

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。



「父親を心に刻む」



代表取締役 花堂浩一
働きました。

昭和7年生まれ私の父は、今年87歳になる現在も実家で母と元気に過ごしております。「父親たち」の世代は、戦時中は紙切れ1枚で戦場に駆り出される危険にさらされ、終戦直後は家族を食べさせるために必死で

その後1960年代には市場を海外に求め、諸外国からは「エコノミック・アニマル」と批判され、1970年代には、「ワーカーホリック(仕事中毒)」と揶揄されたのです。何と言われようが働けば働くほど、会社も個人も豊かになり、働いて稼ぐことで父親の威厳は保たれました。



ところが80年代に入ると夫に「父親」としての期待を諦めたのか、妻たちのこんなCMが流行します。「亭主元気で留守がいい」。また一方で「24時間働けますか」という栄養ドリンクのCMは更に「父親たち」の背中を押したのです。

90年代、バブル経済が崩壊すると「リストラ」の嵐が吹き荒れ、「父親たち」の威厳は失墜しました。残業が減り早く帰宅できるようになったのですが、多くの家庭では、父親の居場所はなかったのです。父親の洗濯物と家族のものを別々に洗う主婦が話題になったのもこの頃のことでした。そして90年代後半から中高年男性の自殺が急増し、2000年代に入っても続いたのです。「バブル」の時にはその経済力で家庭を維持できていましたが、「バブル」が弾け、会社が傾き始めると数多くの家庭も同時に崩壊したのです。

父親は直接子どもには言わないが、子育てにあまり関わってこなかったことに対して負い目を持っているものと…。韓国最大の「金融グループ」の会社のこんなCMがあるそうです。

登場するのは40ヶ月未満の子どもをもつ若い男たち。机と椅子とテレビだけしかない個室に一人ずつ入って、「子どもの発育に関する父親の役割」というアンケートに答えていき、その様子を隠しカメラが撮影しています。アンケートは次のような質問です。「子どもが一番好きな食べ物は何ですか?」「子どもが寝ている姿を眺めたことはありますか?」「あなたの車に、携帯電話に、子どもの写真は何枚ありますか?」「最近子どもとハグしましたか?」若い父親たちは、スラスラと回答していきます。

後半になると違った意味合いの質問に変わります。「お父さんが一番好きな食べ物は何ですか?」「お父さんが寝ている姿を眺めたことはありますか?」「最近お父さんとハグしましたか?」

皆急に真顔になります。ある人はペンを置いて遠くを眺めたり、ある人は頭を抱え込んだりしてペンが進みません。その時、突然室内のテレビから映像が流れます。「今までお前に何もしてあげられなくて本当に心が痛い」「何ひとつ助けてあげられなかったのにこんなに立派に大きくなって…」「足りないおやじだった。本当に申し訳ない」



それは、それぞれの父親からのビデオメッセージでした。初老の彼らは口々に「何もしてあげられなかった」「申し訳ない」と語り掛けます。それを見て若い父親たちは絶句します。やがて皆泣き顔になっていくのです。

父親も自分のルーツの一人です。携帯の待ちうけ画面にすることや写真を飾ることもないかもしれませんが、激動の時代を生きてきた「父親たち」の世代に、もっと光が当たる社会になって欲しいと願う一人です。

静かに「父親たち」の世代を振り返ることで、「父親たち」の存在を心に刻んでいきたいものです。それが父親に対しての一番の親孝行なのではないでしょうか?



こんにちは。相談員の盛田です！
今回は、入居時に必要な医療書類について、ご紹介します。
入居検討する上で、ご参考にしてください。



入居時に必要な医療書類は2つあります

① **【健康診断書】**
●血液検査・胸部レントゲン
一般的な健康診断ではありますが、血液検査の中に感染症の項目があるのが特徴です。施設側が指定した書類に沿って検査します。

② **【診療情報提供書】**
●医師からの紹介状
現在の病状・お薬状況・処置の留意事項などが記載された主治医からの紹介状となります。

③ **【作成期間】**
医療機関によって異なりますが、平均で1週間～2週間かかります。



④ 施設側は、2つの書類を見て受入できるか判断します。
すぐ判断してもらえることもあれば、数日かかることもあります。

入居したい施設が決まったら、①から④の工程を踏む必要があります。
私たち相談員は、①から④までの工程がスムーズにいくようにお手伝い致します。

居宅介護支援

～たった一言の値打ち～

外出先で顔見知りの人を見かけたら、あなたならどうしますか？

- ① 遠くからでも、こちらから挨拶をする。
- ② 相手が気づかなければ、そのまま通りすぎる。

ある会社に勤めるAさんは、もともと引っ込み思案な性格で、外で知り合いを見かけても、挨拶するタイミングを失うことがよくありました。

しかし、あることをきっかけに、行動が変わったといいます。ある日、乗り換えの駅でAさんは後ろから声を掛けられました。それは取引先の担当者で、何年か前に転職したBさんだったのです。

Bさんは「お仕事中かと思いましたが、懐かしくて・・・」と笑顔で挨拶してくれました。ほんの短い会話を交わしただけですが、Aさんの心には温かい感動が残りました。自分を覚えていてくれたこと、一言でも声を掛けてくれたことがとても嬉しかったのです。

それからAさんは「迷ったら挨拶をしよう」と決めました。少しでも人との繋がりを大事にしたいと思うようになったのです。たとえ相手に気づいてもらえなくても、笑顔で挨拶するようにしたいですね。

介護支援専門員 西尾 淳



たんぽぽ介護

夏バテ予防レシピ

家の中でも気を付けて!!

