

ク ロ ー バ ー
Clover

VOL.27

2019年春号



株式会社 さち コーポレーション
グループホーム さち



5月より年号が新たに「令和」となりました。偶然にもこの節目となる年にお陰様でさちも開所10年を迎えることができました。皆様の温かなご支援に、心より感謝を申し上げます。

「令和」を迎える今日までに明治、大正、昭和、平成を過ごされた利用者様の人生には戦争や様々な災害が起き、文化が激変し、決して平穏とは言えない日々だったでしょう。

「昔は兵隊さんが目の前を通ってね、皆で旗を振って見送ったよ。誰も天皇陛下万歳と言って死なないからね、死ぬときはお母さんだからね」「生きるためには何でもしたよ。着物なんか本当に安く買い取られ、食糧に替えられ。母親の大事な着物を売ったときは辛かった」「家の2階でお蚕飼って、お蚕様さまでね。夜にはガサガサ桑の葉を食べる音がした。朝になると葉は綺麗なもんだよ。毎日桑を摘んできてあげるのが子供の頃のわしの仕事だった」「伊勢湾台風は名古屋なんか酷かったね。材木が流れ込んで大勢の人が死んだな」「生きていだけが精一杯だった…」耳を傾けると限りなく沢山の体験談を聞かせて下さいます。今の私たちは経験したことのない、大変貴重なお話ばかり。

私が利用者様と向き合う際に教えていただく事があります。「今皆に伝えたい事、これだけは言うておかないといけないことはないですか」「自分が貫いてきた信念、中心軸は何ですか」「これまでの生きがい・やりがいや、苦しかったこと辛かったことと、心の支えは何でしたか」

激動の時代を乗り越え何十年と生きて来られた方々が、導き出されたそれぞれの人生の叡智の結晶。その片鱗に触れられるということは大変貴重で重要な意味を持つと感じます。

変わりゆく時代の中で、人から人へと受け継がれていく歴史、思い、知恵は正に贈り物と言えるでしょう。この贈り物を受け取った私たちの役目…それはこの叡智の結晶から学び、世のために知恵を働かせ行動し、命輝かせ次の世代へ伝えていくことだと考えます。これからの時代が、より良いものであるために。

「『さち』に関わる全ての人々が安心し、幸せに暮らしてほしい」会社設立当初から変わらず抱いているこの思いを、私は貫いていきます。



研修レポート

はじめまして、新人職員のYです。3月～4月の期間で「介護職員初任者研修」という研修を受講しました。全16日間の日程で、無事に最終テストに合格すると介護職員として第一段階の資格を授けられます。

私ごとですが、3月にさちに入社する以前は全体の仕事をしていました。そのためさちの先輩職員の間で飛び交う専門用語も初めて耳にするものばかり。その都度先輩方に用語の意味や仕事を教わり、何とか3ヶ月が経とうとしています。

研修では介護職員としての基本的な心得から介護保険制度などの法律、身体介助、家事等、これまで先輩方に教わった介助の意味や理由を深く学ぶことができ、「なるほど、そういう理由だったのか」と腑に落ちることが多々あります。

その中でも印象的だった3つのことを書いてみます。

1つ目。「介護職員が心がけることは、利用者さまの想いを一番に尊重して、生きがいのある生活を送っていただくこと」という基本的な考え方です。つつい良かれと思ってした行為が「利用者さまは求めていなかった」ということもあり得ます。コミュニケーションをしっかりとりながら利用者さまの想いを確認していくことが大切だなと思いました。

2つ目。介護者の身体を腰痛などから守る「ボディメカニクス」の考え方です。これは力まかせに介助をすると腰など痛めてしまう原因になるので、テコの原理や身体の使い方を工夫して介助を楽にするメカニズムです。介護の現場ではお一人おひとり状況が違うので、簡単にはいかないこともあると思いますが、ボディメカニクスを応用できたらと思っています。

