

ここひろ通



令和2年2月号

ここひろ青梅

東京都青梅市東青梅4-17-42 袖木沢ビル1F
TEL: 0428-23-8220

地域ケアサポート館 福わ家・小規模多機能ホーム
東京都青梅市藤橋2-614-18
TEL: 0428-30-0512

地域ケアサポート館 福わ家・グループホーム
東京都青梅市藤橋2-614-6
TEL: 0428-78-2100

地域ケアサポート館 福ら笑(ふらわー)
小規模多機能ホーム・グループホーム
東京都羽村市川崎1-7-8
TEL: 042-555-6678

ここひろは
来はめく来

原点回帰 タケル(仮名)さんと

これまで、たくさんのおじいさんおばあさんとの出会いがあり、そして別れがあった。なかでも現在福祉の仕事に携わるうえでの責任感と、使命感を感じさせてくれたのが、タケルさんとの出会いでした。

それは私がまだ26歳、特別養護老人ホーム(以下特養)で副主任として働いていたときのこと。タケルさんは今の要介護認定でいえば要支援1程度の状態で、かつ精神面での自立度も高く、自分自身の意見をはっきりと発言することができる人でした。周囲の説得なのか、ユートピア伝説を信じてしまったのか、入所理由がよくわからない謎の入所となった。

そんなタケルさんは入所1ヶ月もたつと特養という環境に不満を抱くようになり、「退所したい」と口にするようになります。タケルさんの状況から言えば当然の訴えなのだけど、いまさら...。入所の決断を誤りであったと悔やむタケルさん、当時フロアリーダーである私に毎日のように辛い表情で訴えかけてくるのです。しかし時代は措置制度下、そうそう簡単に入所も退所もできません。僕がしたことはなかなか難しいねえとお茶を濁すような会話だけ、あまりに僕たち職員の態度がつかないため、さすがのタケルさんも退去はかなわないのだという現実を受け入れざるをえなくなっていく。当初の元気もりもりで、はきはきとした表情は曇りがちとなり、施設という環境に慣れようとしているかのようにすら見えました。自分でできることまでスタッフに頼むようになるなど、スタッフに依存している? という状態になりかけたタケルさんですが、ある一つのことを私に懇願するときだけはかつての意気揚々とはきはきした姿を見せてくれるのです。それは、「自宅で、自分で淹れたコーヒーを飲みたい」というもの。今の私の事業所であれば簡単に実現できる望み。だけど、措置制度下においてはいったん入所させた人を一時帰宅させるなどの前例もなく、高いハードルとなって立ちどころです。

私自身に置きかえて考えると、自宅で淹れたコーヒーを飲むなどということはあまりにも当たり前の話。あえて人に懇願してまで実現させたいと願うようなことではない。しかし私の職場においてはそんな当たり前と思えるようなことすら、実現することができない。私は一人の介護職として、介護とは何か? 支援とは何か? 個別援助計画や自立支援とは、だれのために、何のためにあるのか? と悩みを持つ日々となり、だんだんと自分の仕事に自信が持たなくなってしまうのです。このままではいけない、そんな情けない自分では嫌だし、何より僕は曇りがちな表情のタケルさんより、「コーヒーを飲みたい!」と言っているタケルさんのほうが断然好き。もしもこの言葉すらタケルさんから出なくなったとしたら、タケルさんも僕自身もきっと納得のいかない未来になってしまうのではなかろうか。そんなことが怖くなってしまったのです。

そして僕は一念発起し、「自宅で、自分で淹れたコーヒーを飲みたい」—この言葉の実現に向けて動き出すこととしたのです。

以下次号へ 井上 信太郎

感染症～インフルエンザ～

1月の全大会は、福わ家の看護師・新井つね子さんを講師としインフルエンザについて研修を行いました。この時期、インフルエンザにかかったら、と心配になります。発熱・悪寒・関節痛など症状が出た場合は受診し薬をもらうのが基本ですが、急な発熱から6時間以上経過しないと、検査をしても感染がわからない場合があるとのこと。また熱を下げるために「ロキソニン」を飲んでしまうとインフルエンザの反応が出にくくなってしまうことがあるそうです。

