

まごころだより 高松

2019年春号
平成31年4月1日発行

発行所 まごころケアサービス 高松センター
〒761-8052 高松市松並町802番地1 TEL 087-865-8001 FAX 087-865-8039 E-mail magokoro@hyper.ocn.ne.jp URL http://cho-juu.info/
印刷所 株式会社成光社 〒760-0065 香川県高松市朝日町5-14-2 TEL/087-823-0222



いざ実習!! がんばりまーす。



カランコエ
(事務所のお花)



第8回福祉有償運送者講習セダン等運転者講習で熱心に学んでいます。

平成から次の時代へ

NPO法人長寿社会支援協会

理事 兼間 達郎

平成が終わろうとしています。三十年前のあの日、私は高校受験を控えて落ち着かない冬休みを終えようとしていました。その年に高校に入学したわけですから、当然入学年度は平成元年度でした。通った高校は新設校で、私は三期生でした。つまり私が入学して三学年揃ったわけで、校舎も設備も真新しくなったことを覚えています。

先日その高校が三十周年を迎え、同窓会で記念事業を催す計画など色々話をしていた折に、良い機会だから同窓会の名前を創ろう、ということになりました。歴代校長先生にも何人かお会いして、学校創立の由来や校風などを伺い、一連の手続きを経て「鶴朋会」という名称に決まりました。周年などの節目の折に、これまでの経緯や歴史を辿る作業をしたりすると、知らなかった事実を見聞きしたり思わぬ人との出会いがあったりするので、今回もその貴重な体験を得ることが出来ました。

あらためて自分自身の平成一振り返ると、いま穏やかに過ごしている日々を忘れて、平坦な人生でなかったことを思い出します。学生時代の夢を追った日々、失敗と挫折の苦悩との闘い、進達し成功を掴んだ経験、家族の温かさ、子供の成長の喜び……。きりがありません。これまでの人生の歩みの中で、多くの人に守られ、救われ、許されて今があることに、反省と感謝の思いを改めて感じます。

いよいよ元号が変わります。会員皆様におかれましても、それぞれの平成一を総括されながら、晴れやかに新時代を迎えられますよう祈念いたします。

● 目次 ●

● 平成から次の時代へ 1	まごころ寒川 3
● 各部会だより 2	● 免震・制振装置って耐震とどう違うの? 3
研修部 2	● 新任のご挨拶 4
居宅支援事業所 2	● 平成31年度 総会のご案内 4
訪問介護 2	● 脳トレ単語パズル 4
まごころサービス 2	● 新入会員 4
まごころ長尾 2	● 編集後記 4

研修部

★第8回福祉有償運送運転者講習セダン等運転者講習が平成31年2月23日(土)に開催され、6名が受講されました。移動困難者が増大するなか、今回の研修で資格を取得された皆様、今後とも利用者さんの安全、安心な移送にがんばって下さい。

★平成30年(第78期)地域福祉推進員養成セミナー(介護職員初任者研修課程通信方式)が平成31年3月13日に修了しました。インドネシアからの実習生2名の方が受講して、日本語に慣れないなか大変な努力をされていきました。

これからは共にスキルアップしながら、介護の世界を明るく楽しい職場にしていきたいと思います。



居宅支援事業所

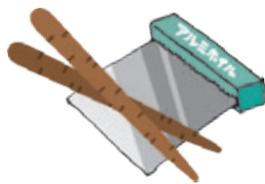
三月の初めに担当の利用者が亡くなりました。二月十五日にトイレまで自分で歩いて行き、動けなくなっただからわずかに二週間後の事でした。訪問するたびに容態が悪くなる中で本人、家族、担当ケアマネージャーで話しあい、最後まで在宅で看取る事になり、往診の医師や訪問看護の担当者、福祉用具担当者が迅速に動いて下さり、最後まで本人の願う在宅での看取りが出来たのだと思います。

