

新年度の スタートです

開設日

天寿荘	36年目	S53年 4月 1日
ケアハイツやすらぎ	23年目	H 3年 6月 1日
ケアハウス大地	14年目	H12年 5月 1日
グループホーム大地		
梅光園	8年目	H18年12月 1日
ヴィラ梅光		
玄海園	7年目	H19年 4月 1日
グループホームつばき	3年目	H23年 2月21日

天寿荘の介護福祉士チェエツプさんが 「第2回看護、介護にかかわる外国人のための日本語 スピーチコンテスト」に応募し発表者10人に選ばれて 見事第一位に輝きました。

開催日時：2013年3月10日(日)13:30～16:30

開催場所：財)海外産業人材育成協会(HIDA)東京研修センター B1 講堂
東京都足立区千住東1-30-1



テーマ 私の3K

チェエツプと申します。経済連携協定に基づく第一陣介護福祉士候補者として4年半前に来日し、大阪の国際交流基金関西国際センターで日本語を学んだ後、佐賀県の特別養護老人ホーム天寿荘で介護実務経験3年を経て、去年の介護福祉士国家試験に合格しました。

インドネシアで4年間の看護大学を卒業し、介護福祉士候補者として日本に行くこと決めたその時の思いは「介護の仕事ってどんな仕事なのかな?」「日本語を使っておく仕事できるのかな?」ということでした。日本ってDORAEMON だね!、相撲だね、立派な車のSUZUKI, HONDA, TOYOTA だね!などと、文化や科学技術が発達している国だとは分かりましたが、「介護」の事についてはただお年寄りの世話をする事しか分かりませんでした。

しかし、それが私にとっては日本に行きたくなるモチベーションになり、分からないからこそ知りたいという気持ちが強くなりました。

職場に来たばかりの頃、私は片言日本語でご利用者と出来るだけ会話をしたり、話を聞いたり、日常の生活介助したりしました。ご利用者の皆さんに自己紹介の際、「私の名前はチェエツプです!」と声をかけたら、ご利用者さんは「はあ?、ケチャップさんですか」と言われました。私はとっさに「はい、そうです!」と答え、思わず笑いました。今でも時々ケチャップさんと呼ばれています。

ある日、「介護職は世間では3Kと呼ばれていますよ」と耳にしました。「えー、3Kってなんだろう」と強く疑問を抱きました。そこで私は、知人に聞いたインターネットで情報を探したりすると、3Kというのは「きつい」、「汚い」、「危険」のことです。介護職員の仕事の負担が多く、体がきつくなります。「汚い」は、排泄介助があるから汚いと言われていて、「危険」は、感染症等を持つご利用者と関わる仕事ですから危険と言われていて、給料が安い事もあります。それがイメージされている介護の仕事です。

しかし、どうして介護職はそうイメージされているのか私は疑問に思います。世の中には「きつい」、「汚い」、「危険」な仕事はいっぱいあるでしょうから、私はそれを否定します。理由は次の通りです。

「きつい」
これはサービスの種別や個人差によってかなり違うと思います。夜勤のないデイサービスで勤務している友人に聞いてみると、夜勤がないから体にはそんなにきつくないと言いました。夜勤のあるサービスでは、業務の改善や工夫をすることで介護職員の負担は軽減できますし、福祉用具・介護機器をうまく活用したり、業務の分担や、チームワーク等によっても負担は軽減できます。介護職はお年寄りの生命に関わる仕事ですから、より良いケアを行う為に、まずは介護職員の身体・精神の健康を守る事が大事だと考えられるようになってきています。

「汚い」
排泄介助がありますから、汚いと言われていて、自分を含め誰でも排泄はするでしょうし、ご利用者も同じです。そして自分もいずれは介助を受ける立場になるのですから、これは仕事です!と割り切れれば、きつと慣れてくるはずですよ。

「危険」

感染症等を持たれるご利用者と関わる仕事ですから危険と言われています。これは、感染症対策について意識が十分であれば予防できないわけではありません。手袋の着用、マスクの着用、うがい、手洗い等を徹底に行えば感染予防には繋がります。

