

# アスモ新聞

2005年12月 1日(木)

「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4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

『おかげさまで』

都合のいい人は善い人だと誉め、自分に都合が悪くなると悪い人だと貶す、借りた傘も雨が上がれば邪魔になる、「金をもてば親さえも邪魔になる」、「衣食住は昔に比べりや天国だが、上を見て不平不満に明け暮れ、隣を見ては愚痴ばかり」、「どうして自分を見つめないか、静かに考えてみるがいい、いったい自分とは何なのか」、「親のおかげ、先生のおかげ、世間様のおかげの塊が自分ではないのか」、「つまらぬ自我妄執を捨てて、得て勝手を慎んだら世の中はきつと明るくなるだろ」、「おれがおれがを捨てて、おかげさまでおかげさまでと暮らしたい」…最近出版された、野村克也の「野村ノート」のはじめにで紹介されている言葉ですが、最近、野村氏が、ヤクルトの二軍グラウンドで練習する機会がありロッカーに立ち寄ったところ、ロッカーに貼られていたそうです。それは今、プロ野球選手をはじめ世の中で一番欠落している「感謝の心」に他ならないと結んでいる。日々、仕事に追われる中で、つい忘れがちな「感謝の心」今一度、過去の自分の棚卸しをしてみると、本当に説得力のある言葉であることに気が付きます。

「夏が来ると冬がいいという、冬になると夏がいいという」、「忙しいと閑になりたいたいという、閑になると忙しい方がいいという」、「自分に

## アスモ11月のトピックス

★11月19日(土)勉強会実施。河崎院長先生、ヘルパー方々、ご参加有難うございました。先日お配りしましたアンケートを宜しくお願い致します。

★11月27日(日)アスモ研修旅行に行ってきました。天候にも恵まれ、行き帰りの渋滞にハマってしまいましたが、楽しい一日を満喫できました。皆揃っての食事や団体行動は幹事さんは大変ですが楽しいものですね。来年も楽しい研修旅行を期待してま〜す！宜しくお願い致します。幹事さん、本当にお疲れ様でした。(●^o^●)

## ココロトリュフ



材料 4人分

板チョコ2枚(100g) ロールケーキ(市販のココア味)…100g  
カラースプレーチョコ…適量 ココア…適量 粉糖…適量

- 作り方
1. 板チョコは手でざっと割り、耐熱ガラスボールに入れて、電子レンジにかける(4人分で3分)。スプーンで混ぜてよくとろかす。
  2. ロールケーキは一口大に切り、1のボールに加え、スプーンで混ぜる。全体がなじんだら、手でこねて直径2cm位のボール状に丸める。
  3. 仕上げにスプレーチョコ、ココア、粉糖をそれぞれまぶして、冷蔵庫で冷やして出来上がり。

アドバイス チョコはブラック、ミルク、ホワイトを使ったり、ロールケーキはバニラ味やコーヒーを使ったり中にナッツやレーズンを入れたりしてもよいかも。

簡単ですのでお子様や、お孫さんと楽しんでくださいね。

## 勉強会



# シリーズ 私のドラマ

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。その中でのごくことを「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。

