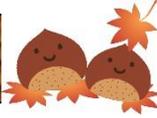


アスモ新聞はアスモのホームページ www.asumo-kaigo.jpからもご覧になれます。
上記のアドレスか【在宅介護センター・アスモ】で検索してください。
「人に喜ばれる仕事を！」のアスモは、
みなさまとの新たな出会いをお待ちしております。



「情報ビッグバン」



代表取締役 花堂浩一

先日、ジャーナリズムの舞台裏と題し、福島原発の壮絶な舞台裏の様子が書かれたジャーナリスト、門田隆将氏の講演記事に目が止まりました。

世間一般では東京電力=悪とのイメージが出来上がっていますが、当時の吉田所長ははじめ福島第一原子力発電所の職員の懸命な活動が広く知られてはいないようです。以下門田氏の記事です。

皆さん「情報弱者」という言葉をご存知でしょうか。「新聞やテレビ等の情報源しか持っていない人達」のことです。これまでの新聞やテレビの報道というのは、警察や役所に置かれている記者クラブの記者たちの取材によって報じられてきました。つまり、「マスコミが情報を独占する時代」だったわけです。ところがインターネット時代になって、今まで隠されていたいろんなことが明らかになりました。

その一つが「新聞やテレビの報道はそのままのニュースではなく、記者によって加工されたものだった」ということです。インターネットの時代になって国民一人ひとりが情報発信ツールを持つようになったことで「あの報道は間違いだ」と発信されてしまいます。つまり「マスコミが大衆に監視される時代が来た」ということです。これを私は「情報ビッグバン」とよんでいます。

2014年の5月20日に「吉田調書騒動」がありました。「吉田調書」とは、東京電力福島第一原子力発電所事故当時の所長・吉田昌郎(まさお)さん(故人)の証言記録です。この調書をスクープした新聞は「原発の所員たちは所長命令に違反し、9割が撤退した。とても無責任な行為だ」と大々的に報じました。

すぐに「それは誤報だ」と指摘すると、それを掲載した週刊誌と新聞社は「訂正と謝罪がない場合は法的措置を検討する」と通告してきました。



2011年3月11日に起こった大津波により、福島第一原発の原子炉はメルトダウン(炉心溶融)します。現場の所員達の必死の対応にもかかわらず、原子炉は次第に制御不能の状態になりました。

15日の朝には2号機がもう「いつ破裂してもおかしくない」危機的状況を迎えます。あの時原子炉格納容器が爆発していたら、無事な北海道と西日本、そして人の住めない東日本の三つに分割されていたでしょう。15日朝6時過ぎ、「バーン」という大きな音がして2号機の圧力抑制室の圧力がゼロになりました。所員の誰もが「ついに恐れていた最悪の事態が起こった」と青ざめました。

その瞬間吉田さんは「各班は最小人数を除いて退避！」と叫び、準備していたバス5台での福島第二原発への移動を指示します。新聞はその時の様子を、「所員の9割が所長命令に違反して逃げ出した」と書いたのです。では事実はどうだったのか。誰もが「家族を残して死ねない」と逃げ出したくなる中、720名の所員のうち69人が棟に残りました。彼らに託されたのは、棟に残ってプラントを冷却し続ける任務でした。制御作業をする人間がいなくなれば、福島第一と第二の計10の原子炉と11の核燃料プールが全てアウトになります。原子炉内の気圧が上昇し続け「限界」を悟った吉田さんは、一人ひとりの顔を思い浮かべ、ずっと考えたそうです。「何人を残せば作業を続けることができるだろう」と。

そして吉田さんは自分と一緒に「死んでくれる」人間を思い浮かべたのです。つまりそれは、もしその69人が命を落としたら、待機している次の70人がその後の対応に当たりそれがダメになったらまた次の70人が対応する、ということです。全員いっぺんに死んだら闘えなくなるからです。

その退避命令に対して所員たちは「俺、残ります。班長だけ残して出るわけにはいきません！」と声を上げたというのです。それに対して班長がこう言います。「今はとにかく出る。俺が死んだらおまえが来い。おまえが死んだら次が来い」と。彼らはそうやって命がけで原子炉を守ろうとしたのです。それが真実だったのです。

