

第101号

9月

# あいしま号

〒246-0022

横浜市瀬谷区三ツ境

73-7

株式会社アイシマ

TEL045-360-6021

グループホームあんず職員

松本すみ子さん

からのお話です。

私はアイシマに入社して7年、アイシマホームカレッジでヘルパーの資格を取得して6年になりました。

その前は電機関係の仕事で30年働き退職しましたがまだ仕事をしたという思いから、知人の紹介でアイシマの職員採用面接を受けました。

その後採用となり、グループホームあんずに配属が決まりました。

入社当時は、入居者様に対して声かけすら出来ず、どうしたら歩み寄れるのか、自分は向いていないのではないかと、悩み日々が続きました。

それでもまずは一ヶ月間頑張ってみようと思い直し、まず入居者様を知ることがから始めようと個人ファイル

を作って、何でもメモを取っていきました。

介護施設での仕事は本当に毎日分からないことだらけだったのですが、そんな時、以前2年間義母の介護をした時の事を思い出しました。



当時まだ息子はまだ2才、保育園に預け、介護を利用すると言っても訪問看護と訪問入浴だけの時代、どこに相談すればいいのかも分からず、とにかく自分の出来ることをやるしかなく、懸命に生きていた時のことです。

義母は自分の息子である私の主人や家族の認識が出来ない程の状態でした。私は隣の奥さん、または旅

館の仲居さんだったり、毎日の変化に合わせていたこと、夜間の独り言に、一度だけ主人が「眠れない」と怒った事から怯えた目で私に助けを求めていた時の事が思い出されます。

家族の中で、私が一緒にいる時間が長く、信頼してくれていた事を思い、嬉しかったことを思い出しました。

この経験から、相手の気持ちに寄り添い、アイシマでもまごころの介護を目指そうと思いました。

利用者様に「今日は笑った。楽しかった。」と思ってくれたことも嬉しく思います。

これからも技術、知識の向上に努めながら日々勉強と、思い頑張っていきたいと思っています。

良いスタッフ、ホーム長に出会えた事で頑張れていると思っています。



平成28年10月12日(水)  
株式会社アイシマ 公開研修会

## 「高齢者支援に向けて」

「住み慣れた地域で穏やかに安心して暮らし続けるためのサポート」

地域包括ケアを担う

専門職の立場から

●座長

(株)アイシマ 看護部長

看護師 野水 千栄子

●発言者

みひらくクリニック院長

医師 三平 将彦

訪問看護ステーション 所長

看護師 梅田 ひとみ

居宅介護支援事業所 所長

介護支援専門員 田邊 順子

在宅介護

介護福祉士 奥田 智美

小規模多機能型居宅介護事業所 所長

介護福祉士 岩本 明広

認知症対応型共同生活介護事業所 所長

介護福祉士 松井 芳文

### 瀬谷公会堂 講堂

18～20時 入場無料

公共の交通機関をご利用ください。

グループホームききょう  
〜流しそうめん〜



9月7日、台風が近づいて  
いる為、不安定なお天気の中  
でしたが、流しそうめんを行  
うことができました。全員一  
度に参加するのは難しい為、  
前半・後半に分かれました。  
外に出てこられた時は皆様  
ニコニコされ、とても楽しみ  
にされている様子です！  
職員「そろそろ流します  
よ〜」の一声に、皆様竹の所  
へ！そうめんが流れてくる  
と・・・  
「わあ、取れた。たくさんた  
べるわよ」とたくさん取れた  
方がいらっしやる一方、「流  
れていくのが速過ぎて取れ

ないわよ」  
と、なかなか取れない方も  
そんな時は、みんなで協力！  
竹の節のところまで、そうめん  
をせき止め、「ほらほら、こ  
こだよ。ここなら取れるよ」  
「良かった。これなら食べら  
れるわ！」そんな協力もあり、  
召し上がることができまし  
た。



そして、後半戦のスタート。  
席に着かれると、「カンパー  
イ」の声！御椀におつゆを入  
れ、竹の所へ。

「そうめん、本当に大好きな  
のよね。いくらでも食べられ  
る。どんどん食べていい  
のっ」と聞きながら、たくさ  
んすくい、「いつもこんな



食べられないものね」  
楽しそうに召し上がってい  
ました。その傍ら・・・「効  
率よく取らないとね」と、流  
れて終着地点の桶に集まっ  
たそうめんをこっそり取り、  
召し上がる姿も・・・。  
いつもと違った雰囲気  
の食事はおいしく、とても楽  
しい時間を過ごす事ができま  
した。



### 旬の食材 すだち



8〜9月頃に出まわり始め、  
10月がピークになる徳島の特  
産作物です。

酸味が強く香り高いことから  
「香酸柑橘」と呼ばれ健康降下  
も期待されるものです。

酸っぱさの正体はクエン酸。  
クエン酸は食事から摂った糖質  
が分解されてエネルギーに変換  
される過程で欠かせないもので  
す。(クエン酸サイクル)

クエン酸が体内に不足する事  
で糖質がエネルギーに変換され  
なくなると体内に蓄積され、体  
脂肪を増やしてしまつ他、乳酸  
に変化させて疲労感を感じさせ  
てしまいます。

体内の代謝を活性化させたり  
血液サラサラ効果も期待できる  
ので胃腸が弱い人や食欲不振の  
方にもお勧めです。

これからの季節、強い日差し  
を浴びる事も多いのでビタミン  
C摂取にも期待できるので常備  
しておくのも良いですね。

### アイシンの

### 中華レストラン 風の音

☆風は10時30分〜15時

週替わりのランチメニューあり

☆夜は17時〜21時30分

(ラストオーダー21時)

☆毎週火曜日レディースデー

☆風の音 045・3699・0522

横浜市瀬谷区三ツ境159の10

☆10名様以上コース料理ご予約で宴会  
場(カラオケ設備あり)をご利用い  
だけます。

☆混みあっている場合がありますので  
電話でご予約をお勧めします



### 編集後記

なが〜い夏休みが終わり、  
やっと生活のリズムが戻って  
きました。まだまだ暑い日  
が、続いています。  
体調を崩さないようこ  
気をつけましょ (か)