

ク ロ ー バ ー  
Clover

VOL.32

2020年夏号



株式会社 さち コーポレーション  
グループホーム さち

## ホーム長のご挨拶



今年は例年になく長梅雨のため、この東海地方の梅雨明けが発表されたのは8月に入ってからでした。梅雨明け翌日から降り注ぐのは激しい蝉時雨！7月中は申し訳なさそうに鳴いていた蝉たちも、この時を待っていましたとばかりに力強く鳴いています。

孫をこども園に送りながら遅れてきた夏の音に耳を傾けていると「おばあちゃん、蝉は雄しか鳴かないって先生が言っていたよ！」と、隣で孫が教えてくれました。私は、蝉は雄雌関係なく全て鳴くものと思っていたためびっくりしました。

蝉のことに詳しく調べてみると、繁殖のために雄蝉は大きな声で雌に自分の居場所を教えて呼び寄せ、繁殖後は雌が木の幹に卵を産み付けます。卵は翌年の梅雨時に孵化し、孵化した幼虫は土の中に潜り種類によって3年から長くて17年もの時間をかけて土の中で成長していきます。長い幼虫期が終わりやっと地上に出てきても1週間～1か月の短い命です。

異常気象が当たり前となっている昨今の自然環境は、蝉の生態に影響を及ぼしていないのか？気になるところですが、どんな状況でも生きて子孫を残していかなければならない蝉たちも何とかこの環境に適応しているのだと思います。

私たち人間も年々厳しくなる自然環境だけではなく、今年は新型コロナウイルスの流行により、生活様式も今までとはまるっきり変わってしまいました。

外出時のマスク着用、こまめな手洗いうがい、手指消毒等だいが習慣づいてきましたが、密を避けるという点ではこれまでの文化、風習、働き方等すぐには変えにくい、判断が難しい場面があることが見受けられます。

弊社はグループホームと訪問看護ステーションを運営していますが、どちらもご利用者との距離も近く、直接触れる仕事です。密どころか密接になる場面も多く、感染したら重症化しやすい方々を相手に仕事をしているので、職員たちもそれぞれの生活の場面で感染予防にとっても注意を払ってくれています。この時期には毎年遠方の故郷へ帰省することを楽しみにしていた職員も、今年はしっかりと考え自粛をしてくれました。大切な親類、友人に会えないことは大変辛い決断だったと思います。

今は土の中で過ごす蝉の幼虫のように、皆静かにじっと耐えている時期ですが早くこの環境が過ぎ去り、再び自由に羽を広げ伸び伸びと過ごせる時が来ることを祈るばかりです。

## 研修レポート



今年の一月から毎月一回、一般社団法人最適経営学実践協会が開催している経営勉強会に参加させていただいています。企業の経営者や幹部が経営において最適な決断が行えるよう知識を学び、実践していくための勉強会です。

経営理念、メンタリング、人事労務、企業法務等毎月様々なテーマを他の企業の方々と一緒に学ばせていただいておりますが、さちでは一介護・事務職員として働いている私にとって初めて見る経営者としての視点、考察等、今までとは違う立場で視る物事は未知の世界に近いものがあります。苦手なテーマでは四苦八苦してしましますが、好奇心が強く、知識を深めることが好きな私にとっては大変おもしろく充実した内容ばかりです。

まだ全ての講義を修了していませんが、現時点で思うことは会社とは船のようであるということです。どんなに作りが立派な船でもその舵取りをする船長である経営者がどのような会社であるべきかという明確な理念を掲げ、運営に関する正しい知識を持ち、進むべき方向性を示し、未来を読み解き正しい判断を下せる決断力がきちんと備わっていないとすぐに大波に潰されてしまうことでしょう。

又、経営者のメンタルがふらふらしていることは絶対にあってはなりません。航路をあっさりと見失ってしまいます。…とはいえどんな有名大企業の経営者・幹部でも、超天才はいれど完璧な人間はいないはずです。経営者一人では会社は成り立ちません。船は船員全員で力を合わせなければ正しく進みません。

私は経営側と社員側の丁度中間の立場にあたります。どちらの考えも理解し、肩入れしすぎず正しく両者の間を取り持つことを重視して働いてきましたが、その基盤は確かな知識、知恵が足りなく脆弱であったことに気づきました。お客様である利用者様方が安心して充実したサービスを継続して利用していただけるよう、さらに日々変化する社会情勢、職場環境に素早かつ確に対応できるよう、自分自身の能力や精神をより高め職場に還元するために残りの研修も取り組んでいきたいです。

話は変わりますが、この勉強会の開催当初は名古屋駅にあるセミナールームに受講生が集まっていましたが、新型コロナウイルスの感染拡大により途中から ZOOM アプリを利用した受講となりました。他の受講生方と直接お会いできないのは少し寂しいですが、モニター越しに講師や受講生のお顔が一斉に見え、また全員の意見も聞きやすいので大変便利です。変化の激しいこの時代に新しい技術や知恵を取り入れ、実践した一つの実例でした。

<事務 神谷>

## 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。

### バーベキュー大会（5月）

毎年母の日に大勢の方をお招きして行ってきたバーベキュー大会ですが、今年はやむを得ず利用者様と職員のみで開催しました。当日は清々しい五月晴れに恵まれデッキに移動して、皆さんワイワイと炭火焼きのお肉や豚汁を楽しまれました。太陽の下での心地よい昼食に皆さん「お肉おかわり〜♪」と箸も進んでみえました。