ですから、「きつい」、「汚い」、「危険」と思っている人は介護の仕事が十分理解できていないのだと思います。

日本に来る前に介護についてあまり分からなかった私は、今、介護の仕事に従事してから4年経って、介護の仕事がやっと分かるようになりました。それが「私の3K」です。

もちろん、「きつい、汚い、危険」の3Kではありません。

最初のKは「健康」です。

介護の仕事をしている際によく歩く事に気づきました。それで、仕事での歩行数を計ってみました。結果は平均的に言いますと一日働けば1万歩程になりました。インターネットで調べたら厚生労働省が生活習慣病の予防策として定めた基準1万歩を超え、一日の運動量としては十分になります。これで介護は「健康な仕事」だと私は思っています。

次は「工夫」です。

ご利用者の身体的・精神的な状態の変化に対応した介護を常に工夫する事が必要です。

例えば、昨日は機嫌が悪く食事を拒否されました。今日は機嫌が良く食事を食べてくれました等の事例がよくあります。食事を摂らないままにしたら、健康を損ないます。介護職員はどうすればご利用者が食事を摂ってくれるか工夫しないといけません。さらに、食事や入浴等の身体的介助だけではなく、心の支え、幸せを探す精神的な介助も必要です。どうやって最期まで良い人生で満足した生活を送ってもらえるか、介護職員は精神的な介護についても常に工夫しなければなりません。

最後は「共感」です。

認知症のお年寄りに囲まれてする仕事は、自分の人生で初めてでしたが、同じ事を言われても、同じ行動をされても、同じ対応で良いとは限らないことに気がきました。その人の個人を理解した上で、共感を持って接する方法が大切だと感じました。認知症のご利用者には、それぞれ独自の非現実的な世界が存在します。それを理解し共感する対応ができれば、ご利用者にとっては幸せな人生になると思います。

これが私が感じている「3K」です。

介護という仕事そのものは楽な仕事ではありませんが、きつい・大変な仕事でもないし私は思っています。無理をしない範囲で仕事をする事、積極的にになりすぎない事、完璧なケアを目指す事、お年寄りのケアは良くするのではなく、キープ出来る事、または悪くないケアの取り組みが大切な事です。ご利用者の皆さんの笑顔の中には、いっぱいの介護の仕事の喜びがあります。

今、ようやく介護の事について分かるようになりました。「介護の仕事はどんな仕事ですか」と誰かに聞かれたら、私は張り切って「私の3K」です!、「健康な仕事」、「工夫が必要な仕事」、そして「お年寄りの皆さんと、いっぱいの喜びを共感できる仕事」だと答えます。

より良いケアが出来るように常にスキルアップし、立派な日本の介護福祉士になりたいと思っています。ご清聴ありがとうございます。

ほっとらいん

天寿会だより

発行所

社会福祉法人

天寿会

多久市北多久町
大字小侍132の6

TEL 0952-74-3100

FAX 0952-74-3137

http://www.tenjyukai.com

E-mail tenjusou@po.saganet.ne.jp

- P7 : 介護付有料老人ホーム ヴィラ梅光
- P6 : 特別養護老人ホーム 梅光園
- P5 : 特別養護老人ホーム 玄海園・グループホームつばき
- P4 : 介護老人保健施設 ケアハイツやすらぎ
- P3 : 特定施設入居者生活介護 ケアハウス大地・グループホーム大地
- P2 : 特別養護老人ホーム 天寿荘

天寿荘の暮らし

いきいきユニット 大根の収穫

南棟の裏側、昨夏はトマトなどを植えていた畑に、今度は立派な大根が育ちました。この畑は季節を問わず、収穫の喜びにあふれています。



北棟・中庭で日向ぼっこ

暖かな日は中庭でお茶を飲み、心地よい風を感じています。



食の自立支援事業 (配食サービス)



雛祭りに合わせ、ちらし寿司・菜の花の和え物など。一年の節目ごと、こういった季節を感じさせる工夫も凝らしています。

天寿荘 デイサービスの取り組み

毎日の活動の中で、皆様の身体の機能維持の為に色々な活動に取り組んで頂いています。



口腔機能向上訓練(噛む・飲み込む力を維持する訓練)で、ストローボウリングに取り組んでいただきました。なかなか思ったようにボールが転がらずに、悪戦苦闘されていました。