東電の対応については、賛否両論あることは承知していますが、原発を預かる現場の人々が命がけでこの国の危機を守ろうとする姿は、少子高齢化をどうするかというこの国の大きな課題を陰で支える現場のヘルパー、介護士の姿そのものだと考えますが、いかがでしょうか？



こんにちは。シニアハウスコムです。
11月からスタッフが増えました。よろしくお願ひします。

【プロフィール】

[名前] 渡部 梢(わたなべ こずえ)
[出身地] 福島県会津若松市
[血液型] O型
[資格] 社会福祉士・精神保健福祉士
[趣味] ゴルフ



会津若松城



[メッセージ] はじめまして。この度、シニアハウスコムの一員となりました渡部 梢と申します。前職では、グループホームと短期入所で生活支援員をした後、生活相談員として障害者の生活と関わってまいりました。一日でも早く皆様のお役に立てるよう頑張ります。よろしくお願ひします。



座右の銘：誠心誠意

居宅介護支援

～夏より危険！？ かくれ脱水～

脱水症や熱中症は「暑い季節に起こる」というイメージが強いですが、実は夏と冬の年2回ピークがあると言われています。冬の「かくれ脱水」は、水分が身体からジワジワと失われることで起こります。

最初は「口の中がネバネバする」「だるい」といった症状から始まり、放っておくと食欲低下や立ちくらみなどが起こります。更に悪化すると「脳梗塞」や「心筋梗塞」のリスクを高めます。水分が失われると血液がドロドロになり、血栓ができやすくなってしまいますからです。

冬に脳梗塞や心筋梗塞が多いのは、寒さで血管が縮むことが原因と考えられていましたが、脱水により血液がドロドロになることも原因の一つと考えられるようになりました。

特に高齢者は、喉の渇きを自覚しにくいという特徴から、かくれ脱水になりやすいと言われています。食事量や運動量が減り、筋肉量が低下すると脱水症のリスクを高めてしまいます。タンパク質が充分な食事と適度な運動も脱水症の予防になります。

ご利用者様の中には、トイレが心配であまり水分を取らない方もいると思います。寒くなってもこまめな水分補給の声かけを心がけましょう。



たんぽぽ介護



これからの季節 増えてくる



せき

原因をつきとめ
早めに対処を!

そもそも、どうしてせきは出るの?



せきは、気道に異物、ほこり、煙など、なんらかの刺激が加わった時に起こる、一種の反射運動で、異物や刺激を取り除く為の、防御の役割をしています。

せきには、どんな種類があるの?



せきには、「コンコン」という痰の出ない乾いたせき(乾性咳嗽(がいそう))と、「ゴホンゴホン」という痰を伴う湿ったせき(湿性咳嗽(がいそう))の2タイプに分けられます。

乾いたせきは、**風邪の初期症状**や、**急性気管支炎**などが疑われます。

乾いたせきも、続くと湿ったせきに変わることがあります。

湿ったせきは、**風邪**や**気管支炎**の進んだ状態や、**肺炎**などが疑われます。

痰の量や色、粘りなども、病態を見分ける大事なポイントになります。症状を抑えることよりも、原因に対する治療が大切です。

普段の生活での予防法は?



なるべく安静を保ち、ガスや灯油ストーブを避け、室内の加湿やこまめな換気を心がけましょう。また、痰が多く出るせきの場合は特に、十分な水分を取るようにしましょう。

タバコを吸っていてせきが出る場合は、まずタバコをやめること。食べ物では唐辛子などの刺激物は避けてください。

せきに効く食べ物は?



大根・・・大根に含まれている「イソチオシアネート」という成分には、**炎症を抑えてくれる働き**があります。

ハチミツ・・・ハチミツは**とても優れた栄養価**を持つことで有名です。また、ハチミツにある粘性によって殺菌した喉が保護されます。そのため乾燥による咳を防ぐ効果があります。

生姜・・・身体を温める作用がある上に**殺菌効果**もある生姜は、つらい咳の症状に大活躍です。喉が温まることで器官が広がり、呼吸が楽になります。

せきを放っておくと、慢性気管支炎や肺炎喘息などになる可能性があります。「たかがせき」とは思わず、**早めに医師に相談して治療をすることが大切です。**



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。

「歩行補助杖(つえ)」を使うことで移動が自力でできるようになると、心身ともに積極性が生まれ、歩く機能の維持につながります。では、どんなことに気をつけて選べばいいのでしょうか？ポイントを3回に分けてお話しています。第2回のテーマは「**歩行補助杖には、どんなタイプがあるの？**」です。