動けなくなった時にすぐに救急搬送で入院していたら、延命出来たとも思いますが、本人の意思に寄り添う支援もある事を実感しました。

訪問介護

ヘルパーさん試して！
限られた時間での調理は大変です。2点ご紹介！

※ごぼうの皮むきにアルミホイールでこする。↓手早くむけますよ。
※大根、人参を使いやすい大きさに切り冷凍しておく。↓解凍せず調理すると、早く味が染込みます。



今まで数多くの御利用者とお会いしましたし、お別れも経験しました。これからも、初心の気持ちを忘れずに、心のこもったケアをしていきたいです。



まごころ長尾(長寿閣)

長寿閣は旧庄屋のお屋敷で、大きな日本庭園やお茶室があります。近くには亀鶴公園、長尾運動公園があります。

- 人生を楽しく
- 一、来年も生きていたら 生きていたら 何でもやれる。
 - 二、自分のペースで何でもやれば出来る。
 - 三、やっぱり人間には笑が必要だ。
 - 四、笑顔自慢の私は、おこったり、泣いたりしません。

まごころサービス

介護の仕事を通して、たくさんの方を学びました。どの仕事でも「人」対「人」だと思えますが、介護の世界でも「人」対「人」であり、また「心」と「心」でもあると実感しています。

長寿閣の庭には梅や桜やサザンカ、椿、その他あります。一回遊びに来てね。



まじろ寒川（あかりの里）

冷えから身を守ろう

寒い日が続くと、筋肉や関節が冷えて固まる。「冷えは万病の元」という言葉があるとおり、身体の冷えをそのまま放っておくと、さまざまな病気を引き起こす要因になります。又、歩行が不安定になりつまずきやすくなります。

施設では椅子に座って、ラジオ体操、膝を曲げたり、つま先運動など、利用者も一生懸命されています。

健康を保つには、日常的な運動と正しい食生活を心がけることが必要だと思えます。大切な人のため、いつまでもお元気でいられるように、運動とバランスの良い食事で心がけたいと思っています。



百歳のお祝い

大正8年2月生まれのM・K様は、先月100歳のお誕生日をお元気で迎えられ、ご家族やケアに携わるケアマネージャーさん、ヘルパーさん達とささやかですが100歳のお祝いをしました。M・K様は100歳になられた今でも、起床、排泄、洗面、歯磨き、食事等ご自分でできることは、ご自分でされています。その一生懸命に努力されているお姿には、本当に頭が下がる思いが致します。これからも健やかに過ごされ、来年、101歳のお誕生日をお元気で迎えられることを、スタッフ一同、心より願っております。



「免震・制振装置」って「耐震」とどう違うの？

東日本大震災から8年が経ち、そのあと熊本、大阪、北海道地震が相次いで発生し、今後東南海地震が危惧されています。私たちはこれまでの経験をかき万全の備えをすることが求められています。

少し前、油圧機器メーカーの検査データが改ざんされ問題となっていた時に「免震」とか「制振」のキーワードがありました。「耐震」とどう違うのでしょうか。

耐震とは建物が地震の揺れに対してその柱や壁で耐えることを言います。建築基準法で、震度6強〜7程度でも倒壊・崩壊しないことが求められています。

一方、免震装置とは、建物のある基礎部分に何重にも重ねたゴムや伸び縮みする装置を置き、地震の揺れが建物に伝わりにくくする仕組みです。

また、制振装置とは、伸び縮みする装置を各階の建物の内部に取り付

け地震の力を吸収して建物のゆがみを小さくし、中にいる人々や物が揺れにくくする装置です。

つまり、高層ビルや高層マンションなどでは、耐震基準を満たしている地震そのもので建物が倒壊はしないものの、上の階ほど揺れ幅が大きく家具などが倒れてけがをすることがあるので、これら免震・制振装置は災害時に特に重要な病院や役所などに多く使われています。

95年の阪神大震災をきっかけに増えていて、2000年に全国で免震構造の建物は1000棟、制振構造400棟程度であったのが、2016年では免震構造の建物は9000棟、制振構造1400棟ほどになっています。