3つ目。料理や栄養についてです。グループホームでは介護職員が調理も担当します。そのため高齢者の方が食べやすい料理や、糖分や塩分を摂りすぎない工夫も必要になります。例えば「焼き魚に塩をかける代わりに、ポン酢やすだちをかけると美味しく食べられる」など勉強になりました。

まだまだ始まったばかりの介護職員としての道のりですが、今後も利用者さまや先輩方からの指導を頂いて、経験を重ねていけたらと思います。ありがとうございます。

あっちこっちそっち

このコーナーは、グループホームさちの活動をご報告いたします。

中馬のお雛様（2月）

豊田市足助町の古い街並みで行われた中馬のお雛様を観に行きました。街道沿いの店先や家屋の軒下に、古くから伝わる様々な雛飾りが飾られていました。メイン会場の足助交流館では立派な雛飾りが迎えてくれました。雛壇の最上段には変わった門飾りが施されています。



色とりどりのお雛様や街道を抜ける暖かい風に吹かれ、一足早い春を感じることができました。

いちご狩り（3月）

3月の終わりに恒例のいちご狩りに出掛けました。さくら、うめと日にちは別でしたが、お天気にも恵まれ美味しいいちごを堪能させて頂きました。「これはまだ青いじゃん。ちょっと早いね」「あった～あそこに赤いのがあるよ」と葉っぱを避けてちぎっては、口に入れられとっても満足そうなお顔でした。ちょうど春休みと重なりご家族の方も参加して下さい暖かい春の陽射しの下で記念撮影も出来ました。



足湯へ（4月）

暖かな陽気に誘われて、旧藤岡町の石畳足湯へと出かけました。膝までズボンをめくりゆっくりと足をつけると「アー暖かいね～、気持ちいい。足湯は良いね、来てよかったね」と皆さんほっこりした笑顔♪ 膝から下がほんのりピンク色に身体もポカポカした気分になりました。

足湯を楽しんだ後は、綺麗に咲いている「花桃」や、そよそよと泳いでいるこいのぼりを眺めながら梅干・昆布の手作りおにぎりをお腹いっぱい食べました。やっぱり外で食べるおにぎりはサイコーです。



さちのつづやき

ここでは、グループホームさちで聞こえたつづやきを少しずつご紹介いたします。

おじいちゃんと孫

年始のあいさつにと、Aさんのお孫さんが遊びにいらっしやいました。久しぶりの再会にととても喜ばれ、にこにことお話をされて過ごされました。お孫さんが帰られるとAさんの目にはうっすらと涙が…「久しぶりに会えて良かったよ。大きくなって…とてもいい子なんだ！遠くからわざわざ来てくれて、大変だったろうね」と、お話していただきました。離れて暮らしていると会う機会が減ってしまいますが、会えた時の喜びは言葉にできませんね。離れていてもお互いを思い合う、家族の優しさを感じたひと時でした。



絵

「仕事は、洋裁やとったけどね。」「絵を描く事や、習字はやってたよ」と仕事以外の趣味をお聞きしたところ仰られました。実を言うとフロアや、廊下に掲げてある絵はその方が以前描かれた物です。赤富士と花のカラーのちぎり絵ですが、和紙の暖かさや、優しさが滲み出ていて大変魅力的です。最近の事です、花瓶に生けたチューリップを描いてもらいました。「こう言うのは集中せんとだめなんだよ」と仰っておりましたが、当時のままとはいきませんが、やはり体が覚えているのでしょうか。花瓶の色、花びらを忠実に描かれていました。来所の際はぜひ一度ご覧ください。



3人の娘たち

「娘には勉強しなさい、と言ったことがないよ。言わんでも自分からちゃんとやとったよ。それにご飯も三人で協力して作ってくれたこともあったよ。今娘たちは20代かな？卒業したばかりだから。まだ結婚してないよ。三人とも」と笑顔で仰るCさん。