受診後、半日以上水分が取れなかったり、摂取しても嘔吐や下痢がある場合は再度受診が必要です。インフルエンザウィルスは低温低湿度の条件で増殖するのでこまめに換気をし、室温20～25度・湿度50～60%に保てるように調整することも大切です。加湿器を使用する際、水はつぎ足さず、新しい水に変えて菌を発生させないように日頃から注意することも大切です。インフルエンザにかからないために、予防接種をしてマスク・手洗いを行いましょう。

研修の終わりには、ヘルパーの体の相談も気軽にできて、有意義な研修になりました。

ここひろ青梅 福島



福ら笑勤務:
麻生 隆司

昨年2月に入社しました麻生です。早いもので1年が経ちました。昭和21年3月東京都三鷹市に生まれ、25歳まで実家に住んでいました。その当時、三鷹市は畑・田んぼ・山林が広がって子供の頃はザリガニ・ドジョウ・マス等を川で捕って遊んだ記憶がございます。大学1年生の時に東京オリンピックが行われ、開会式を友達4人とアルバイト先のテレビで見たことを思い出します。今年、東京オリンピックが行われますが、まさか私の人生の中で2度見られるとは思いませんでした。スポーツ観戦が好きなので楽しみにしています。私の趣味は「巨人大鵬玉子焼き」の時代に育ったこともありまして、野球（大の巨人ファン）と相撲のテレビ観戦です。シーズンになりますとテレビにくぎ付けです。その他には麻雀も好きです。健康に気をつけ仕事に頑張っていきたいと思います。よろしくお願ひします。

スタッフ紹介
ゆめきもち



福わ家勤務:
金田 尚勲

こんにちは、福わ家で介護職員として勤めております金田尚勲（かねだなおくん）と申します。なおくんが名前です。スタッフの方からはキンちゃんと呼ばれています（笑）

福生生まれの福生育ちで現在も福生に住んでいます。福生市は自然豊かな街で公園も多いことが特徴です。また横田基地があるため外国の方が多く暮らしており、国際色豊かな街です。趣味は野球観戦で巨人ファン歴半世紀です。以前は仲間と一緒に東京ドームや神宮球場、当時の西武ライオンズ球場に観戦に行きました。休みの時はジョギングやウォーキングをしてリフレッシュしています。ウォーキングは時に1時間半程度することもあります。鉄道好きでもあり、東京周辺の鉄道はほとんど乗車したことがあります。駅名もほとんど覚えていますが！（笑）

【青梅市藤橋】地域ケアサポート館・福わ家
小規模多機能ホーム/グループホーム

鬼は外！ふわ～うち

福わ家で豆まき～鬼わ外！福わ家！！～

立春の前日に当たる節分は、旧暦でいう大晦日となり、その日にその年の厄を払う行事が行われるようになったのが「豆まき」の始まりだそうです。

昔は、悪いもの（厄）の象徴の一つが「鬼」だったのでしょ。

子供の頃、「いたずらすると鬼に連れていかれるよ」とよく脅されたものです。その鬼をやっつける武器とされたのが「豆」で、「魔物の目をめがけて豆を投げれば、魔を滅ぼす」＝魔の目→豆なんだそうです。

そしてこの豆には、炒った大豆が使われ、鬼が出るという夜になると、近所の家から「鬼わ～外、福わ～家」の声と共に豆をまく音が聞こえてきました。豆も年の数+1個を食べるとその年は病気をせずに過ごせると言われ、一粒一粒大事に食べたものです。