脳トレ 単語パズルの答え

く							
や	く	し	よ				
	く		よ				よ
や	し	よ	く				く
	よ		よ				よ
		や	く	し	よ		く

新任のご挨拶

はじめまして、2月より長寿社会支援協会事務局を担当させていただきます。まずは島原信作と申します。

福祉関係のしごとに携わるのは初めてで毎日悪戦苦闘しております。どの様な仕事でも突き進んでゆくと奥が深いということをつくづく実感させられます。当たり前ですが、分からない事が多く今は皆様に教えていただきます。日々を送っております。

今後は皆様のご指導ご鞭撻のほどよろしくお願ひ申し上げます。

まごころケア高松
本部事務局 島原 信作

実務者養成施設

受講生募集中!

介護福祉士実務者研修 < 通信課程 >

資格	受講期間	受講料	募集コース・定員
無資格者	6ヶ月	100,000	"4月～翌3月/12コース 各コース定員24名" ※募集地域/全国各地
介護職員初任者研修	4ヶ月	60,000	
訪問介護員2級課程	4ヶ月	60,000	
訪問介護員1級課程	4ヶ月	45,000	
介護職員基礎研修	1ヶ月	33,000	

★通学「医療的ケア含む」6.5日間★※テキスト代は、別途必要です。

【照会先】 ラポールカレッジ 研修所/事務局
TEL 087-815-0760

〒761-8052 高松市松並町802番地1/日本ケアシステム協会内
駐車場有り(無料)/宿泊1,000円～

新入会員 (平成31年3月現在)

11280 河野 益恵	11286 進藤 忍
11281 新名 年子	11287 三和 苗子
11282 大坂喜代子	11288 久本 誠二
11283 谷澤 正子	11289 片桐 清子
11284 大竹 笑幸	11290 八十川真二
11285 前田 茂子	11291 永木 重子

平成31年度 長寿社会支援協会総会のご案内

下記のとおり平成31年総会を開催しますので、多数のご出席いただきますようご案内申し上げます。

- 1.日 時 平成31(2019年)年5月25日(日) 11:30～
- 2.場 所 特別養護老人ホームサマリヤ
〒761-8052 高松市松並町573
- 3.議 題 平成30年度事業実績並びに決算報告
平成31年度事業計画並びに事業予算

別紙のとおりご案内状と返信用はがきを同封しておりますので、出欠と、欠席の場合は委任状にもご記入いただき、返信をお願い申し上げます。

なお、当日午後から移動困難者の支援について研修会を予定しておりますので大勢のご参加をお待ちいたしております。

編集後記

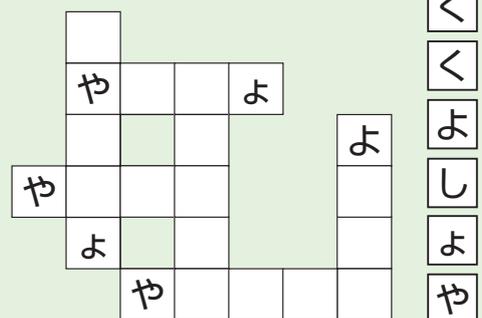
平成最後の春となる2月半ば、事務所に河津桜が華やかに枝を広げていました。今年も宮脇さんの畑から手折ってきて下さったものでした。

この編集後記の折々の想いをこめて伝えて下さり、介護保険開始時から20年近くケアマネージャーとしてたくさんの人達の自立にむけて活躍された宮脇さんが、2月末で退職されました。

長い間香川県老人福祉問題研究会やまごころを支えていただきありがとうございます。宮脇さんのお人柄とともに生きてきた。宮脇さんの花に、いつも感謝の気持ちと正直であれという想いを頂いていました。お疲れ様でした。

脳トレ 単語パズル

次の六字を□の枠の中に入れて単語を作ってみましょう。



答えはどこかにあります。搜してみましよう。