

星の夢百聞

第230号

発行日 2025年4月1日

発行 株式会社 おいらーく

札幌市東区東苗穂9条3丁目1-40

発行人 星野 二三江

朝礼での素敵なお話特集!

総勢22名

の方にご執筆
いただきました!

『最初は、私のお話から』

先日、来所された利用者様が普段とは違う表情（左側半分が下がっている印象）や少し傾きもあるようだとの報告がありました。呼びかけに対し反応もあり、バイタル測定をしても問題ありません。握力もやや変化はあり、病院受診の必要がある事は判断出来ますが、救急車を呼ぶべきか判断を迷う場面でした。そういう時に限って土曜日12時過ぎであり、ほぼ診察時間が終了してしまっていて問い合わせるも満床の為受け入れが出来ないと断られてしまい、救急車を要請しました。症状は救急隊員でも判断に迷う程でしたが、近くの病院は空いていなく豊平区の病院まで搬送されました。結果は「脳幹梗塞」。早い処置により、利用者様は2週間程で退院となり来週にも本町を再開されます。

ケアマネジャーに報告した際にいつも見てくれているから小さな変化に気付いてくれてありがとうございます。と御家族からも感謝のお言葉がありました。現場では利用者様の普段の様子を、もしかしたらご家族よりも一番近くで見ているのかもしれませんが。そういった小さな変化を見逃さず利用者様がいつまでも元気で通えるデイサービスを目指しこれからも尽力してまいります。



花村

『見てるよ!』

私は今、孫ほども歳の差がある20歳の子と職場を共にしています。介護経験も社会経験もまだ未熟な彼女が利用者様や職員の気持ちを機微に捉え、問題提起をしてくれます。先日こんなことがありました。送迎車がドア2枚にわたり大きな擦り傷をつくってしまう車両事故がありました。彼女の中では、「大変なおこった。今日一日大変だ。」と思ったのが1日何もなかったように淡々と過ぎていきました。もちろん私が何を言っても流される感じで、私と彼女は各々に悶々と過ごしました。帰り際、彼女は「会社の所有物なのになんで平気でいられるの?一般社会ではありえない。こんなリスク管理で良いはずがない。」怒りにも似た訴えでした。彼女は自分の価値基準で、職員がどう行動するのか、どう問題を解決していくのかみていたのです。お互いの傷をなめあうような解決の仕方は、せっかく入社してくださった職員の可能性の芽を摘んでいることに気づかれ、反省させられました。お互いに『見てますよ』『見られてますよ』……ちょっと意識して切磋琢磨していきたいものです。



寺本

『人は人、自分は自分』

私の両親は稚内で暮らしています。元気なのは口だけで身体機能の低下や母に関しては要介護1の認定を受け認知症候群となり、私も親の介護突入となってきました。3月に入り湧別町在住の父の姉が余命幾ばくも無いとの連絡が入り、「今、会わないと後悔する。湧別に連れて行って欲しい。今会えたらもしもの時に駆け付けられなくてもいい。」との事で、夜勤明けで5時間50分かけ稚内入りし、翌日の朝、父と母を連れ湧別へと車を走らせました。面会を終え稚内へと戻り約10時間の運転で疲労気味な私に「会えて良かった。お話も出来たしこれで思い残す事はない。ありがとうね。」と喜ばれ一仕事やり遂げた思いで帰って来ましたが、その2日後伯母が亡くなったと知らせが入りました。もしもの時は行けなくてもいいと言っていた舌の根が乾かないうちに前言撤回の言葉が母の口からこぼれます。母「〇子さん（稚内在住の父の妹）家族で行くんだってさ。うちも行きたい。」私「もしもの時は行けなくていいって数日前に行ってきたでしょ?」母「そうなんだけどさ、〇子さん行くならお父さんだって行きたいって言うてるし。あんたが行けないなら、二人で行くから。」と、脅し文句を言い放つ母。私が幼気な少女の頃、おねだりする私に「我慢しなさい。」「人は人、自分は自分。」ときつく窘めていたのに、同じ言葉をそのままお返ししたくなるくらい手に負えない駄々っ子になっている母に振り回された3月でした。