歩行補助杖には、どんなタイプがあるの？



“T杖”

気軽に使えて、種類も豊富。
歩行に少し不安がある方に。

T字型のグリップと1本のフレームからなる杖です。人差し指と中指のあいだにフレームを挟み、グリップに体重をかけて使います。もっとも一般的に見られる杖で、折りたたみ式やファッショナブルなものなど、数多くのタイプが市販されています。介護保険は適用外です。



“ロフトランド杖”

握力が弱い方に。グリップとカフで支えます。

体重を支えるグリップと、腕を固定して支えるカフを備えた杖です。握力が弱い方にも使いやすく、T杖より体重のせることができます。ロフトランド杖について歩くと、患側にかかる荷重が約2/3になります。



多点杖

安定性に優れた杖。筋力低下やマヒのある方に。

3~4本に分かれた脚をもつ杖です。枝分かれた脚が広いものと狭いものがあり、広くなればなるほど安定性が増します。筋力低下やマヒのある方に向いていますが、平らな場所ではしか使えませんので屋内など使用場所に配慮する必要があります。

「歩行補助杖を選ぶときのポイント」
今回は、「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。

『自分が死んだら誰が相続人になるのか？』

Q:自分が死んだ時、誰が相続人になるのかわかりません。法律上、相続人や相続割合はどのようにきまるのでしょうか？

A:ご自身が亡くなった際、相続人になる方は民法上決められています。

相続人の範囲

- ①常に相続人:配偶者
- ②第一順位:被相続人の子(被相続人の直系卑属)
- ③第二順位:被相続人の直系尊属(第一順位がない場合相続権が発生します。)
- ④第三順位:被相続人の兄弟姉妹(第一、二順位がない場合相続権が発生します。)

法定相続分

- ①配偶者と子供の組み合わせ 配偶者:2分の1 子供:2分の1
- ②直系尊属と配偶者の組み合わせ 配偶者:3分の2 直系尊属:3分の1
- ③配偶者と兄弟姉妹の組み合わせ 配偶者:4分の3 兄弟姉妹:4分の1

いかがでしたでしょうか？

遺言書やエンディングノートの作成をお考えの方は、ご自身の相続人が誰になるのかを理解しておくことでより具体的な遺言書、エンディングノートが作れるはず。また、既に遺言書やエンディングノートを作成された方も、法定相続分を知ることによって最善のものが出来上がるかもしれません。

また、相続人を確認することで、よりご家族の関係を客観的にみる事ができるのではないのでしょうか？

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」と言っていたくご相談は無料になります。

用語解説

直系尊属:父母・祖父母・曾祖父母など自分よりも前の世代にある者をいいます。

直系卑属:子・孫・曾孫など自分よりも後の世代にある者をいいます。

兄弟姉妹・いとこ・はとこなど自分と同世代の親族は尊属でも卑属でもありません。



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

介護の日PRイベント

介護に関する啓発を重点的に実施する日として、厚生労働省が11月11日を「いい日、いい日」の語呂合わせで「介護の日」と定めています。中野区でも、この日に合わせて各地でPRイベントが開催されました。

8日(木)・9日(金)は中野区役所の1階ロビーと玄関前広場にて、中野区介護サービス事業所連絡会の展示や介護・看護についての相談、高齢者疑似体験、福祉用具の展示と電動車いすの試乗会が行われました。

9日(金)・10日(土)は、白鷺にある施設「しらさぎ桜苑」にて、マッスルスーツの装着体験や訪問入浴の展示、高齢者疑似体験、福祉用具の展示と電動車いすの試乗会が行われました。鷺宮のゆるキャラ「さぎプー」も来場しました！

どちらのイベントも大変盛況となりました。介護について、より多くの皆さんに知って頂く良い機会だったと思います。

福祉用具相談員 佐藤 英郎



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

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

訪問介護

たんぽぽ介護

TEL 03-5318-5731
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