手指訓練として、ペットボトルのキャップ開け閉めをして頂きました。細かく指先を使う訓練も難しかったようで、特にキャップを開める動作に苦戦されていました。



外出促進プログラム:乗馬・バランコに取り組んで頂きました。難しいと言われながらも笑顔で取り組まれていました。



ひなまつりではピンポン玉とペットボトルのキャップでお内裏様とおひな様を作りました。



ちょっと一息 チョコレート蒸しパン作り

きれいに出来ました。



(ノースポール)

大地川柳会

麦畑 雲雀さえずる 春の庭
古里の 風が飛ばした 春帽子
春うらら めじろも里に 下りてくる
受験生 サクラが咲いて 春が来た

古賀富士子様
古賀 モト様
来崎 朝子様
田中亜津子様



バスハイク

武雄御船山梅林

あいにくの雨で、車から
おりて見物はできな
かったけど、車中からで
もきれいでした。
武雄物産館での買い物
も楽しみでした。



誕生会后、職員との懇談会をしました。
先日、皆さんに答えていただいたアン
ケートの結果を報告して、いろいろお
話しました。

おひる粉作り



おひなさま作り



お互いに教えあっ
て折り紙でつくり
ました。出来たあ
とは、ひなあられ
を皆で食べて、
ティータイム!!



グループホーム大地の春



難しか〜
はみ出したヨ

3月3日ひな祭りに皆さんで雛寿司を頂
きました。かわいいお雛様にお内裏様！皆
さん食べるのがもった
いないと、なかなかお
箸が進みませんでしたが、小さい頃の思い出
や子どものために準備
したお雛様のお話で、
大変盛り上がりました。



かわいいから
食べにくい!



出来上がったパネルの
前で記念撮影



絵手紙が春が来たよと言ってるよ

力作紹介



絵手紙クラブの様子です



ほんわかタイム (だからここが好き♡)



療養1課の作品です



通所リハビリ(デイケア)のレクリエーションの様子です

リハビリもおしゃべりが出来て楽しいヨ

喫茶店・売店の利用

地域交流スペースの一角に設けている喫茶店は、総務課のスタッフが月に2回、開店しています。3月の月替わりのメニューは、手作りの桜餅とコーヒームースを用意しました。ご利用者にも春を感じていただけたようです。

売店は、毎日ご利用いただけます。とっても繁盛しているんですよ。



おやつ研修

調理スタッフ、グループホームの職員で、「簡単にできるおやつ」を勉強しました。炊飯器でできるりんごケーキは、しっとりして高齢者向きのおやつと言えます。簡単な手作業ですので、ご利用者と一緒に作ることもしていきたいと思っています。



シュウクリームも
おいしそう

玄海町婦人会様、介護体験

玄海園、グループホームつばきを、地域の方々にもっと知ってもらうため介護体験を企画しました。

今回は、婦人会より13名が参加され、施設見学やリフト体験、入浴体験、料金説明など色々なブースを設け、興味深く参加していただいたようでした。

昼食バイキングには、職員も入って活発に意見交換できました。



ばちみつ大根作り

4階西ユニットでは、喉に優しい「はちみつ大根」を作りました！
風邪予防もバッチリ！喉がイガイガにもなりません。



4西

ホットケーキ作り

4階南ユニットでは、ホットケーキを作りました。
甘いホットケーキはみんなの大好物♪
焼き立ては、なおさら美味しい☆おかわりされた方もいましたよ！



4南

園芸活動

2階西ユニットでは、苗の植え替えを行いました！
シャベルを持つと真剣な表情に。
ユニットの玄関が、ますます可愛くなりました！

2西



防災訓練

防災委員を中心に、避難訓練を行いました。
消火器に水を入れて行う初期消火の練習、
ベッドごと移動する避難誘導など、リアリ
ティーのある訓練となりました。



手巻き寿司

栄養管理課主催で手巻き寿司パーティーが開催されました！！好きな具材を巻き巻き…。みなさん黙々と食べられていました☆



毎日でもイネ

書道クラブ

1ヶ月に2回開催される書道クラブはその時々季節を知らせてくれます。今回は「春」「春光百花」等々。もうすぐ春がやってきますね☆



いらっしやい イモトアヤコさん!