時は流れて令和になり、福わ家では、時代と環境にそった豆まきが行われました。

外見は荒々しいけど、どこかやさし気な鬼が、3時のお茶どきに現れ、利用者の皆さんが手に取った武器は、なんと小袋に入った甘納豆です！

それでも、「子どもが小さかった頃はよくやったなあ・・・」「ほんとだ・・・」と。懐かしそうに笑顔で話してくださいました。

ほんの一瞬だったかもしれませんが、きっとそれぞれの思い出の中にタイムスリップされていたのでしょね。

福わ家 大極



【羽村市川崎】地域ケアサポート館・福ら笑
小規模多機能ホーム/グループホーム

笑う門には福きたる

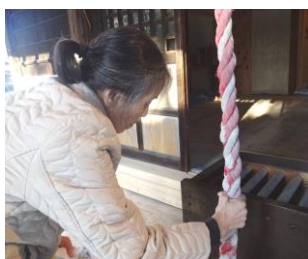
年始のひととき・・・

年始から例年以上の暖冬でしたが、いかがお過ごしでしょうか。

元旦は、快晴に恵まれ、ご近所の神明神社へ初詣に出かけることができました。少人数ではありましたが、お一人お一人神妙な面持ちで普段は歩くことも少なくなった方も積極的に神前の階段や坂を上り、参拝することができました。

また、先日 1/19 は川崎地区の餅つき大会に参加し、地区の皆さんの熱意とあたたかいお心遣いをいただきました。おいしいお餅と食事だけでなく、杵と臼でもちを搗く貴重な体験をさせて頂き、利用者さんは子供のころからやっていたとのこと、息も上がらずに上手に餅をつく姿に心底驚きました。

地域の皆さんと共に日々を楽しみながらイキイキと過ごしていきたいと思いますので、今年もよろしくお願致します。



福ら笑 志賀

寒い冬 読書 はいかがですか？

青梅市の図書館では、目や耳が不自由な方や、図書館まで行けない、行くのがたいへんという方にも、図書館を楽しんでいただくために、ハンディキャップサービスを行っています。

- ① 対面朗読サービス（※要ハンディキャップサービス登録、事前申し込みが必要）
- ② 録音図書の貸出（※要ハンディキャップサービス登録）
（デジタル化された録音図書を専用機器やパソコンでご利用いただけます。）
- ③ 点字図書の貸出



- ④ 大活字本の貸出⇒文字の大きさは **これくらい。大きい文字ですね。**

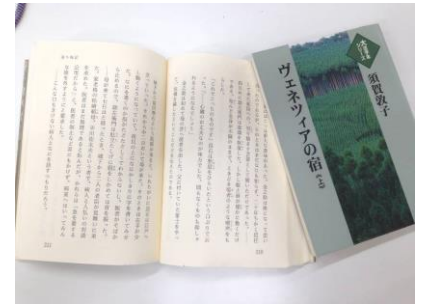
※①、②を利用する場合、ハンディキャップサービスの登録が別途必要になります。

青梅市中央図書館にて登録（来館・電話）を行っていますので、住所・氏名が確認できるもの（保険証など）、身体障害者手帳をお持ちの方はご持参ください（手帳がない方でも登録できます）

詳しくは中央図書館ハンディキャップ担当へご相談ください。（青梅市中央図書館 0428-22-6543）

実際に大活字本を中央図書館で借りてみました。3階の奥に大活字本の棚があり、小説やエッセイなどたくさんの本がありました。一般の単行本と同じくらいの大きさ・重さで、柔らかい紙の表紙なので、高齢の方でも気軽に手に取っていただけると思います。

ここひろのご利用者様にも読書の好きな方がいるので、最近読んだ本を教えてくださいました。



ここひろ青梅 矢萩



本の紹介：【鑿師（たがねし）】 平岩弓枝 著
第41回直木賞受賞作品
無銘の古刀に名匠の偽銘を切って高価な刀剣にする鑿師。その並々ならぬ技術を見破る刀剣鑑定家。火花を散らす名人同士の対決に、恩愛のきずながらむ厳しい世界をしっかりと描いた作品です。

昔からよく読書をしていました。すでに昔読んだ「鑿師（たがねし）」を、最近また読みたくなったのよ。

ご利用者：Nさんより



介護保険のいろいろ

ふ

負担限度額認定証の申請を

ショートステイを利用するときや特養に入所する場合など、全額自己負担になる食費と居住費の負担を軽減するために、減額を受けられる制度があります。所得や資産に依る減額ですが、市民税が非課税の世帯は対象になります。預貯金や株券などの資産が1千万円以上（夫婦なら2千万円以上）の場合は対象外です。申請をしないと受けられないので、ショートステイの利用を検討されているなら、早めに申請をしておきましょう。1年ごとの更新です。

ここひろ青梅 奥山