

# ここひろ青梅 通じ



ここひろ青梅

東京都青梅市藤橋2-614-18

TEL : 0428-78-2455 (居宅・訪問)

東京都青梅市河辺町1-816-10

TEL : 0428-23-8220 (用具)

訪問看護ステーションおれんじ

東京都あきる野市草花3682番地

TEL042-533-3401

地域ケアサポート館 福わ家・小規模多機能ホーム

東京都青梅市藤橋2-614-18

TEL : 0428-78-2100

地域ケアサポート館 福わ家・グループホーム

東京都青梅市藤橋2-614-6

TEL : 0428-78-2100

地域ケアサポート館 福ら笑 (ふらわー)

小規模多機能ホーム・グループホーム

東京都羽村市川崎1-7-8

TEL : 042-555-6678

令和3年2月号

利用者さんがくれた

やさしさ



誰かに優しくされて温かな気持ちになり、嬉しい気持ちを誰かに伝えた  
いと思ったことはありませんか？

世界中で大流行している新型コロナウィルスで生活が大きく変わり、  
ちょっとした優しさが心に沁みる方もいるかもしれません。

優しさに”感染”

私にできること、あなたができること、  
あなたは今日、どんな「優しさ」を実践しますか？

さあ 始めよう

村山

いつもご利用ありがとうございます。このページでは福祉用具の紹介をすることが多いのですが、今回は歴史について少し触れたいと思います。用具の一番最初の起源は、道具として古代エジプト、古代ギリシアまで遡ります・・・・

『アスクレピオスの杖』アスクレピオスの杖とは、ギリシア神話に登場する名医アスクレピオスの持っていた蛇の巻きついた杖。医療・医術の象徴として世界的に広く用いられているシンボルマーク。ギリシャ神話にあるアスクレピオスという医師は、どんな病気でも治してしまったといいます。アスクレピオスは、ギリシア神話に登場する名医。優れた技術の持ち主で、死者すらも蘇生したというが、ゼウスによって殺されてしまいました。しかし、その功績が認められ、ヘビつかい座として天に上げられ、神の一員となった。古代ギリシアの医師ヒポクラテスの先祖とも言われている。蛇は脱皮しヌケガラを残すことから、若返り・蘇生・復活を示し、神秘・崇拜・守護の象徴として崇められていたそうです。現在も、この話をもとに、蛇杖が世界医師会や日本医師会のシンボルマークとなっています。皆さんも一度はお目にかけたことがあるはずです。



上・WHO(世界保健機関)  
下・スター・オブ・ライフ  
(救急車のマーク)

## 帰るべき居場所がある

「ただいま」「おかえり」私たちの暮らしの中にごく自然にある、とてもあたりまえの会話。この言葉のおかげで、今日一日を無事に過ごせたことへの感謝や安堵感のようなものに包まれる。

実はこの度、2年前に退職したスタッフが、ボランティアとして復帰してくれました。まさに「おかえりなさい」という言葉を心を込めて届けたいと思った瞬間でした。彼は少し会わなかった時期にいろいろな苦労を経験、また、少しの障がいをもつこととなっていたそうです。僕はいつもスタッフ達に言います、「あなたとの付き合いは一生のものだよっ！」と。ほぼ初対面で会社の代表からそんなことを言われるものだから、ほとんどの人が全力拒否の驚いた表情(笑)を見せてくれるわけですが、仕事とプライベートは別物という価値観がありますから、当然と言えば当然ですね。でも私から言わせれば出会いのきっかけが職場だったとしても、仕事もプライベートもひとりひとりの大切な人生の一環。それぞれに考える必要はあるけれど、完全に分けて生きていくことなどできません。仕事の悩みは自ずとプライベートの悩みになりますし、その反対もあります。ムリムリ分けて考えるよりも、仕事であれプライベートであれ、誰もが自分らしく居られる場所で、上手に共存しながらありのまま生きられたらいいと思うのです。だから1度は仕事が辛くなって退いたとしても、元いたところに自分の居場所があったと思えるのなら、いつだって、何度も戻ってくればいい。そういう場所にこそ「心のひろば」の名前がぴったりだと思うのです。勇気を持って戻ってきててくれたHさん、もつてしまつた病気は、あなたやご家族にとって大変な問題かもしれないけれど、私たちも一緒に悩んだり考えたりしながら、その重い荷物を一緒に持つこともできますよ。「ただいま」「おかえり」を繰り返しながら、ここにもあなたの帰るべき居場所があるんだと思って、ゆっくりとゆっくりと歩いていきましょう。



【青梅市藤橋】地域ケアサポート館 福わ家  
小規模多機能ホーム/グループホーム



鬼は外！ふくわ～うち



G H ／ 小規模手作りおせち

惣菜でもちゃんとお皿に移します

今夜はすき焼きだ～



ひ孫が会いに来てくれました!!



