

アスモ新聞

2006年7月1日(土)

「人に喜ばれる仕事を!!」のアスモは、みなさまとの新たな出会いをお待ちしております。

発行所
在宅介護センター・アスモ

創刊第11号

〒165-0026
中野区新井1-26-4 オスカーマンション2F

☎ 03-5318-4007



代表取締役 花堂浩一

『支えあう心』

昨日、急成長しているIT関連(株式会社 エスエーシー)の会長と食事をする機会があり、その会長から面白い話を伺いました。その会社では、引越しをする際は業者を使わず会社のスタッフ

が、やるそうです。なぜか? スタッフはなかなか理解できず、経費を切り詰めていると判断しているかも知れないが...と、実は、その裏に会長のこんな想いがあるようです。人は一人では生きていけない。よく言われることですが、人という字は、支えあって初めて人になり、ペアーになってはじめて勝負ができる。トランプのポーカーもワンペアーから勝負ができるのと同じ原理で、ワンペアーかツーペアーかスリーカードか、いずれにしても、ペアーになってはじめて勝負ができるのだ...と。引越しは、新入社員にとってははじめての共同作業となり、同じ汗をかくことによって、そこから組織の連帯感・団結・一体感(ペアー)というものが生まれるということのようです。要はどんなにお金があっても、お金で解決してはいけないことがあると言うことでした。アスモ新聞もなかなかスタッフやヘルパーさん、利用者様とコミュニケーションがとりにくくなった現在、利用者様・ヘルパーさんとコミュニケーションが取れるようにとの想いで、共同作業をすることで、一体感と団結を強固にしたいというのが一つの理由と言えます。そのために、ご利用者様が不愉快に思われる表現もあるかとは思いますが、未永く見守っていただければ幸いです。そして、先輩である、利用者様の叱咤激励には、即座に飛んでまいります。今後ともアスモのスタッフ一同を宜しくお願いします。

今月の料理

ゴーヤチャンプル〜

沖縄の代表的な料理の一つ。
作り方は家庭によって、様々です。
私は、娘によくせがまれて作ります。



- 【材料】 ゴーヤ1本 木綿豆腐1丁 豚肉かス팠ム適量
卵2個〜3個 鰹節(大きく削ったもの)
サラダ油少々 鰹だし(鶏がらだし)適量
味の素少々 お酒適量
- 【作り方】 ①ゴーヤを縦に1/2にカットし種を取り除き、3mm.位にカットし軽く塩もみしておく。
②加熱したフライパンに油をひき、豚肉(ス팠ム)を炒め、少ししたら洗い流したゴーヤを加えて炒める。(油でよく炒めると苦味が押さえられる)
③木綿豆腐をラップをかけずチンするか、布で巻いて、水気を切って置いたものを一口大にカットして加えて炒める。
④味付けは鰹だしを適量ふりかけるか、鶏がらスープの粉末をかけ、味の素や酒を加え、あまり味を濃くしないように炒める。
⑤最後に溶き卵をフライパンの隅に流し入れ少し固まってから絡めて炒める。
出来上がりお皿にもったら、鰹節をたっぷりかけて、いただきます (^_^)☆



かさ

こどもの傘は絵がかいてあって
かわいいです
女の人の傘は花柄で
はなやかです
男の人の傘は紺色や茶色
とてもモダンです
すてきです
こどものときはピンクの傘が
大好きでした



武藤真由美

素敵な詩を有難うございました

アスモでは毎日毎日たくさんのご利用者さんとそのご家族の方々と関わらせていただいております。その中でのごきごとを「私のドラマ」と題して赤裸々に綴らせていただきました。特に「お叱りの言葉」や「困難事例」を中心にアスモのスタッフ・ヘルパーが「考えたこと」そして「具体的に取り組んだこと」がまとめてあります。今回は、ドラマではなく、スタッフが最近みた映画から感じた事を書いてみました。