石川

『水先案内人』

曜日により利用者さんの人数にムラがあり昨年まで火曜、金曜は利用者さんの人数が少なく20名を切っていました。ケアマネに火曜、金曜を進め体験して頂き、利用に繋がりを、現在は火曜平均30名、金曜平均25名まで増えてきました。職員の色々な努力はもちろんですが利用者さんに水先案内人になっていただいたことが増えた最大の理由ではないかと思えます。その利用者さんは水先案内人をご自分の仕事・役割として体験者の方にフロアを案内し、一緒にバイキングに並ぶ等丁寧に接し、帰るまで関わってくださいます。そして帰る時には玄関まで見送り「またお会いできるのを楽しみにしているから。またきてね。」と言葉をかけてくださいます。体験した方からは「また来てね」と言われたことが嬉しかったのでここに決めた」等の言葉を頂いています。私達の努力より利用者さんの暖かな言葉の力強さを感じた次第です。これからも利用者さんと一緒に新規獲得に向け前進あるのみ!



浅田

令和 7 年度

各事業所

事業所方針

& マ イ ン ド マ ツ プ

まだ誰も気づかぬ 未来を築(つ)くる -2050 年に向かって-
今日の努力 明日への挑戦 つなごう明るい未来へ前進!



CoCo 輝楽の今年度事業所目標は「想・創・走で未来を拓く!!」 想像(イメージ)、創造(新しいものを生み出す) 走る(行動にうつす)。入居者数も目標の満床となっております。満床の継続を目指しつつ、サービスの質の向上を考えながら、常に挑戦という気持ちで前進してゆきます。

「想・創・走で未来を拓く!」



今年度の事業所目標は駒井さん考案の「OZDC」。意味は open minded(偏見や先入観がない)、zippy(活発な)、dependable(信頼、安心できる)、caring(思いやりや気遣い)の頭文字となっています。デザインは今年も東リーダーが担当し、掲示物は派手に目を引くようにいつも管理者がしつこく言うこともあってか、とてもキレイで華やかに仕上げていただきました。

「OZDC」～キラキラな2050年をめざして～



今年度は、地域に根差した専門性の高いサービスを提供することを目指し、知名度や利用者満足度の向上を図りつつ、チーム力やスキル向上、情報共有を推進し、協力的な組織文化の構築に注力しています。更に、イベントやワークショップを通じて利用者同士の交流を深めるとともに、次世代型デイトレセンターとしての発展を目指します。そして、「まだ誰も気づかぬ未来を築く」ことを最終目標に掲げ、2050 年に向けて成長を続けていきます。

「和衷協同」



常に荒波の中を彷徨っている状況のてんやわんや北31条ですが、今期はそれを超えていけると船のイラストで作成いたしました!つまり勝負の年だと認識しています。「stay alive」とは生きている・生き続ける等の意味となっており、デイサービスとして生き続けていくためには?利用者さんが生き続けて今の生活を続けていくにはデイとしてどのようなアプローチが必要なのか?と今までとは違う新たな発想を展開して取り組んでいけるように1年頑張りたいと思います。