### 父の日(6月)

父の日には毎年お出掛けをして楽しんで頂いていましたが、今年は新型コロナウイルスの感染拡大により、外出が出来ない為、男性陣のご希望にて昼食に皆さんでうなぎを召し上がって頂きました。ある男性利用者様は、うなぎを食べながらご自分が生まれ育った地域にあるうなぎ屋さんを思い出され懐かしいお話で盛り上がりました。うなぎはやはりご馳走ですね。

皆さん美味しそうに笑顔で完食されてみえました。



### 七夕（7月）

数日前から皆さんと一緒に笹の葉に飾りつけをいたしました。「あみ飾りの作り方ってこれで良かったかな〜」と毎年作っても忘れてしまう職員。「私も忘れちゃったわ〜」と笑われる利用者様や「確かここを切ってくじゃなかった？子どもと一緒に作っとったもんね〜」と教えて下さる利用者様。楽しく飾りつけをした後は短冊にお願い事を♪健康面や楽しく暮らすこと、ご家族の事など思い思いのお願い事を書かれていました。いつまでも元気に楽しく長生きしてくださいね♪



## さちのつばやき

ここでは、グループホームさちで聞こえたつばやきを少しずつご紹介いたします。

### 久しぶりの黒髪

コロナウイルスの影響もありなかなか美容院の施術を受けられず、やきもきする日々が続きました。久々に出張美容院が来ることが分かると皆さん大喜び！そんな中でも普段は「面倒だからいいわ〜。自分で行くもんね」と、仰る利用者様が「私も染めたいわ…」と毛染めを希望されました。数か月ぶりに綺麗な黒髪になりニコニコ笑顔の利用者様。また一段と若返りましたね♪と声をかけると「また再婚できるかしら〜♪」と冗談まじりにとびっきりの笑顔を見せて下さいました。



### 気遣い

突然ご自分が使用されている湿布薬を職員に差し出して「これ使って」と言われるKさん。離れた場所で他の利用者様が身体の痛みを訴えられたのを聞いてみえた様で、「新しく貰ったから、痛いのは辛いから」と言われ机に置いたまま行かれました。夜間トイレに起きられた際職員に「〇〇さんの身体が痛いの良くなった？」と聞かれ心配されていました。大丈夫ですよと伝えると「よかったです」と笑顔を見せて下さいました。



### 懐かしき井戸

ご利用者のAさんが広報とよたの表紙写真を眺めて「懐かしいねえ、昔はこうやって桶に野菜や果物を入れて食べたんだよ♪」と教えて下さいました。「スイカは井戸で冷やしたんだよ」「昔は学校から帰るとすぐにお風呂の水も井戸から運んでねえ。2人で担いだんだよ。坂道は背が低い私が前で、弟は後ろ」と、嬉しそうに思い出話を聴かせて下さいました。今の便利な時代ではなかなか味わえない、少し羨ましくなるAさんの思い出話でした。



## 癒しの時間 Lesson29 夏の元気に！ビタミンハーブティー

新型コロナウイルスの感染拡大が終息の兆しを見せない中、今年も暑い夏がきました。本当は旬の素材を使ったレシピをご紹介したいところでしたが、ゆっくりスーパーで食材を選ぶことも難しい、むしろ極力人込みは避けたいため今回は私が日常愛飲しているお茶のレシピをご紹介したいと思います。少し手間はかかりますが、一度に沢山出来るのでご家族みんなでのごくぐく飲めますよ♪

<用意するもの>

- ・ルイボスティー 5g (市販のティーパックのもので2~3袋)
- ・ハイビスカスティー 3g ・ローズヒップティー 3g ・レモンピールティー 1g

① やかんに1.5~2ℓの水とルイボスティーを入れ火にかけます。沸騰してきたら弱火にし、15~30分煮出します。圧力鍋でもできます。7分ほど加圧し、圧が抜けたら蓋をしたまま30分以上置きます。



② ①の粗熱がとれたらお茶ポットなどに移します。残りのハーブをお茶パックに詰めお茶ポットへ入れ、冷蔵庫で2時間以上冷やしできあがりです。

ルイボスティーは豊富なミネラルと高い抗酸化力を持ったフラボノイドが含まれていますが、その成分を引き出すには10~30分以上は煮出さないといけないと言われています。そのためビタミンCが豊富で有名なローズヒップ、ハイビスカス、レモンピールと一緒に長時間煮てしまうと、せっかくのビタミンCが減少してしまうため、後入れにしています。

お茶を沸かすたびにハーブを計量するのは手間なので、私は時間のあるときにパックに詰め大量にストックしています。またルイボスティー以外のハーブはインターネットで細かくされたものが販売されていますので、それを使うとよりしっかりと成分が溶け出しやすいですよ。

ほんのり酸っぱくすっきりとした味でこの時期におすすめですが、利尿作用や体を冷やす作用があるので飲みすぎには気を付けてくださいね☆

<ゆうこ>



5月11日～8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。

佐橋澄雄さん 喫茶雪村のみなさん (順不同)

※新型コロナウイルスによる感染再拡大のため、現在はボランティア等の受け入れを中止しております。また状況が落ち着きましたら、再開する予定です。



### 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つと何か出来ないといけないのでしょ?」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

新型コロナウイルスだけでなく、暑さ対策も考えなければならない今年の夏。とても大変になりそうだと思っていましたが、もともとインドア派であったため、休みはそれまでとさほど変わらず巣ごもり生活を送っています。ただ、それでも今まで以上に歩かなくなったためなのか、あるいは年を取ってきたせいなのか、体力の低下を非常に感じるように。利用者の方と一緒に真剣にリハビリ体操や運動レクに参加しようと思った今年の夏でした。

(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／2020年8月10日（発行予定月 2月5月8月11月）