『同居ばかりが幸せではない』

Tさんは、住み慣れた田舎の家から東京の息子さん夫婦のところに移り住みました。高齢に向かつての一人住まいに心細さを感じていたのでしょうか。ところがいざ息子一家と一緒に住んでみると、生活の時間帯が大きくずれていることに気づきました。食べ物の嗜好も全く違います。東京の狭い家では自分の居場所がなく、新しい環境では親しく話す人もいません。息子夫婦はそれぞれ忙しく、どこかへ連れ出してくれる機会もありません。生活サイクルがまるで異なる人物が加わるというのは、それだけで、お互いストレスになるそうです。子ども夫婦は、お母さんに何もさせないのがいいと思って、上げ膳据え膳だったそうです。でも、できる範囲で家庭での仕事をしてもらおうほうが、むしろ親孝行なのかもしれません。結局、故郷の娘さんの嫁いだ近くに帰り元気を取り戻されたそうです。畑に出たり、花の手入れをして、その育てた作物を息子たちに送ることが楽しみの一つだそうです。人は誰かの役に立っていると思わないと生きていられないと思います。生きがいがなくては氣力をなくしてしまうので、ヘルパーとして、常に前向きに、支援して行きたいと思います。

(村岡)

アスモ掲示板

★ 介護福祉士国家試験の【受験の手引き】の申込みが始まりました。この手引きは**有料(600円)**ですが、中に受験申込書や振込み用紙など一式が入っています。9月の1日までに受験の手引きは請求し、**受験申込み受付期間は8月9日～9月8日まで**ですので気をつけてくださいね。尚、手引きの申込みはインターネット又は、郵便はがきで請求できます。くわしくは、アスモに展示してありますので見に来てね (*^。^*)

今月のコラム

味覚障害 おいしく食べていますか？

味覚を感じるのには、舌や上あごにある味蕾(みらい)という細胞。この細胞は新陳代謝が活発で3〜4週間で生まれ変わりますが、そのためにはたくさん亜鉛を必要とします。ですから、亜鉛が不足すると細胞が再生されず味覚障害の原因になります。インスタント食品やファーストフードへの依存、無理なダイエットによる食生活の偏りが亜鉛の摂取量を減少させるようです。さらに、加工食品に含まれる食品添加物には、体内の亜鉛を排泄させる働きがあるため、ますます亜鉛不足に。バランスのとれた食生活を心がけましょう。

★亜鉛を多く含む食品(亜鉛の1日の摂取目安は男性12mg・女性10mg程度)

- 牡蠣(70g) ↓ 9.2 mg
- 豚レバー(50g) ↓ 3.4 mg
- 牛も肉(90g) ↓ 3.6 mg
- うなぎ蒲焼(100g) ↓ 2.7 mg
- ホタテ貝(70g) ↓ 1.8 mg
- アーモンド(30g) ↓ 1.3 mg
- 納豆(50g) ↓ 1.0 mg
- そば(茹で)(240g) ↓ 1.0 mg

なお、味覚障害の原因がすべて亜鉛欠乏とは限りませんので、心あたりがあれば、一度耳鼻咽喉科に相談することをお勧めします。

中野の仲間 お店紹介



- 中野学院 (03-3383-8188)
- 笹塚院 (03-3320-5828)
- 幡ヶ谷院 (03-5371-0429)
- 神田院 (03-3252-5160)

快復堂 山田式整体治療院

整体治療は1回で治さなければ意味がないとまで言い切る確信のある言葉。長年野球で痛めていた肩の治療をしていただくことにしました。ボールを投げると肩に激痛が走り、ここ1年位は軽くキャッチボールをする程度でした。2回程治療していただき、ピッチャーをするまでに回復しました。私の廻りで4人が治療を受けましたが、みな信じられないと言うほど、絶大な効果です。残念ながら、2、3ヶ月先まで予約がビッシリ。・・但し、本当に困ってる人がいたら、何とか対応したいとの優しい言葉をいただきました。技術も一流なら、山田院長の人柄も最高です。(文責 花堂)

<http://kaifukudo.jp/>

山田 栄一 総院長

山田式整体治療法を創始され、「週刊現代」では、ゴッドハンドと評され、多くの芸能人・著名人を治療し、雑誌・テレビ等で広く取り上げられています。

中野では快復堂統合整体学院で後継者の育成を計っており、週1回、金曜午後からの治療のみです。中野以外に京王線笹塚幡ヶ谷・神田にそれぞれ治療院があります。詳しくはホームページ等で確認して下さい。