

アスモ新聞はアスモのホームページ www.asumo-kaigo.jpからもご覧になれます。
上記のアドレスか【在宅介護センター・アスモ】で検索してください。
「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。



「美しいものに触れる時間を増やそう」



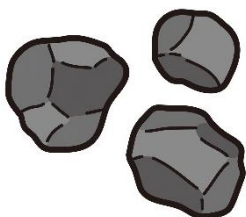
代表取締役 花堂浩一

「この世は美しいものでいっぱいなので、醜いものを見る暇はない」これは文豪・武者小路実篤の言葉です。正しくは実篤の短編小説「馬鹿一」の主人公、馬鹿一という言葉です。馬鹿一は画家であり、詩人なのですが、詩集をだすわけでもなく、絵が売れているわけでもないため、周りの人たちは彼を本名ではなく「馬鹿一」と呼んで、小馬鹿にしていました。



ある男は、道端の雑草を引っっこ抜き彼のところに持ってきて「この草があんまり美しいので君が喜ぶと思ってとってきたぞ」といいます。すると馬鹿一は「それはありがとう。僕は今までこの草を何度も見たが、まだこの草の美しさを十分知ることができなかつた。君のおかげで知ることができるのはありがたい」と礼を述べ、暫く眺めた後でこういいます。「なかなかこの美を見つけるのは難しい。よく君に見つかったね」

またある時、別の男は道端の石ころを一つ拾い、お土産に持っていきます。いくら馬鹿一でもこの石を見たら嫌な顔をするだろうと期待します。しかし馬鹿一は貴重品でも受け取るかのように手に取ると、いろんな角度から眺めた後、こんな詩を書いたのです。



お前はついに詩人の所にきた お前はついに安住の地を得た 千年経つとお前は宝石に化するであろう」

以前、この紙面でもご紹介させていただいた、みやざき中央新聞の社説に興味深いお話が掲載されていました。タイトルに「美しいものに触れる時間を増やそう」と。

ある日、一人の男が草や石ころばかり描いている馬鹿一に「こんなものばかり描いて、よく飽きないね」といいます。すると馬鹿一はこう返します。「君は飽きるほど見たことがあるのか。見ない前に飽きているんじゃないか。よく見たことがないから同じに見えてそこに千差万別がある、おもしろさがわからないのだ」

ここまでくると馬鹿一は馬鹿なお人よしではなく、自分の理想と信念を貫く芸術家といえます。しかし彼は誰からも評価されず、その小説は終わります。

しかし話はそれで終わりません。実篤の別の長編小説「真理先生」という作品に馬鹿一が登場します。真理先生は誰からも尊敬され、慕われている立派な人です。弟子の一人が、「馬鹿一の絵を先生が見たら何と言うだろう」と思い、彼を先生宅に連れていきます。

真理先生は馬鹿一の絵の真意を一発で見抜きます。「石や草に対してこれほどまでに愛情と尊敬が感じられる絵を見たことがない」と。初めて絵を評価された馬鹿一は涙を流して喜んだのです。「馬鹿一」も「真理先生」も実篤自身を投影したものなのではないでしょうか。実篤の小説には悪意のある人が出てきません。それほど彼は美しいものを見ることに人生を費やしたのです。



人は誰でも、同じようにこの世に生を受け、また同じように終末を迎えます。私たちのお仕事は、そのような方々に同じように寄り添い、出会えて良かったといっただけのように日々努力しています。

人は一時に相反する二つのことは考えられないと言うことであるならば、美しいものを見たり触れたり、物事を前向きに捉える習慣を身に付けて行きたいと思えます。



こんにちは。相談員の盛田です！
 今回は、シニアハウスコムに寄せられる疑問と回答を紹介いたします。
 私たち相談員の仕事をほんの一部ですが紹介させていただきます。



施設探しは、分からない事がいっぱい



ご本人・ご家族



ケアマネジャー



医療関係者

患者様に合った施設を探してほしい

専門家が同行してくれと助かる！

情報が多くて絞りきれない！

急いで施設を探さなきゃ！

相談方法は？

相談員が施設見学に無料同行いたします！

身体状況やご希望を伺って、条件に見合う施設をお探しします！

早急に受け入れできる施設をお探し、施設側との段取り、調整までもお手伝いいたします！

お電話、自社相談室、ご自宅、病院、どこでも柔軟に対応いたします！

シニアハウスコム
相談員



小川



佐藤



盛田

年々、有料老人ホームの施設数が増えていく一方で、探す側の大変さは増すばかりです。
 そんな施設探しのお手伝いをしているのが、紹介センターです。
 シニアハウスコムは、介護の些細なことから幅広く、ご相談できます。
 お気軽にお電話ください。

