

アスモ新聞

2006年9月1日(金)

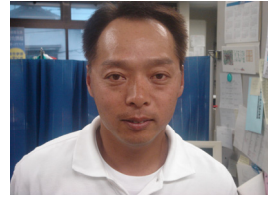
「人に喜ばれる仕事を!!」のアスモは、みなさまとの新たな出会いをお待ちしております。

発行所
在宅介護センター・アスモ

創刊第13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

『職場体験を受入れて』

八月九日より、三日間、中野区立第三中学校の二年生の女子生徒二名が総合学習の一貫として、当社に職場体験に来ました。介護保険制度の概要説明、在宅介護の見学、グループホームふあいん様・桃二デイサービスセンター様の御協力により、施設見学をさせていただきました。また今回の職場体験が受身的な見学だけにならないように、思い切つて、アスモ新聞のお店紹介の取材、原稿作成を任せることにしました。・(取材同行、原稿作成の注意点などポイントの説明はしましたが)・結果、文章のぎこちなさは多少あるものの、手を付ける必要が無いほどの、気持ちのこもったお店紹介ができたのではないかと思います。はじめに取材の依頼をしたときの不安そうな表情は、自信に変わり、満足そうな二人を見て、いい研修ができたなという思いと、任せる事がいかに大事かということを再確認でき、私自身の職場体験にもなりました。技術を伴う業界によくありがちな、自分がいなければというプライドが、逆に組織の衰退を招いてしまうことも多々見受けられます。自分にできるのだから、後輩もできるだろうと、任せて温かい目で見守って行くことのできる組織が、広がりをもち発展していけるのだと今回の総合学習の受入れで強く感じる事ができました。御協力いただきました関係者の皆様に感謝申し上げます。

今月の料理

秋の味覚

【ヘルパーとは・・・】

(さつま芋ご飯)

材料

米2.7カップ+餅米0.3カップ=3カップ・さつま芋1~2本・出し昆布7cm・酒大さじ2・塩小さじ1と1/2

作り方

- 1.米に餅米を混ぜ、といでザルにあげ水切りする
- 2.さつま芋を一口大に切る。
- 3.炊飯ジャーに米をあげ、分量通りの目盛りまで水を入れ、水を大さじ2杯分取り除き、酒と塩を加える。
- 4.さつま芋、昆布を加えてスイッチを入れる。
- 5.スイッチが切れたら昆布を取りだし、ご飯と芋をふんわり混ぜる。



(さばの味噌煮)

材料

サバ4切れ だし汁200cc 酒大さじ4 ミリン大さじ3 醤油大さじ1 砂糖大さじ3 生姜少々 味噌大さじ4

作り方

1. 鍋に水、みりん、酒、しょうゆ、砂糖を入れて煮立てる。
2. 1.にサバの切り身を、皮を上にして入れ、生姜の薄切りを8枚ほど入れ、落とし蓋をして煮る。
3. 5~6分煮たら、味噌を少しずつ、所々に溶き入れる。
4. 普通の蓋にかえて、弱火にしコトコト煮る。時々鍋をゆすり、焦げ付かないように煮る。
5. 煮汁がトロリと煮詰まったらできあがり。針しょうがをかざる。



このお話は他事業所の新聞を見て共感致しましたので記載させて頂きました。『他事業のヘルパーさんは皆、評判が良くお褒めの言葉をご利用様より頂く事が多い日々。だがある日、そこの社長さんがついてきて一人でよくしゃべって帰られた。もちろん、その利用者様からは苦情があったそうです。良いヘルパーとは・・・相手の話を十分に傾聴する事。あるケアマネは傾聴とは・・・ご利用者様の表現力をフォローすることと、名言を吐かれたそう。ヘルパーのしゃべり過ぎは禁物です。』相手は聞きたくもない事まで介護に来たヘルパーに話され、苦痛かもしれません。相手の立場にたち、心が通じ合えるような思いやりのあるヘルパーになりたいと思います。ご利用者様との関係も、もちろんですが互いを思いやり、助け合い、協力しあうヘルパーどうしの関係も、より一層、向上していけたら良いと思います。