## 『ありがとう、缶ピース』

お寿司と缶ピースの大好きだったHさん…。まだアスモが駆け出しで、私も毎日ケアに入っている頃、利用者Hさんは女性の利用者には珍しく男性ヘルパーを希望していると言うことで、サービス提供責任者の浅津が中心となり、私もその補佐をするということで、交互にケアに入っていました。裕福な家庭に育ち名家に嫁いだHさんは、事業家として活動に多忙なご主人に代わり、材木屋を切り盛りされるような気丈な女性だったようです。ご主人との死別後、身内の保証人になったことが原因で、財産を失い、アパートで一人暮らしをされていましたが、言動、立ち振る舞いはいつも毅然とされていました。缶ピースが大好きで、長年の喫煙が影響したのか、医師から肺がんの告知をされていましたが、禁煙を勧める医師に、「先生との付き合いはまだ2年、缶ピースとは40年以上も付き合っているんだよ！ 2年しか付き合いのない人が言えることじゃない。付き合いはそんな簡単に止められるものじゃないんだよ」と微動だにすることもなく、いつも覚悟を決めた潔い生き方をしてきたんだろうな〜と、それ以来Hさんの体を気遣うことはあっても、タバコを奪う言葉は控えるようにしました。今もこのHさんの言葉が私の脳裏をよぎります。Hさんが入院中、数回病院に立ち寄り、Hさんに誘われるまま屋上で一緒に吸ったタバコは私にとって、忘れることのできないHさんとの思い出になってしまいました。ご主人のお世話になった病院で、息を引取る前に吸うことのできないタバコと食べることのできないお寿司を眺めて、「見てるだけで満足なんだ」と、Hさんの姉に言っていたそうです。私の大好きだったHさんは、今も私のところに生きつづけています。

(花堂)

教訓: 人生の先輩に学ぶところを、人生の先輩は教えてくれる。

## アスモ掲示板



★風邪が流行る時期ですが、乾燥などに気をつけて、うがいや手洗いをこまめにし、元氣にお正月を迎えましょう！！

★早いもので今年最後の月になりました。気が早いようですが、皆様今年も大変お世話になりました。来年もどうぞ宜しくお願い致します。m( )m

## 今月の「コラム」

カゼの症状が和らぐ

食事メニュー

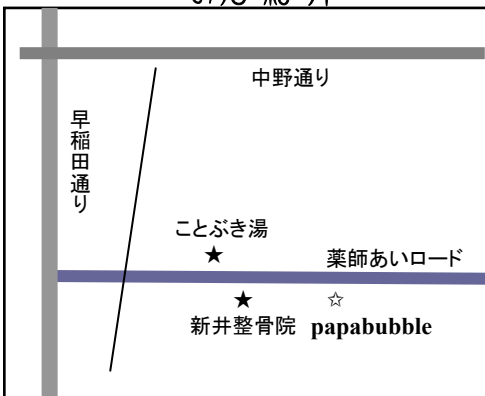
タンが出る・・・『シウウガ湯』  
すりおろしたシウウガとハチミツに熱湯を注いで飲みます。シウウガは、血液の循環を良くするので発汗・解熱作用があります。鼻づまりにも効き、喉にも良いようです。香りの成分がのどの炎症を抑えてタンの切れを良くします。

セキのひどい時・・・『ぎんなん』  
少し煎つて皮をむいたぎんなん5粒、10粒を柔らかくなるまで5分程度弱火で煮ます。これにハチミツをかけ、できるだけ喉に当たるようにゆつくりと食べると、セキが鎮まるようです。(まるごと飲み込まず、嚙んでくださいね！)  
下痢ぎみの時・・・『シソスープ』  
青シソ10枚を細かく切り、シウウガスライス6枚、黒砂糖小さじ1杯、2杯をマグカップに入れて、熱湯を注ぎ蓋をして10分程おいてから飲みます。青シソ、シウウガ、黒砂糖には体を温め、胃腸を整える作用があります。

(増野)



## 中野の仲間 お店紹介



## papabubble

早稲田通りからあいロードに入り、100m程入った右手に、お洒落な化粧品店か美容室と見間違えるようなお店を発見！ 店の中からフルーツの香り。子供たちが店内で身を乗り出して覗き込んでいる様子に吸い込まれるように中に入ってみると、店内で飴を創作しており、壁に飾られ、販売もしているようです。買ってみると、今まで食べた飴の味という概念を超えて、フルーツがそのまま飴になったような味です。店主がスペインで修行をしてきたものを持ち込んで、はじめたようです。今では、連日マスコミに取り上げられるほど話題のお店になっていますが、是非一度お勧めしたい味です。