居宅介護支援

快樂中枢と依存症の仕組み



甘いお菓子や脂質の多い食べ物、お酒などの取りすぎは体によくないと分かっているにもかかわらず止められません・・・これは脳が依存を起こしているためで、何らかのストレスがあると無性に甘いものが欲しくなりますね？これは脳が強いストレスに打ち勝つために大量のエネルギーを必要としており、ブドウ糖の形で速やかに供給される甘いお菓子は、瞬時に脳に満足感を得ることが出来る代物です。

美味しいものを飲んだり食べたりすると、脳の快樂中枢からドーパミンなどの快樂物質が分泌され満足感が得られますが、同時にもっともっと、という欲求が生じるようになります。これが習慣化されることで依存症が始まります。すべての依存症は3日で形成されるとのことで、逆に言うと3日我慢することで4日目からは次第に欲求が薄れてくるようです。しかし、何かのきっかけで少しだけなら・・・と手を出すと元の木阿弥です。

これを防ぐには、依存の仕組みを逆に利用して、心身のためになることを実感し、依存を習慣化するとよいそうで・・・例えば、散歩や体操をする、ああ気持ちいいな！身体にやさしい食べ物を味わい、美味しい！と感ぜられる工夫、食後はお気に入りの音楽を聴く・・・ああリラックスできる贅沢な時間だ！このような快感を脳は非常に喜び、気力や免疫力までアップさせてくれるそうです。これら自分の好きなことや得意なことを依存化し、習慣化できた人などはさほど面白くないことでも楽しんでしまうと、脳が満たされて疲労しないことを熟知しているそうです。今からでも、できることから・・・よい習慣を味方につけられるよう自分でもやってみようと思う今日この頃であります。

介護支援専門員 浅津 朗



たんぽぽ介護

最近疲れがとれない
忘れっぽくなったな

そんなあなたは
貧血かもしれません！！

☆貧血とは

脳に酸素が通っていない状態のことを言います。
血液中の赤血球の数が足りない、赤血球の中の
酸素を運ぶ機能が弱っている状態が貧血なのです。

☆こんな症状がです。

動悸や息切れ、めまいや頭痛、全身の倦怠感、忘れっぽく
なる、疲れがとれにくい

65歳以上の方の貧血の割合は10%にも上ります。

☆対策は食事です

鉄分 赤血球の酸素を運ぶ機能を助ける。
葉酸 ビタミンB12 正常な赤血球を作る。

<p>カツオ</p>  <p>多く含まれる栄養素 ヘム鉄/タンパク質 /ビタミンB12/ビタ ミンB6</p>	<p>赤貝</p>  <p>多く含まれる栄養素 ヘム鉄/ビタミン B12</p>	<p>あさり</p>  <p>多く含まれる栄養素 非ヘム鉄/ビタミン B12</p>	<p>卵</p>  <p>多く含まれる栄養素 非ヘム鉄/タンパク 質/ビタミンB12/ 葉酸</p>	<p>大豆</p>  <p>多く含まれる栄養素 非ヘム鉄/タンパク 質/葉酸</p>
<p>菜の花</p>  <p>多く含まれる栄養素 非ヘム鉄/ビタミン C/ビタミンB6/葉酸</p>	<p>キャベツ</p>  <p>多く含まれる栄養素 ビタミンC/葉酸</p>	<p>イチゴ</p>  <p>多く含まれる栄養素 ビタミンC/葉酸</p>	<p>じゃがいも</p>  <p>多く含まれる栄養素 ビタミンC/ビタミン B6</p>	<p>バナナ</p>  <p>多く含まれる栄養素 ビタミンB6</p>

身体に良い食事で健康に過ごしましょう！！

今月の一句
思ひ立つ 木曾や四月の 桜狩り
松尾芭蕉(まつおばしょう)

クロスワード

1	3(イ)	5
	4	
2		

横のカギ

- 1 お金をしまいます
 - 2 広い人になりたいものです
 - 4 抽選が当たると〇〇した気分
- 縦のカギ
- 3 親の兄弟の子供
 - 5 一月三日の箱根駅伝



クロスワード答え
(逆さまにするとわかります)

ロ	ニ	ヒ
ク	イ	
ク	レ	キ

サービス提供責任者



澤口文子

新人スタッフのご紹介

これまでの経験を活かしてご利用者様に寄り添う気持ちで大切に頑張りたいと思います。よろしくお願ひします。

この度たんぽぽ介護の一員となりました、澤口文子(さわぐちあやこ)です。

福祉用具レンタル・販売 住宅改修



こんにちは！福祉用具相談員の佐藤英郎です。

歩行器・歩行車は四脚のフレーム構造で人を支え、歩行訓練や室内・外出時の歩みをサポートします。では、どんなことに気をつけて選べばいいのでしょうか？これから3回に分けてポイントをお話します。第1回のテーマは「歩行器・歩行車を使うと、どんなメリットがあるの？」です。