誰が一番似てるかな？

みなさんでテレビを鑑賞中。眉毛が太い女性が！！「あんな眉毛になってみたいね～」との声が上がったので自作の眉毛を装着。太い眉は若々しく小顔効果も抜群だとか…。



梅光園・ヴィラ梅光 ご利用者からのご意見

- 職員の花みずきの利用についてご意見を頂きました。
入居者様や来客者にも快適に花みずきを利用してもらえるように、職員の認識を改めました。
- 面会簿の記録方法についてご意見を頂きました。
変更後の周知が不十分だった為、変更の内容を館内に掲示し、ご家族には郵送にて周知を図りました。
- 居室トイレの水垢についてご意見を頂きました。
専門業者へ水垢防止策を確認し、取り組むよう仕組みを作りました。



4月の行事予定

	天寿荘(本部)	ケアハウス大地	ケアハイツやすらぎ	梅光園・ヴィラ梅光	玄海園
1(月)	辞令伝達式	詩吟会 のんき一広場(毎週月・水)		Yわいバンド	カラオケクラブ
2(火)	介護サービス計画会議	誕生会・お花見	理美容日 手芸クラブ お花見		插花クラブ 介護サービス計画会議(毎週火・水)
3(水)	介護サービス計画会議			新春コンサート	よかばっ会体操
4(木)	書道クラブ	体力測定	習字クラブ		
5(金)	よかよかクラブ	舞踊会			よかばっ会体操
6(土)					
7(日)		買い物			
8(月)	物故者追弔会	よろず相談日 出張理容			カラオケクラブ 出張美容
9(火)	介護サービス計画会議 新任職員研修	絵手紙教室	理美容日 絵手紙クラブ	華道クラブ	插花クラブ ユニットリーダー会議
10(水)	介護サービス計画会議	喫茶店		理美容	よかばっ会体操
11(木)	書道クラブ	元気体操	習字クラブ		書道クラブ
12(金)	よかよかクラブ 職員全体会議・研修会	舞踊会			よかばっ会体操
13(土)		カラオケクラブ			
14(日)		買い物			
15(月)		詩吟会			カラオケクラブ
16(火)	介護サービス計画会議	アロマテラピー	理美容日 手芸クラブ	書道クラブ	插花クラブ
17(水)	介護サービス計画会議				よかばっ会体操
18(木)	書道クラブ	元気体操	習字クラブ		入所判定委員会
19(金)	よかよかクラブ	舞踊会	サービス担当者会議(療養1課)		よかばっ会体操
20(土)					
21(日)		買い物			
22(月)		よろず相談日			カラオケクラブ 出張理容
23(火)	介護サービス計画会議	お茶会	サービス担当者会議(療養2課) 理美容日 絵手紙クラブ	華道クラブ	插花クラブ
24(水)	介護サービス計画会議 多久市防災訓練	眼科泌尿器科送迎 喫茶店	サービス担当者会議(療養1課)	理美容	よかばっ会体操
25(木)	書道クラブ	元気体操	サービス担当者会議(療養2課) 習字クラブ	職員全体会議 入所判定委員会(梅光園) リーダー会議 ヴィラ会議	書道クラブ
26(金)	よかよかクラブ	舞踊会	サービス担当者会議(療養1課)		よかばっ会体操 職員全体会議・研修会
27(土)		カラオケクラブ 川柳会			
28(日)		買い物			
29(月)					
30(火)	介護サービス計画会議	バスハイク	サービス担当者会議(療養2課)	書道クラブ	插花クラブ

行事については都合等で変更になる場合があります。ご了承ください。

介護サービス計画会議：利用者や家族の希望にもとづいた介護サービス計画を立てるための会議

春霞ならぬPM2.5含みの黄砂を気にしつつも畑で雑草と戦う毎日です。今時やっかいなのはホトケノザ(七草とは別物)。抜いても枯れず又繁り出すのくり返しです。でも花は可憐で群生する様はまるでレンゲ畑。だいたい4段で咲いています。そしてそれは女の一生を示している(俗説)そう、一番下段が仏(自分)の座、2段目は子の座、3段は孫、4段目が曾孫…と言った具合に。ところで皆さんは何段咲きですか。

永石アサヨ

編集後記



(このスペースは担当ケアワーカーがそれぞれのご家族に宛てたメッセージを記入する為のものです)

花だより

(ホトケノザ)