到着後のお茶入れは



福わ家大家の梅田さんが育てた

面会などはもう暫く自粛して頂かなくてはならず、ご家族にとって  
は息苦しいことと思います。。。。

リモート面会などには前向きに取り組んでいきますので気軽にご相

【羽村市川崎】地域ケアサポート館 福ら笑  
小規模多機能ホーム/グループホーム



「お父さん、この肉じゃが、もう少し火にかけた方がいいですか  
ね？」おたまを渡すと、鍋をグルグル。「もう少しかなあ」  
「味はどうですか？薄くないですかね？」「んー。いいんじゃな  
いか」



今年は、124年ぶりの2月2日の節分！！  
鬼なのか、なまはげなのか、獅子舞なのか...笑  
みなさん、鬼に向かって、「鬼は外ー！福わ  
内ー！」

あれあれ...鬼に頭をくわえてもらっている方も



お知らせ

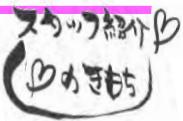
青梅市買物代行も行っております。



登録ヘルパーさん募集中！

お気軽にお問い合わせください。





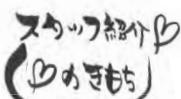
## 福ら笑勤務 石垣 洋子

私は青梅市に38年住んでいます。いつも山を眺めて生活してきました。

私の趣味に今は自然散策、山歩きがあります。長年、糖尿と付き合っていますがただ歩くだけではつまらないなあ～と思っていた時に年上の元気な女性に御嶽山に誘われました。てっきりケーブルで登るのかと思っていると「歩くわよ！」やっとの思いで1時間かけて山頂へ。そこで食べたカップ麺とコーヒーの美味しかったこと！



忘れられなくなりました。次は宝登山、丹沢の大山木曽駒ヶ岳、乗鞍岳と少しづつ足を伸ばしました。登っている時はいつ降りようか？いつも自分と格闘します。しかし頂上の360度絶景を見たら疲れが何処かに吹き飛んでしまいます。だからまた行きたくなるのです。富士山は大体の山から見えます。偉大な山です。皆さんも近場の山に登ってみませんか？



## 福わ家勤務 河邊 伸二



福わ家で短い時間ですが勤務しています河辺と申します。母親が利用者としてお世話になりました。自分が勤務し始めて4年。自分が勤務し始めて1年半。親子でお世話になっています。勤務するまでは利用者の家族目線でしか見れなかった事が事業所目線でも見える様になり介護の事が少しだけ解って来たのかな？少しでも利用者さんの心に残る様に仕事して行こうと思っています。自分に出来ているかわかりませんが利用者さんの家族の協力があってより良い介護が行われる気がします。スタッフの皆様には迷惑かけてばかりですがこれからも少しの時間ですが頑張って行こうと思っています。波乗りのお店を立川で経営していますので波乗りチャレンジしたい方は言って下さい、誰でも出来ますよ。

## 訪問看護ステーション合同会社 おれんじ

訪問車の窓を開けて走行していると風の中に春の香りが漂っており、“なんとなく足が地につかない季節”的な気配を感じました。喜びで気持ちが落ち着かない時はいいですが、不安な気持ちの時は出来れば避けたいものです。不安を抱える利用者さんとお話をすると、利用者のストレングス（強み）に着目した関わりを意識します。なぜならストレングスの活用は過剰なエネルギーを使わず不安感を小さくできる場合があるからです。自分自身で意識していないことが、他人の目にはストレングスに映ることもよくあります。もしかすると自分は“いいもの”を持っているかもしれない、淡い期待をもちつつ麗らかな春を迎えるですね。

菱山



手先の器用な利用者さんが作ってくださったアロマケースです



ストレングスの活用は誰かの喜びに繋がることも



## 「サービス付き高齢者向け住宅について」

介護保険の新しいえらべ方

サービス付き高齢者向け住宅は、2011年に創設された比較的新しいサービスです。高齢者が住み慣れた地域で暮らしていくための、居住の安定を目的としています。よく略して「サ付き」「サ高住（さこうじゅう）」などと呼ばれる事があります。比較的介護度が低い方が入居する一般型と、身の回りの動作や生活に支援が必要な方が入居する介護型に分かれます。どちらにも安否確認と生活相談が必須サービスになっています。外部サービスの利用で、入浴や排泄介助のサービスも受けられます。

本橋