「Stay Alive」

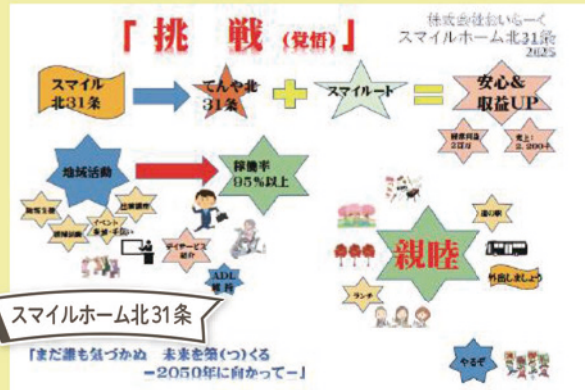


配食事業部

「苦難を逆手に 新たな挑戦」

皆様に食事を提供している配食事業部です。新型コロナ発生以降、多く(ほぼ全て)の食材の値上げがあり、また去年は皆様ご承知の通り令和の米不足の影響で、お米の価格が高騰しています。おいらーくは以前より当別町の契約農家より仕入れをしていましたが、昨秋より全事業所を賄える量が確保できず、新たに契約した業者からの仕入れ価格が従来の2倍近くの金額になっています。食事代の値上げは皆様の負担となり控えていますが、事業部は大変厳しい状況です。この厳しい状況下を逆手に取り、新たな挑戦を試みる年にしようとする目標です。背景の細かな文字は、昨年アンケートで皆様から寄せられた励ましのお言葉です。

事業所方針



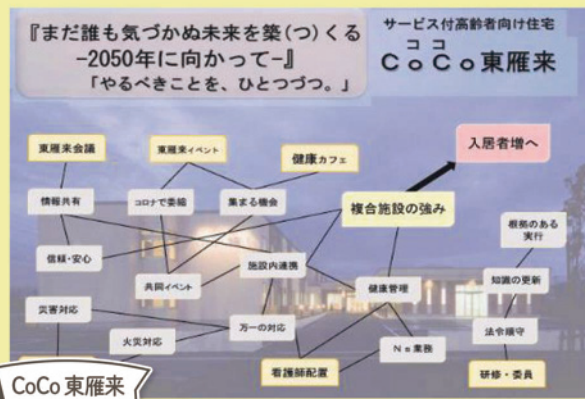
スマイルホーム北31条は事業継承後1年が経ちました。昨年は手探りの中、行事も開催致しましたがなかなかうまくいきませんでした。稼働率も悪く、新規獲得も苦戦しています。今年は覚悟を持って、挑戦していきます。そのためにも地域に係わり、スマイルホームが地域の安心拠点の一つに選ばれるよう取り組みます。また、入居者の方の親睦も深めれる取り組みを多く実施してまいります。

「挑戰（覺悟）」



パープルロード元町・CoCo元町式番館の今期の事業所方針は『Challenge』（チャレンジ）となります。地域への発信、新たな行事、イベントなど取り組みへの挑戦するといった意味を込めて掲げております。併設事業所、町内などと協力し入居者様にとって良い思い出となるような1年であるよう支えていき皆で楽しく過ごしていきたいと思っております。

「Challenge」(チャレンジ)



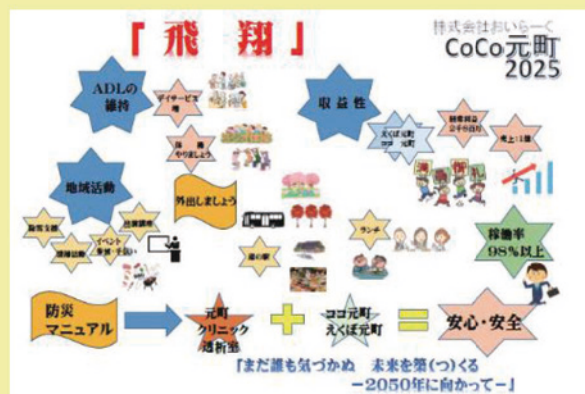
CoCo 東雁来では、複合施設をさらに「強み」として展開していくために何をすべきか、を考え目標を設定しました。事業所を超えてその人らしく過ごして頂くためのサービスの展開を考えながら作成したマインドマップとなります。

