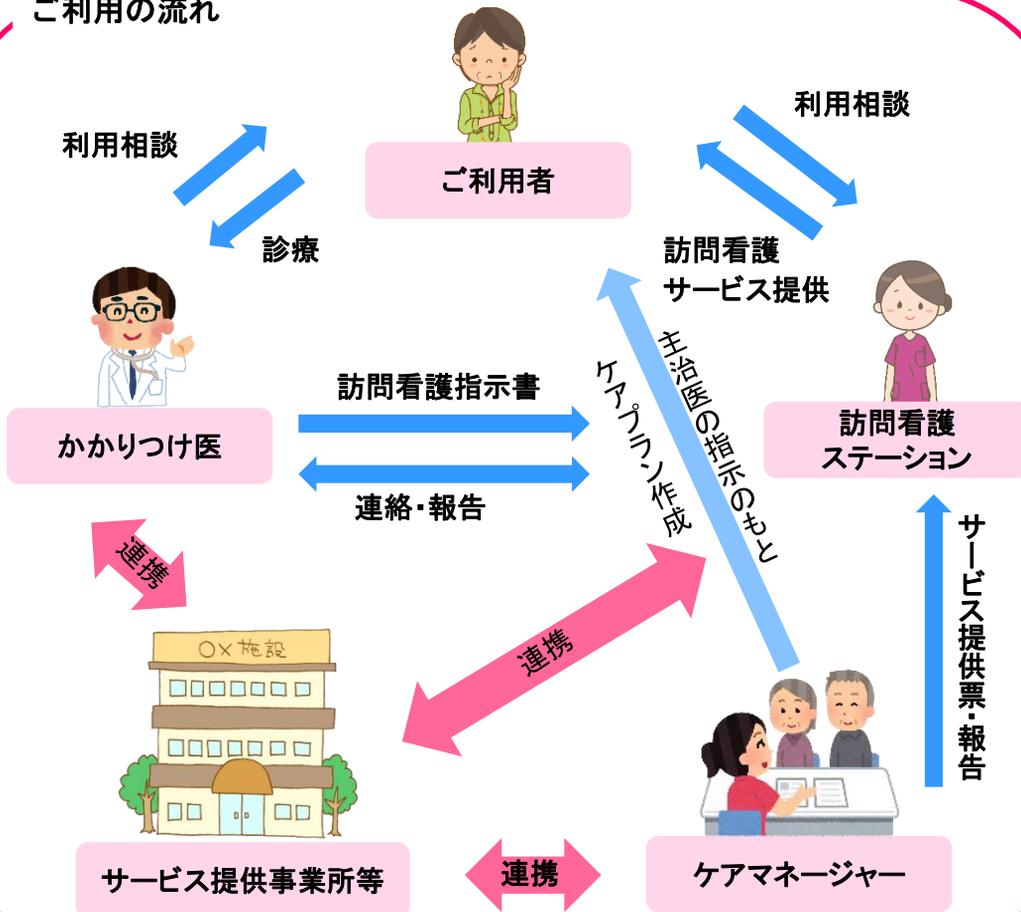
- かかりつけ医から訪問看護をすすめられた。
- 一人暮らしや介護の手が十分ではなく、在宅での療養生活に不安がある。
- 物忘れや寝たきり、またはその恐れがあり日常生活に不安を感じている。
- 病院からの退院後や、病気を抱えながらも在宅で生活を続けたい。
- インスリン注射や経管栄養などの医療的な管理が必要である。
- 体にマヒや体力、筋力の低下があり生活に不安があるため自宅でのリハビリを行いたい。
- 人生の最期までご自宅での生活を続けたい・・・。



