

ココロ
ひろば
通信



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
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

心のひろば 本部
東京都青梅市河辺町1-816-10
TEL：0428-78-3461

ココひろ青梅
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）

maru.+BEANS CAFE
（マルドット プラスビーンズカフェ）
東京都青梅市駒木町1-843
TEL：0428-84-0260

令和6年1月号

A HAPPY NEW YEAR

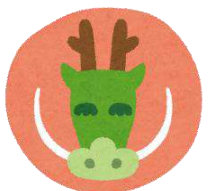
謹賀新年

旧年中は大変お世話になり、
誠にありがとうございました。

本年も何卒よろしくお願い申し
上げます。

皆様のご健康とご多幸をお祈り
申し上げます。

令和六年正月

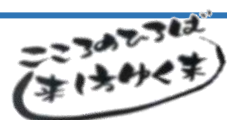
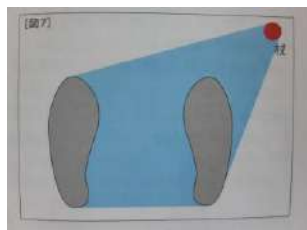


2024



福祉用具専門相談員として普段皆様と関わっていく中で、度々質問されることとして「杖はどちらの手にもつの？」と聞かれます。確かに、自分が歩きやすい側、楽な側でいいんじゃないのと思いますよね？ただ、一応、理にかなった決まりがあるのです。杖は麻痺や怪我等のある側の手に持ちます（患側）。なぜかという足にかかる体重（荷重）を麻痺や怪我等のない側（健側）に体重（荷重）を少なくするためです。※右図参照

また歩行動作も「3動作歩行（イチ・ニ・サン）」や「2動作歩行（イチ・ニ）」といったものがありますが、無理にリズムを作ってしまうとかえって歩行動作を崩してしまいますので、まずは持ち手側だけでも覚えてもらえると嬉しいです！



男子52歳にしてバービーに目覚める

バービー人形に目を向けたのは52歳にして初めてのことだ。なんとなく見ていたネットニュースに、ダウン症の子をモデルにした新しいバービー人形が発売！とあったのだ。正直驚いて、いろいろ調べてみた。バービー人形を提供しているマテル社は「女性是这样あるべき」という固定観念を壊すために色々とチャレンジしている。たとえば、

1. 女性が追求できる様々な職業を体現する人形を発売し、女性がどんなキャリアも選べることを示し、特に若い女性や女の子たちに対して「あなたは何にでもなれる」という強力なメッセージを伝えている:ジェンダーレス

2. 異なる肌の色や体の形、民族的特徴を有する多様な人形を導入することで、世界中の子供たちにとっての美の概念を広げている。これにより、子供たちは自分自身の外見を肯定的に捉え、多様な美の基準を受け入れることを学ぶことができる。:多様性

3. 障害を持つ人々の代表として、車椅子を使用するバービー人形や義手・義足を持つ人形を作るなど、障害を持つ人々の可視化も行った。これらの人形は、障害があることを正常な社会の多様性の一部として描き、障害を持つ子供たちが自分たちを人形の世界で見ることができるようにした。:インクルージョン

なかなか理想を追求した取り組みに感銘を受け、年末年始と大人買いしてしまった。（つい先日蛭子さんの絵を買ったばかりなのに...）こうして私のデスクの目の前の棚に並んだ優しい笑顔のバービー人形たちは、異なる背景を持ちながらも平等であることの美しさを私に問いかけてくれている。マテル社は、私の理想としていた世界を早い段階から具現化していたようだ。やるなっ！

ちなみに私には4人の孫が居て、その孫たちから私は大パパと呼ばれ、祖母となる私の妻のことを「バービー」と呼んでいる（呼ばせている（笑））。果たして本当にバービーに目覚めたのは52歳なのだろうか。。