歩行器・歩行車を使うと、 どんなメリットがあるの？

メリット
[1]

体重を一部預けることで、
足にかかる負担を減らします。

足腰に痛みがある場合や筋力が低下している場合、歩行器や歩行車に少し体を預けると体重が分散され、弱った部分への負担をやわらげてくれます。



メリット
[2]

体のバランスを保ち、
安定して歩けるようにします。

ご高齢になると運動機能や神経の反応速度が低下し、ふらつきがちになります。歩行器・歩行車を使うと体重を支える面積が広がり、姿勢が安定するようになります。

次回は、「このテーマでお送りします。お楽しみに！」
「歩行器・歩行車って、どんなことができるの？」

暮らしと相続

平成27年1月から、相続税および贈与税のルールが大幅に変わり、課税対象となる方々が増える見込みです。当社にもいくつかお問合せがあったことで、専門家のご意見をお聞きし共に勉強していきたいと思い、平成27年3月号の紙面より、「暮らしと相続の相談窓口」を運営されている相続法務 成城事務所の門脇紀彦先生に記事連載のお願いをいたしました。

『相続人がいない場合の相続財産はどこへ？』

Q: 私には子供や妻、両親や兄弟、甥・姪もいません。私が死んだ場合、財産はどうなってしまうのでしょうか？

A: 子供や配偶者、両親や兄弟姉妹がいない場合、甥や姪がいなければ、最終的には国庫に帰属することになっています。つまり、甥、姪より遠い親族には通常相続財産が承継されることはありません。相続人がおらず国庫に帰属したおひとりさまの財産の額は毎年400億近くに上るそうです。

ただし、遺言書がある場合は、遺言書で指定された方が財産を承継することになります。指定先は、人に限定されません。法人や団体も財産承継者として指定する事が出来ます。例えば自分の財産を社会に役立てたいと、社会奉仕の団体に寄付される方もいます。

ご自身の想いを引き継いで有効に使ってくれる方へ渡していくのも相続の1つのカタチではないでしょうか？

ご相続の生前対策についてのお問い合わせはこちらにご連絡ください。「アスモさんの紹介で」と言っていたとご相談は無料になります。



東京都世田谷区祖師谷3丁目4番7号伊地智ビル1階
「暮らしと相続の相談窓口」
相続法務 成城事務所
東京司法書士会世田谷支部 支部長 門脇紀彦
電話03-5429-1096

コラム



こんにちは。シニアハウスコム相談員の佐藤です。これまでたくさんの方々からホームの入居相談を承ってきました。今回はその中から一例をご紹介します。皆様の将来の備えに一役買えたら幸いです。

【脳腫瘍を患った息子さんの施設探し】

- 相談者：母親（79歳） ■入居者：息子（56歳）
- 住 所：東京都文京区 ■住まい：同居（母、兄）



【相談内容】ある日突然、脳腫瘍を患った息子さん。手術や抗がん剤治療を終えて経過観察となるも、自宅への退院は高齢のお母さんには負担が大きい為、有料老人ホームへの入居を検討することにした。

【施設提案】経管栄養とたん吸引の医療対応が可能な25万円前後のホームを数か所
■体制：24時間看護師常駐 ■エリア：都内～埼玉県南部 ■その他：医療麻薬の対応可能

【見学件数】都内1ホーム、川口市1ホーム 計2ホーム

【入居先】■東京都板橋区の住宅型有料老人ホーム ■入居金：0円 ■月 額（総額）：27万円位

【選定理由】①自宅から行きやすい（息子に会いになるべく通ってあげたいから）
②医療面での対応幅が広い（がん患者の対応に特化しているホームだった）

【コメント】普段、親の施設を探すお子様からの相談が多い我々にとって、こちらのご相談はとても印象に残っています。お母様が見学時に「普通なら立場が逆よね～」とポソッとこぼされてた表情が特に印象的でした。最近ではがん患者対応に特化したホームもあり、より多様化してきていると実感しています。

ケアプラン作成

在宅介護センター・アスモ
TEL 03-5318-4007
FAX 03-5318-4008

訪問介護

たんぽぽ介護
TEL 03-5318-5731
FAX 03-5318-4008

福祉用具レンタル・
販売・住宅改修

在宅介護センター・アスモ
TEL 03-5318-4007
FAX 03-5318-4008

有料老人
ホーム紹介

シニアハウスコム
TEL 03-5318-4017
FAX 03-5318-4008

明日も笑顔



発行所 株式会社アスモ 〒165-0026 東京都中野区新井1丁目26番4号-2F