- ★かかりつけ医による訪問診療
- ★看護師による訪問看護
- ★理学療法士による訪問リハビリ



### ご利用の流れ



お問合せ先: あすか訪問看護ステーション 082-831-5560



シン チャオ  
XIN CHAO  
こんにちは

ショートいわや  
ファム トウアン タイン



今年の4月から正職員として働いているベトナム人のタインさんにインタビューしました

【どうして日本に来ようと思ったのですか】  
親が「日本に行って学んで来い！」と言いました。

【日本に来て何年になりましたか】  
5年目になりました。

【介護の仕事に就こうと思ったわけは】  
ベトナムでは介護の仕事は比較的新しい職種であり、あまり関心がありません。ですが私はやってみたく思いました。

【日本で食べたおいしいものは何ですか】  
刺身です！  
特にサーモンの刺身最高です！！

【得意料理は何ですか】  
得意料理はありませんが、自炊をするので 料理は好きです。

【日本で思い出に残っている場所はどこですか】  
奈良県の奈良公園です。  
たくさんシカがいて驚きました。  
あと、東大寺の大きな大仏をみて感動しました。

【今、ハマっていることはありますか】  
カメラで写真を撮ることが好きなので、旅行先でも多くの景色やモノを撮りました。



【日本の歌で好きな歌はありますか】  
広島県出身の歌手TEE  
「5年後のアイラブユー」が好きでいつも聴いています。



【なぜその歌が好きですか】  
聴くと気持ちが落ち着き癒されます。

【日本の文化で良いなと思ったことは】  
誰かに迷惑をかけたり、尋ねたりすると「ありがとう」「すみません」と丁寧な言葉で返事を返してくれる。嬉しかったです。

【これから結婚する彼女の好きなところは】  
毎日、おいしいお弁当を作ってくれます♡  
とても丁寧な日本語を話し意味を教えてください。  
えへへ(//´U`//)ゞ

【日本に来てよかったと思うことは】  
日本に来てベトナムでは経験できない文化やモノにたくさん触れることができ、とても嬉しく楽しいです。  
【ベトナムのおすすめスポットを教えてください】  
ダナンは最高です！海と山があり天気もいいし、景色もすごくきれいです。ぜひ行ってみてください。



イベントで同僚と♡



ダナンってこんなところ！



(HPより引用)



優しく介助中



利用者様と一緒に塗り絵

入社した時はまだ日本語を話すことが難しく、コミュニケーションをとることが苦手でしたが今では積極的に話しかけ、努力をして多くのことを学び、利用者様ととても良い関係を築いています。いつも笑顔で丁寧な介助をされています。利用者様・職員からも頼りにされ、いわや3Fにはなくてはならない存在となっています。  
(3F 和田潤)



おめでとうございます



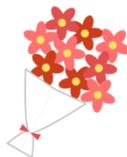
「ピース！」

先日ショートステイ大町では敬老会のお祝いをしました。百寿、白寿、卒寿、米寿の方々がそれぞれ一名ずつおられ、お祝いの言葉と賞状を送らせていただきました。賞状を受け取った方の中にはうれしさで涙を流される方や、自分の年齢に驚かれる方など様々な様子でした。

## 事業所だより



紅白饅頭



賞状もらったよ！



お祝いの歌を披露

ボランティアスタッフの方々から皆様へ歌や踊りを披露してください、職員も仮装して一緒に踊り、それを見た利用者様は感動して泣いたり、笑ったり。楽しい2時間でした。これからも元気で過ごし一緒に笑って過ごしましょうね。

## ショート大町



庭園！青空が気持ちいい！

新型コロナウイルスの脅威とインフルエンザの流行に気を配りながら、「こゝすてっぷ」ではご利用者の皆様、毎日リハビリに励んでおられます。しかし3密対策・ソーシャルディスタンスを守る為にマシントレーニングの順番待ちをする事も増えてきました。庭園を歩かれる方、平足靴などを使用し自主トレする方、青竹踏みやタオルギャザーで足裏

## 事業所だより



みかんが豊作！



タオルギャザー

踵を支点にして、タオルを足指全体でたくり寄せる。  
(踵は浮かさない)

をほぐす方など過ごし方は様々ですが、待ち時間も上手に使ってリハビリされています。踏ん張る力が付く事で転倒予防の運動として効果的なタオルギャザーですが、実際行ってみると難しいもので、「苦手」と話される方は多数いらっしゃいます。ご自宅で簡単に出来る運動としてチャレンジしてみませんか？

## すてっぷ

# 「長寿の秘訣



かじかわ まさこ  
**梶川 政子様**

大正11年12月6日生まれ(97歳)



来月12月6日98歳のお誕生を迎えられる梶川様。来所される度に「今いくつでしたっけ？」の質問に「100歳です」と答えてくださいます。100歳まであと2年。つどいの家での最年長者の梶川様に「長生きの秘訣」についてインタビューさせていただきました。

●「長生きの秘訣は？」

それは何も考えず何も意識しない事。長生きをしたいか欲をせず普通にしている事です。「はあこの年になつたらしたい事は無いよ」「好き嫌いもせず何でもよく食べるよ」「肉は硬いから魚の方が食べやすいよ」「一人っ子だったから、まして、女の子だから他に行つた時、好き嫌いをすると嫌われるよ」とお父さんに言われていたよ。カラオケ、相撲、ちぎり絵、縫い物はまあまあ好きだったねえ……。子どもの頃は運動が好きで速く走れてリレーの選