代表 井上信太郎



【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

初詣



ハワイアン
バンドによる
演奏会♪



新年の準備
で大忙し！



小規模ではご家族にも
お集まりいただき「晩
酌的集い」を開催しま
した♪
今年はみんなで旅行に
行こうという話も出ま
した！



元旦は初詣へ。
往復約30分！風が
強い中、交代で車
椅子を押しながら
近くの神社まで歩
いて行きました。



【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

福
う門には 来たる



ご家族・利用者・スタッフで
クリスマス会 🎄



元気なうちは
お店に立ちたい
😊🍷

初詣



準備から片付け迄みんな
で一緒にやりました 🎵



何十年ぶりに同僚との再会
✨住む場所が変わっただけ
でいつでも会いに来てね ✨

畑で採れた芋で
芋煮会 ♪
おいしいね ♪



お知らせ

登録ヘルパーさん募集中！

一緒に働きませんか？ ♪

週1から、1日1時間からでもOKです。

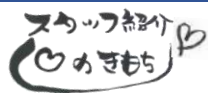
70代も元気に活躍しています ♪

お気軽にお問い合わせください。

TEL 0428-78-2455

担当 重藤





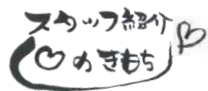
福わ家勤務 吉川 清意



皆様、はじめまして！中途採用で入社いたしました吉川清意と申します。

前職はそば打ち、その前は福祉用具専門相談員をしていました。介護の分野は実技こそ未経験ですが、前職で得た知識を活かして違う方向からのアプローチを行なえるように頑張っていきたいと思います。

趣味はアニメや映画を鑑賞することでかなりのインドア派となっています。元々はプラモデルを組み立てることが好きだったのですが、子供に破壊されてしまったからは封印しています。子供達にはガンダムを見せておいて、大きくなったら一緒に組み立てることを目指しています！最後になりますが、1日でも早く仕事を覚え皆様のお役に立てるよう努力していきます。宜しくお願いします！



ここひろ 青梅勤務
松田 信治

私の趣味は「伴走」です。2000年の「かすみがうらマラソン」で視覚障害者を伴走するペアに出会い、以来、月に2回、日曜日、代々木公園にて伴走を楽しんできました。その趣味が縁で発展途上国の視覚障害者に「伴走」を広めたいと思い、2010年にJICAのシニア海外ボランティアに応募し、キルギスで視覚障害者に伴走を広める活動をしてきました。帰国後は定年退職時に取得した「ホームヘルパー2級」の資格で「ここひろ」さんにお世話になり、現在に至っています。2年前にキルギスの肢体不自由者に障害者用杖を寄贈する活動を行った時、一番協力して杖を集めてくれたのも「ここひろ」さんでした。現在、支援を行っているSさん、片道、自転車で50分かかりますが、ご家族の献身的な「介護」の姿を見るのは勉強になります。これからも宜しくお願い致します。



【青梅市駒木町】

maru.+BEANS CAFÉ
マルトットプラスビーンズカフェ

新年あけましておめでとうございます。

2024年も皆さまに喜ばれ愛されるようなお店でありたいとスタッフ一同努力してまいります!(^^)!

1月からの季節野菜のペペロンチーノは”白菜”です。白菜はビタミンが豊富♡健康と美味しさが一緒に味わえるのでぜひこの時期にご賞味ください。



か

感染症予防について（感染予防）

看護師のあいうえお

感染症の流行する季節になりました。高齢者は重症化しやすく、特に注意が必要です。

まず、感染源（病原体）となるのが、嘔吐物、排泄物、分泌液、血液などで手指などに触れることでそこから体の中に入っていきます。感染経路の遮断には、手洗い、換気、マスクや手袋の着用、咳エチケットなどの習慣をつける必要があります。体の抵抗力をつけるために、ワクチン接種やバランスの良い食事、水分補給、しっかり睡眠をとる事も大切です。

①持ち込まない。②広げない。③持ち出さない。皆さん徹底しましょう。

星野