高齢者の転倒



高齢者の転倒の多くは、**家の中**で起こっています。家の中で転ばないために、日頃から整理や工夫を心がけましょう。

転びやすい「ぬ・か・づけ」に注意

1. **ぬ** ぬれているところは滑りやすい
2. **か** 階段・段差はつまづきやすい
3. **づけ** 片づけていないところは、引っかかったりつまづきやすい



暑さが本格的になってくると、夏バテが心配になってきます。夏バテ予防に効く栄養を取りつつ、さっぱりとした食事で夏を乗り切りましょう。



材料(2人分)

- ・そうめん...2把
- ・オクラ...4本
- ・トマト...1個
- ・めんつゆ...大さじ1~2 ☆
- ・ごま油...大さじ1~2 ☆

・オクラとトマトのそうめん

1. トマトをざく切りして、☆の調味料につけておく。
2. オクラは板ずりして、軽く茹で、薄く輪切りにする。
3. そうめんを茹で冷やしたら、つけておいたトマトとオクラをのせる。
4. めんつゆや、野菜をつける際に使用した☆の調味料をかける。

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。

人は座った姿勢のほうが食事がしやすく、会話も活発になります。安全に車いすへ乗り移り、座って過ごす時間を増やしたいものです。これから3回に分けて、ベッドから車いすに乗り移るときに気をつけるポイントをお話します。第1回のテーマは「自分で乗り移るときの動作について」です。

自分で乗り移るときの動作

ステップ
【1】

車いすにブレーキをかけ、アームサポートを跳ね上げます。

車いすのフットサポートを取り外し、ベッドの横に車いすを密着。ブレーキをかけ、ベッド側のアームサポートを跳ね上げます。このとき、特殊寝台のベッド面の高さを車いすの座面の高さに合わせておきます。

ステップ
【2】

両手でからだを支え、前かがみで立ち上がります。

ベッド用グリップと車いすの奥にあるアームサポート（肘掛け）を両手でつかみ、おしりを浮かせ、前かがみで立ち上がります。つかまり立ちができる方なら、この動作ができる可能性が高いでしょう。

ステップ
【3】

からだの向きを変えて、車いすに腰を下ろします。

ベッド用グリップとアームサポートをつかんだまま、からだの向きを変えて、車いすに腰を下ろします。完全に腰を下ろすまで、ベッド用グリップとアームサポートにつかまった手を離さないようにしましょう。車いすに座ったら、姿勢が安定するよう深く座り直します。



「介助で乗り移るときの動作について」 次回は、このテーマでお送りします。お楽しみに！

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。

『民法の相続分野の規定を約40年ぶりに見直し。今後の相続はどう変わる？①』

Q: 民法の相続分野の改正が国会で可決、成立したとの報道を見ました。今後どのように変わっていくのでしょうか？

A: 今回の法改正で今後の相続、相続対策など大きく変わることになりそうです。複数回に分けてご紹介していきます。1つ目は相続人以外の方でも介護などの貢献の度合いに応じて金銭をもらえる制度です。現行法でも「寄与分」という制度はあり、相続人は亡くなった方に対して生前に看病や介護をしたり事業を手伝ったりした場合、相続分の増額を要求することができました。しかし法定相続人にしか適用されず、相続人全員の合意がないと認められなかったり、裁判で争っても認められるケースが少ないというのが現状でした。

今回の法改正で、例えば父親と実家で同居している長男夫婦がいて、長男の妻が献身的な介護をしていた場合、長男の妻は「特別寄与者」として、相続人に対して貢献の度合いに応じて金銭の支払いを請求することが出来るようになりました。昨今、遺産分割協議書においてこの問題が原因で協議がまとまらないケースも多く見受けられます。今後、どのように貢献度を金額に算定していくのかなど、詳細の決定について注目を集めそうですね。

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」と言っていたら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

日本訪問歯科協会からのワンポイントアドバイス



口腔ケアの手引き

脱水症状を予防しよう!

1日1.5リットル以上の水分補給が必要です。

〈命の水〉

経口補水液

※市販品もあります。



混ぜれば完成!

スポーツ飲料を2倍にうすめて飲んでもOK!

持病(糖尿病・腎臓病)のある方は、医師にご相談ください。

〈脱水の見分け方〉

◎体に熱がこもる

◎口ががわく

◎わきの下ががわいている

◎血圧下がる

◎肌がカサカサ

◎顔赤い

◎顔ズキズキ

◎力が入らないクラクラ、フラフラ

→すぐ病院に連絡

〈お口・舌の乾燥予防〉

お口や舌を動かして、だ液をしっかりとだしましょう

よくかんで食べる

よく話す

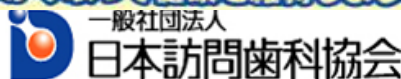
よく笑う

アハハハ

保湿剤も効果的です。

体の60%は水分です。水分をしっかりとって健康を維持しましょう。 <むしろは歯科にご相談ください。>

ご自宅に歯医者さんが伺います。



お気軽にお問い合わせください
 TEL 0120-099-505

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