「Cさんは今いくつですか？」と、職員が訪ねると「85歳ぐらいかな？あれ？じゃあ娘はいくつになるかね？（大笑）」いい感じのボケと突っ込みになりました。



癒しの時間 Lesson 2 4 ノンアルコールのティーモヒート

今年の春は寒暖差が激しかったですが、GW を過ぎてやっと気温が安定してきたように思います。初夏に入り暑くなる日も多く、つつい冷たいアイスクリームやドリンクに手が伸びることが増えてきました。

今回はこれから暑くなる季節にピッタリな、ライムとミントを使った爽やかなアイスティーのレシピを紹介させていただきます☆

<材料 1人分>

- ・紅茶葉 4g
- ・熱湯 約 90 c c
- ・スライスしたライム 1 枚
- ・砂糖 小さじ 1 ~ お好みの量
- ・ミント 1 枝
- ・無香料の炭酸水 50 cc ~
- ・氷 グラス 1 杯分

<作り方>

- ① カップやポットに紅茶葉を入れ熱湯を注ぎ、通常の蒸らし時間の 2 倍長く蒸らします。
- ② ①をストレーナーや茶こしを使って別のカップに移し、お風呂のお湯より少し熱いと感じるくらいまで冷まします。
- ③ グラスにライムと砂糖を入れ、スプーンの背などでライムを押しながら果汁で砂糖を溶かすように混ぜたら、ミントを入れ葉に軽く傷を付けるようにさらに押します。
- ④ ②の紅茶に多めの氷を入れ、一気に冷たくなるようにスプーンで手早く混ぜたら③のグラスへ炭酸水と一緒に注ぎます。炭酸が抜けないようにそっと混ぜたら完成です。



ライムとミントの香りに負けないような風味のしっかりとした茶葉がおすすめです。ミルクティー向けに作られている CTC 製法の物や、ブラックファストブレンド等は相性がいいと思います。個人的にはキーマンの香りがライムととてもマッチして美味しかったですよ。

もちろんラムを入れてカクテルにしてもいいですね♪

暑い日のお共に爽やかなお茶はいかがですか？

<ゆうこ>



2月11日～5月10日の間に、たくさんの方々からさちにご協力いただきました。

さわやか豊田のみなさん 佐橋澄雄さん ショウワサウンズのみなさん 杉山順子さん
高見さん 豊田工業高等専門学校インターアクトクラブの学生さん

(順不同)



サポーターさん募集

グループホームさちではサポーターさん（ボランティア）を募集しています。「ボランティアっていうと何か出来ないといけないのでは？」と思う方もみえるかもしれませんが、確かに色んな特技を活かしてボランティアをして下さる方もみえますが、ほんの空いた時間に、入居者の方とお話しをしていただいたり、お茶を飲みがてら一緒に植物の手入れをしたり、ご飯作りを手伝っていただいたり・・・普通の生活にほんの少しのお手伝い（サポート）をしていただけるだけでも大歓迎です。お一人でもお友達同士でお越しいただいてもOK。一緒にこれからの高齢者の生活を考えながら活動しませんか？

<担当：神谷>



編集雑記

平成から令和という新しい時代を迎え、何が変わったとははっきりしませんが、それでもなんとなく世の中の雰囲気というものが代わってきたように感じます。令和はどんな時代になるのか先は読めませんが、少なくとも日本だけでなく、世界の平和が広がる時代になるといいなと、新天皇のお言葉を聞き感じました。そして平成の時代に多く起きた天災は、今後もなくなることはないでしょう。天災に負けることのないように、防災への意識を増々高めていきたいと思えます。（真理）

発行／株式会社さちコーポレーション

〒471-0067 愛知県豊田市栄生町3-58 ☎0565-35-0805

<http://www.e-sachi.co.jp/>

発行責任者／神谷 幸子

発行日／2019年5月10日（発行予定月 2月5月8月11月）