



喜怒哀楽

K I D O A I R A K U

- 発行 高知県介護福祉士会
- 編集 広報委員会
- 事務局 〒780-8567
高知市朝倉戊375-1
高知県社会福祉協議会内
TEL 088-844-4611
FAX 088-844-9443
- URL <http://kaigo-kochi.jp/>

文字で伝えるということ

高知県介護福祉士会 副会長 山中 由美子



暦の上では秋とはいえ、太陽がまだまだきつく、日本ならではの二十四節気が現在の地球の環境とずれていると最近は言われていますね。皆さんの今年の夏の思い出は何だったでしょうか？ちょうど1年前の8月号の喜怒哀楽では「言葉の力」と題し、記事を投稿させていただきました。今年は「文字で伝える」ということに触れてみたいと思います。

コミュニケーションツールの基本として「読む、聞く、書く、話す」があり、それらは人間に与えられた特権として、暮らしのなかで当たり前のように使用しています。そして与えられたその特権をさらに私たちは介護の専門家として、ご利用者の暮らしを守るために、日々活用しています。もともと話すよりも私は書くことが好きでした。そして介護の仕事を通し、また書類の重みや一文字一文字を意識して慎重に選択したうえで、一つの文章にしていくことの大切さを教えてくれた上司にも出会い、現在に至っています。

この文字を通して伝えていく介護業務に「記録」があります。どの現場でも頭を悩ませていることでしょう。しかし私たちの日々の実践を形にするには、記録を残すしかありません。また介護記録のみならず、職務上さまざまな帳票類が現場には存在しており、そのつど必要に応じて書きとどめているはずですが、その労力は大変なことですが、書くのなら、読み手に伝わる正しい文章であることが大前提だと思っています。

以前、ある会議でこのような発言を聞きました。「国民がやっと介護という領域に興味を持ち始めた証拠…しかし介護職は言葉を知らない。服装を知らない。(略) もっと専門性を発揮していくためにも勉強しないとダメだと思う」と。介護職を思うがゆえの激励だと思います。この言葉を真摯に受け止め「相手に文字で伝える」「伝えるなら正しい文章表現を意識する」という基本的なことが実は大事なのではないでしょうか。ともすれば指導を受ける側はそんな細かいことまで…と思うことがあるかもしれません。でもそんなことに意味も価値もあるのだと思っています。

一文字一文字、そして一つの文章。昨日よりも意識してみませんか？

ポカリスエット パウダー 10ℓ用

「手軽さ」「大容量」「機能性」が魅力。

介護現場においても熱中症対策等のシーンで、水分補給の信頼のブランド「ポカリスエット」が支持されています。

大塚製薬(株)高知出張所

高知市高須1-17-31

TEL 088-883-7931

<http://www.kakuredassui.jp/>



メーカー希望小売価格650円(税別) 1リットル当り65円

研 修 報 告

平成27年度 第2回 全体研修会報告 「アクティビティケア(音楽療法・笑いヨガ)」

7月11日(土)、第2回全体研修会を開催いたしました。今回は「アクティビティケア(音楽療法・笑いヨガ)」と題し、音楽療法士 森岡由紀氏、土佐の国笑いと癒やし研究所 代表 及川勝栄氏を講師に招きました。

まず前半は「音楽療法」について森岡由紀氏にご講義いただきました。音楽療法では、心身機能の維持改善を目的としており、生活の質の向上のために一つひとつの活動に目標があることを学びました。その後、五感をリハビリにと実践しましたが、初めて見た楽器から、手作りの楽器など“音”を楽しみ、コミュニケーションで会場もひとつの輪になりました。

続いて「笑いヨガ」について及川勝栄氏にご講義いただきました。「笑いの体操」と「ヨガの呼吸法」を組み合わせることから、「笑いヨガ」と名付けられ、“笑い”はお金がかからず、タダで健康になる“良薬”と学びました。とにかく終始会場内が笑いの渦で、吐くから始まる笑いヨガ、そして後は吸うしかないのと及川先生の情熱にすいこまれるように活気と笑顔があふれ、脳の活性化につながることを体験しました。

「音楽療法」と「笑いヨガ」が、どのような役割を果たし生活を豊かにするかを知り、まず支援者自身がいろんなアクティビティケアを考えるヒントになったのではないのでしょうか。参加していただいた皆さんありがとうございました。

広報委員 堅田 佐知子

当日の研修会の様子



音楽療法



笑いヨガ

私たちにしかお手伝いできないこと。

Our pride ≡ Dynamic Action

Arising happiness

社会も企業もそれを構成するのは「人」。
雇用環境の整備をとおして、
人への環境を良くすることが、大きな喜び。

総合人材サービス
WS
WORK STAFF
(株)ワークスタッフ
高知営業所 高知市北本町4-5-33
☎ 0120-09-3719
<http://www.ws-gp.co.jp/>