『 ありがとう・・・ 』

Yさんは、何に対しても、いつも噛みしめるように、こう言います。「ありがたい、ありがたい・・・」そして笑顔で「ありがとう・・・」と。日頃私たちが耳にする、口にする・・・？何気ない言葉ですが、この「ありがとう」という言葉について今回は振り返って、考察してみたいと思います。この「有難う・・・」という言葉、そもそも語源は「有難し(ありがたい)」の連用形「有り難く」がウ音便化し「ありがとう」となったとの事です。「有難し」は「有ること」が「難い」という意味で、本来は「滅多にない」や「珍しくて貴重だ」という意味だったそうです。中世になり仏の慈悲など、貴重で得難いものを自分は得ているというところから宗教的な感謝の気持ちを言うようになり、近世以降一般に感謝の意味として広がったとの事です。また中世渡米したポルトガル宣教師により「オブリガード」⇔「ありがとう」に由来するという説もあるそうです。各国の「ありがとう」はやはりそれぞれ意味(語源)はさまざまなようです。英語の「サンキュー」をはじめ中国は「謝謝(シェイシェイ)」韓国は「カムサハムニダ」フランスは「メルシー」ロシアは「スパスィーバ」イタリアは「グラッチェ」ブラジルは「オブリガード(ダ)」関西は「おおきに」？等々・・・機会があったら使って下さいませ・・・。日常使われている言葉(人との関わりあり)の中でもとても響きがよく、この「ありがとう・・・」はそのひと言で人を和ませることの出来る美しい言葉に感じます。
注:(言い方や態度による場合もあり・・・)私もYさんのようにこれまで以上に機会がある度、感謝の気持ちを心掛けて使っていきたい言葉です。では、早速・・・駄文ながら最後までお読み頂き「ありがとうございました・・・」 (浅津)

アスモ介護福祉士国家試験対策検討中

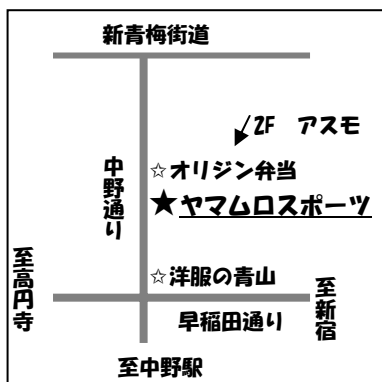
アスモのホームヘルパー(訪問介護員)の方々、日頃のケア、お疲れ様です。

さて、1月28日の介護福祉士国家試験にあわせて、当事業所では試験対策を構想中です。講義形式ではなく、試験になれる為に、模擬試験→解説方式を予定しております。内外から講師経験者などをお招きする予定です。日時は日曜日の夕方、月2回程度を(場所:アスモ)検討しておりますが、3名程のお仲間希望があればそれぞれのご希望に沿って時間調整いたします。参加希望者は9月～10月頃までにコーディネーター:宮元 までお電話でご連絡下さい。 宮元預羽

中野の仲間

お店紹介

中野区新井1-25-4
TEL・FAX 03-3389-8281



今月のコラム



夏バテってなに？

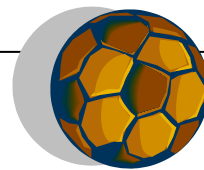
夏バテを起こす最大の原因は、屋外と室外の温度差が冷房によって大きくなり過ぎ、自律神経の働きが鈍化することです。体は5度以上の温度差に対してショックを受けます。冷房の効いた室内と、高温・多湿の屋外を出たり入ったりすると自律神経は体調調節をうまくコントロールできなくなり、内臓等体全体の変調もきたします。その結果、頭痛・脱力感・動悸がおこります。

夏の疲れを吹き飛ばそう！

さんまの身には良質なたんぱく質をはじめ、動脈硬化や高血圧予防に効果的なEPAや、脳の働きを改善するDHAが含まれています。さらに苦めの腹わたには、ビタミンA、ビタミンB12などの各種ビタミンやミネラルが豊富です。まさに夏に疲れた体を回復するにはうってつけといえます。



ヤマムロスポーツ



アスモの近くに、ヤマムロスポーツが引っ越してきました。子供の頃からよくスポーツ店にお世話になっていたため、近くにスポーツ店が存在するだけで、子供のころを思い出し、暖かい気持ちになります。地域スポーツ振興のお手伝いと、スポーツ用品の販売を通して健康づくりのお手伝いをしていきたいとの想いから、お店を始められたようです。「ニコニコ、テキパキ、真心込めて」をモットーに、接客を心がけているそうです。どんなことでも御相談下さいとの言葉をいただきました。

(11月1日より店名がスポーツショップKAZUに変更になります)