手になった事もあったよ。

●「いつも笑顔で元気でいらつしやいますが、元気の秘訣は？」

それは「飯をしっかりと食べてよく寝ることです。」

●「今後やってみたいことは？」

毎日楽しい一日を送りたいです。



つどいの家に来られる時は自宅の階段を一段一段上り下りされていますね。よく食べ、よく寝る。梶川様の元気の秘訣。納得です。いつも笑顔で「おはようございます」と挨拶して下さる梶川様はつどいの家のアイドルです。来月98歳のお誕生日を迎えられますが、来年、再来年もその先も一緒に誕生日をお祝いさせていただけたらなあ〜って思っています。これからも体に気を付け、お元気な姿を見せに来てくださいな。職員一同お待ちしております！

高山 芳美



ゲームに夢中



狙いを定めて♪



マシントレーニング



## 送迎運転手募集

医療法人あすかでは、送迎運転手を募集しています。女性も大歓迎です。



利用者様の送迎業務



運転が得意な方

詳しい内容はお電話でお問合せいただくか、下記URLまたはQRコードよりアクセスしてご覧ください  
TEL: 082-830-5322(総務)  
<http://www.asuka-net.or.jp/recruit/>



# 「押しフログラム」紹介



## 【リンパトリートメント】

ショートステイいわやでは毎週金曜日の午後、セラピストによるリンパトリートメントを行っています

以前は5階にある足湯にも入っていただいていましたが、コロナ禍の現在はセラピストが各フロアをまわり、希望される方や必要な方を中心に行っています。

マカダミアナッツオイルをつけて足裏、足先から膝下までゆっくりと撫でるようにマッサージしていきます。足元のシートに数滴垂らしたオレンジのエッセンシャルオイルの香りにも癒されます。あまりの気持ちよさについてうとうとされる利用者様もいらつしやいます。マッサージ後は、血流がよくなり夜もよく眠れるとか…。そのほかにも保湿、むくみがとれるなどの効果があるそうです。

毎週この日を楽しみにされている利用者様は、セラピストさんを見つけると、うれしそうにお部屋からフロアに出てこられます。マッサージしてもらっている利用者様をみて、ほかの利用者様も「わたしもやってや」と次々声がかかります。1週間に一度の至福の時ですね。



うっとり♪



気持ちいいよ～



満足！満足！



足首のリンパ節をほぐします



時にはベッド上で行うことも



膝下までしっかりマッサージ



血流がよくなって肌の色が変わっていますね

マッサージ後

マッサージ前

# ショートいわや



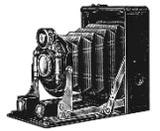
# おもしろきかな我が人生

## ショートステイみどりい

もりた みつこ

森田 ミツ子さん

昭和4年8月8日生まれ(91歳)



名取発表会

今回は、ショートステイみどりいをご利用中の森田さんに、人生についてお話を伺いました。

### 【踊りについて】

私は古市で生まれたのよ。小さい頃に家族で踊りを見に行った事があってね。その時に踊りの先生に「この子に踊りを教えたい」と言ってもらえたらしくて踊りを始めたの。

私は覚えてなかったんだけど、両親と先生の話では初めて見に行った時に歌がかかったらすぐに見よう見まねで踊ってたらしいの。それを見た先生が気に入ってくれて、通うことになったのよ。

その後、戦争が始まってしばらくそれどころじゃなくなっただけね。踊りは出来なかつたんだけど、戦争が終わった頃、先生から手紙が来たの。「また踊りを習いに来ないか」ってね。それでまた踊りを始めたの。その頃の写真も残ってるんだけど、見て、生意気でしょ(笑)まだ15ぐらいなのに気取った顔してるわ(笑)

通ってた流派が『新若柳流』っていうんだけど、通っているうちに先生から「あなたは“なとり”になれるわ」と言われて当時の祇園劇場で発表してもらったの。その時にミツ子のミツを取って『光(ひかり)』という名をいただいたの。そのまま東京に行って新若柳流の当主の方に認めてもらえば日本舞踊で食べていく事になってたんだけど、まだ十代で何もわからず流されてた私を見て、両親から止められたの。「いつまで続くか分からない事をするより、踊りは趣味にした方がいいんじゃないか」って。それから少しして先生が病気で亡くなってしまって、その