新 理 事 紹 介

今回は新理事6名を紹介します！

西部ブロック 広報委員

①氏名 堅田 佐知子(かたた さちこ)

②所属 一陽病院医療相談室

③介護職に就いたきっかけ

保育士時代に、病院へ子供達を連れて訪問をしているうちにお年寄りと子供達の相乗効果を感じ「地域福祉」を目指したのがきっかけ。

④理事としての抱負

理事として更に研鑽し、子どももお年寄りも障害者も誰もが安心して生活できる「地域福祉」を目指していきたいと思います。



西部ブロック 広報委員

①氏名 山本 恵(やまもとめぐみ)

②所属 特別養護老人ホーム
夢の丘

③介護職に就いたきっかけ

学生時代に体験したこと、また将来性のある安定した仕事だと思ったからです。

④理事としての抱負

理事として活動することで、人脈も広がり、他事業所の方との交流を深めることができます。また情報交換の場にもなり自分のプラスになりますので、頑張っていきたいと思います。



東部ブロック 研修委員

①氏名 田中 甫味(たなか ふみ)

②所属 特別養護老人ホーム
ウエルプラザやまだ荘

③介護職に就いたきっかけ

高校生の時に地域で生活している高齢者の支えになりたいと漠然と思ったことがきっかけで福祉系大学に進学しました。その中で福祉の世界を知り、やはり高齢者福祉に携わりたいという気持ちが大きく就職しました。

④理事としての抱負

青年部NEXTでの活動を活かして、即戦力になれるように頑張っていきたいと思います。研修委員をさせていただいていますので、皆さんに参加したいと思っていただけるような研修を計画し、実施していきたいと思います。よろしくお願ひします。



中央ブロック 企画委員

①氏名 森田 誠(もりたまこと)

②所属 居宅介護支援事業所
スタイル管理者

③介護職に就いたきっかけ

介護福祉士とは何かも理解しないまま安定性を求めて福祉の世界に飛び込みました。

④理事としての抱負

在宅でのケアマネジャーからの視点で介護福祉士に求めること、目指してもらいたいことなど少しでもお伝えでき、スキルアップや意欲の向上のお役にたちたいと考えています。



中央ブロック 企画委員

①氏名 福西 利孝(ふにし としたか)

②所属 社会福祉法人ファミーユ
高知 高知ハビリテーリ
ングセンター

③介護職に就いたきっかけ

旅行業等で20年間営業職でした。心機一転、未経験の仕事をしたかったからです。

④理事としての抱負

いろいろ勉強させていただき、より多くの会員の方へお伝えできるよう頑張ります。



中央ブロック 研修委員

①氏名 福島 寿道(ふくしまとしみち)

②所属 永井病院

③介護職に就いたきっかけ

当時制度化されたばかりの介護福祉士の資格を目にし、専門学校へ入学したことがきっかけ(入学後までどんな仕事か知らなかった)

④理事としての抱負

多職種連携は、現場、職能団体、地域、すべてが繋がって叶うと考えています。介護福祉士の発展に微弱ながらも貢献できればと思います。よろしくお願ひします。



介護知っ得ポイント

今号は夏バテを乗り切る食事メニュー について紹介します！

社会福祉法人香南会 栄養管理部 岡 本 美 奈

《フライパンで作る夏野菜カレードライア風》

夏バテの原因として、水分や運動不足・強い疲労や睡眠不足・暑い室内での長時間の作業で、激しく体力を消耗してしまうことが主な原因となります。

症状として、体がダルくなり、疲れが取れづらくなり、だんだんと食欲がなくなってきました。

夏場の献立を考える時、冷たい簡単な献立になり、食欲が落ちると、どうしても食事バランスが偏りがちになってしまいます。

在宅の食事内容も、主菜から副菜まで、栄養バランスを考えた食事内容ではありますが、調理に時間を取られてしまいます。

そこで今回、いつもの食事で簡単に、夏バテ予防ができるメニューを考えました。子供も大人も大好物なカレーで、フライパンを使った時短カレードライアの紹介をします。

まず、豚ミンチとにんにくとニラを炒めます。豚肉は、ビタミンB1が豊富で疲労回復の効果が高いです。にんにく、ニラもビタミンB1、B2が含まれておりスタミナ野菜とも言われています。お年寄りに食べやすいよう、豚スライスではなく豚ミンチに、ニラはみじん切りにした方が良いでしょう。炒めた具に炊き上がったごはんを加え、カレールー・水を加え、リゾット風にします。

次に、上に飾る夏野菜です。なすは、体内の温度を下げる効果があり、夏バテ予防に最適です。それ以外の効果として、ガン予防にも良いとされている野菜です。オクラとパプリカは、カロテン・ビタミンCが豊富です。なすとオクラはさっと茹で、パプリカと共に炒めます。

リゾット風に仕上げたご飯の上に、炒めた夏野菜をのせ、輪切りに切ったトマトとチーズをのせて、蓋をして3分で出来上がりです。トマトは、ビタミン・リコピンが含まれており、疲労回復はもちろん、美白効果もあります。是非、お試しください。



施設環境企画

病院・福祉施設備品／介護浴槽 療養ベッド／業務用ランドリーシステム



株式会社 **アイダシステム**

本 社 〒763-0052 香川県丸亀市津森町868-3 TEL 0877-35-9570 FAX 0877-35-9571
E-mail:aidasystem.1963@pony.ocn.ne.jp

愛媛営業所 〒791-3110 愛媛県伊予郡松前町浜862-7 武井ビル2F TEL 089-916-9209 FAX 089-904-3461
E-mail:aidasystem-ehime@cnc.e-catv.ne.jp

第1回NEXT勉強会(施設見学編)

6月27日(土)、今年度最初の勉強会として、社会福祉法人ザ・ハート・クラブの施設見学を行いました。生憎の空模様でしたが、当日は19名の方が参加されました。複数の事業を展開されているということもあり、入所系、在宅系など複数の事業所の方が参加して下さいました。

見学前に法人の概要を説明していただいた後、今回の施設見学のメインである小規模多機能型居宅介護事業所

「SITA(サイタ)」及び本体施設の特別養護老人ホーム「スウィート・ハート・ホーム(従来型)」、そして特養の増床部分である新館を3グループに分かれて見学させていただきました。各施設によって特徴を生かしたハード面での整備もあり、興味がわいてくる所が多くありました。

また活発なレクリエーション活動の実施や、外国人介護職員の受け入れも行っており、通常業務後に外部の大学の先生を招いて資格取得の指導や、職員を主体として土佐弁の勉強も実施しているということでした。さらに、私達が抱えている悩みの共有や、それをどのように改善していけば良いのかなど、ヒントを得ることができたと思います。他施設の特色や取り組み等を学ぶことで、自身の事業所について再確認でき、参加者の皆さんも学びを深めることができました。

その後、場は夜の宴へと移り、情報交換会を行いました。施設見学で感じたことやその他の情報交換も行いながら、楽しい時間を過ごすことができました。

今年度は他にも研修やスポーツ大会を予定しております。しっかり学んだら、しっかりリフレッシュもする！という形でやっていきたいと思いますので、皆さんも事業所の仲間を誘って参加していただけたらと思います。今後ともよろしくお願ひします。

理事 田中甫味



有限会社ケアサポート

～資格をとりませんか？～

初任者研修(旧2級ヘルパー)
福祉用具専門相談員 等

講習の企画・計画が沢山あります。まずはお問い合わせください。

【お問い合わせ】〒781-5102

高知市大津 1404-41 有限会社ケアサポート

TEL 090-8697-1900

●●●研修・イベントのお知らせ●●●

日程	内容	講師等	会場	定員
9月12日(土)	介護福祉士実習指導者フォローアップ研修会	高知県介護福祉士会 会長 佐井 健二 他	ふくし交流プラザ	50名
9月26日(土) 9月27日(日)	第21回中国・四国フロック研修会 山口県大会		下関グランドホテル	
10月3日(土)	記録の書き方(応用編)	高知県介護福祉士会 副会長 山中 由美子	ふくし交流プラザ	50名
10月7日(水) 11月25日(水)	介護福祉士国家試験模擬試験(1回目・2回目)		ふくし交流プラザ	各 160名
10月24日(土)	介護技術研修① 機能訓練について	高知県介護福祉士会 理事 福島 寿道 他	ふくし交流プラザ	未定
11月4・5日(水・木) 12月2・3日(水・木)	介護福祉士実習指導者講習会 前半・後半	高知県介護福祉士会理事 他	ふくし交流プラザ	40名 予定

※各研修会の要綱は、準備ができ次第本会ホームページに掲載します。

(ホームページアドレス <http://kaigo-kochi.jp/>)

研修会について何かご要望等ありましたら、下記のメールアドレスまでお願いいたします。

ccw@kaigo-kochi.jp

編集後記

残暑厳しい毎日が続いておりますが、皆さん夏バテなどされていないでしょうか？

今回の広報では、この時季に最適な「夏バテ防止メニュー」の記事をお願いし、掲載しております。ご利用者も、介護を提供する方も是非、お試してください。また広報に対してのご意見などありましたら、事務局までご連絡ください。

広報委員長 溝淵 由記

介護・福祉用具の販売・レンタルの事なら、お任せ下さい！

alfresa アルフレッサ篠原化学株式会社

シルバー事業部 高知市南御座9-41(展示場)

TEL088-882-5000 <http://www.e-shinohara.co.jp>



日本ダストコントロール協会加盟店
清潔と快適の総合サービスをめざす リユース&リニューズ

有限 リースキン高知 会社

〒781-0252

本社 高知市瀬戸東町2丁目77番地2

営業所 高知市長浜1592-4

TEL (088)841-6336 Fax (088)841-5668