話はなくなったの。

でもね、二十歳ぐらいの時に青年団で旅行に行ったりしてたんだけど、旅行先で友達が「踊って」って言うてくれね。舞台上で踊らせてもらったら、色んなところから声をかけてもらえようになったの。お金をもらいうわけじゃなかったけど「来て踊ってくれませんか」と声を掛けてもらって、色んな所に衣装を持って踊りに行ってたのよ。

### 【脳梗塞になった事】

それから忘れもしないのが数年前に脳梗塞になった事ね。明け方にトイレに行こうと思って起きたんだけど、フラツときて動けなくなったの。最後に聞いたのがお嫁さんの「じゃあ、仕事に行ってくるね」という声で、それから訳が分からなくなつたの。

お嫁さんは私の返事がないからおかしいと思って見に来てくれたみたいなんですけど、倒れてるのを見つけて救急車を呼んでくれたのよ。

そして、目が覚めて少しした時にぞろぞろと親戚のみんなが集まってきてね。私は何も覚えてないから何事かと思つたの。あとで聞いた話だと先生から「もうダメだろう」と言われて『最期の別れ』としてみんなを呼んだみたい。

でもね、それからリハビリを頑張つて歩行器があれば歩けるようになって。脳梗塞になったら麻痺が残ったりするけど、私は麻痺もなくて。しばらく経つてから検診で市民病院に行ったら病院の先生がビックリした顔で「あなた、まだ生きとったんか」って言うてきたのよ。「もうダメだと思つたけど、歩けるようになってるじゃないか」って。

それが嬉しくてね。先生がダメだと思つたのに、先生がビックリするぐらい私は回復したんだって思つて。

お嫁さん達家族のみんなや「この人にもたくさん良くしてもらつて感謝してるのよ。」

今は私も90歳を過ぎて残りの時間があんまりないから、主人と一緒に、好きな演歌のレコードを聴いてゆつくり過ごしたいなと思つてるの。



現在のご様子



大人になってから



15,6歳ごろ

職員より  
たくさんのお話を笑顔で聞かせてもらいました。先月のあすか通信でご主人が良いスピーカーを買ったという事を知った森田さん。ご主人の買ったスピーカーで大好きな音楽を楽しめたら良いですね。

加川修太郎

【カメラ】



しゅりあちよーく  
やまもと まさかず  
山本 正一さん(82)

好きなもの：それは「カメラ」、私の一番のパートナーです。昭和25年、カープ誕生。広島県営球場へ記者と同伴でカメラを運んでグラウンドに入ったのが、カメラとの出会いでした。高校の入学祝いでカメラを貰ったのがきっかけで、写真撮影に自然と興味がわきました。

時間があれば、平和公園でモデル撮影、風景等の撮影が楽しく応募したりしていました。退職後は観光がてら、四季折々の景色の撮影、愛犬の成長を写真に撮りまとめたりして思い出作りをしました。

一番のお目当ては、宮島の四季で風情を堪能することです。カメラと共に宮島のことを学習し、宮島検定のゴールド認定を取得しました。また、妻がシーズンを通じて庭に咲かせる花を、日々丹精に育てている草花を撮影し残すことで明るく楽しくなります。



奥様の育てているペンタス



宮島の景色



毎週作成しているカード



昭和29年初代二眼レフ



初めて撮った写真

山本さんは、「パソコンは私にとって最大のライバルです！」と言い、毎日パソコンに向かい、写真の編集に取り組んでおられます。自然の風景、奥様が大切に育てている草花や、宮島のスポット紹介等をカードにして持参して下さいます。他にも、カレンダーやバスデーカード等の制作を楽しまれています。

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

まやちちよーく  
通所リハビリテーション すてつが  
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

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

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

あすかケアアプラザ

緑井2丁目 9・31・101

あすか訪問看護ステーション

あすか療養センター

“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](mailto: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】

急に寒くなりましたね。我が家はこたつを出しました。◎寒がりな私はこたつに入り、背中にファンヒーターをまとうという完全防備なスタイルです。最高に幸せです(笑)  
そして冬になると毎年頭を悩ませるタイヤどうしよう問題…勤務地を考えればスタッドレスに替えておくべき！でもそのための労力を考えると…去年はぐずぐず悩んでいる間にいつの間にか春になっていました(笑)今年もはラニーニャ現象で雪が多いとか？やっぱり替えておいた方がいいですかね…悩みますね 😊