地域で入居したいと多くの方に仰っていただけるような施設づくりを目指して参ります。

「やるべきことを、ひとつずつ」



折り鶴のイラストを添えて各種の目標を立ててみました。古くから、折り鶴には日本の伝統として「長寿」「平和」「願いごとの成就」などの意味が込められてきました。入居者の皆様が居心地よく穏やかに過ごせますように…。ご家族との繋がりを大切にしていけますように…。あつては欲しくありませんが、災害や感染の発生時への備えも充足しておけるように等、今までの経験を活かしながら、より良い未来に進んでいくための目標を掲げています。

「切り開け！
ミライの1ページ」

CoCo元町 「飛翔」

ココ元町へ異動し1年が経ちました。昨年は入退去が多く、稼働率が高い状態が続いていました。その一方、レクリエーションの取組が少なかった年でした。

今年は、高稼働率は維持しながら、楽しみを多く企画し、思い出作りに取り組みます。ここの町内会は活動が活発で、地域行事にも積極的に参加し、また、お手伝いにも参加し、地域の安心拠点としての役割を、多くの方に知っていただく活動に取り組みます。

入居者の方にも季節ごとの外出やご家族様との交流の場を設け、楽しいひと時を過ごしていただく事も企画します。

今年一年、飛び続けていきます！



経営幹部育成塾!

介護と経営戦略!

— 経営幹部育成塾受講を終えて —

第1講

① 外部環境の変化

法律が変わると世の中が変わり、変化は脅威ともなるがその中にチャンス（ビジネスチャンス）がある関係性の高い変化に注目していく事を学んだ。

② 重要なコミュニケーション

情報を伝えても「聞いているか」「理解しているか」「納得しているか」「行動を始めたか」「見直しながら継続しているか」という段階的なコミュニケーション（確認）の必要性を学んだ。

③ ものの見え方、考え方

自身の経験や成功体験という前例主義は時に失敗に繋がることもある。高い成果を生み出すためには MUST（やるべきこと）WILL（したいこと）CAN（できること）この3つが重なり合う状態をつくる必要があるという事を学んだ。

第1講所感

変化するという事は今まで行っていた事を修正、改善していかなければいけないというマイナスなイメージを持っていたが、変化はチャンスにもなるという事を学ぶことができた。介護保険は3年に1度介護保険の改定があり、常に変化していくものなので考え方を变える事でプラスに繋がってれるという意識を持つことができた。

第2講

① コミュニケーションの強化

顧客が望んでいるサービス（課題）に対して企業が主体ではなく顧客を主体とできる事は何かという視点が重要だと感じた。

② イノベーション

イノベーション≠新しい価値を創造ではなく+良いものは残しながら新しい要素を結合することによって新結合となり、変化は当然、健全なこととそこにチャンスがあるという事を学んだ。

③ ギャップの存在

理想（顧客の想い）と現実（事業内容等）とのギャップを把握することが重要であり『不』の付く部分にビジネスチャンスがあるという事を学んだ。

④ マーケティング

モノからの発想とニーズからの発想。企業は何を売って、顧客は何を買っているのか？その本質を見極める事が重要だと感じた。

第2講所感

自身の中で固定概念（既存のサービス内だけを提供）が強く根付いていた。サービスが主体ではなく顧客が主体とし、何を求めているのかという事が重要であり、そこにフォーカスしていく事が顧客獲得、新規事業に繋がっていくのだと学ぶことが出来た。

第3講

① 意思決定

意思決定をするうえで状況の変化それに応じた手段が本当に正しいのか（問題の分類、本質の見極め）を確認していく事が重要だと感じた。

② 財務・会計

今回の講義でしっかりと理解することは出来なかったが、損益分岐点はどこなのか。そこをしっかりと理解しておく事で利益の達成に繋がると感じた。

第3講所感

財務・会計は以前より感じていたが、自身の弱い部分であった。第3講を受講させて頂きしっかりと理解出来たわけではないが、活用していきたい。よう振り返りを行っていききたい。

報告者

小規模多機能型居宅介護事業所えくぼ

佐々木所長



朝礼での素敵なお話特集!

『看護職から介護職へ』

前職は他社にて看護職として約40年働いていました。ふと、レクリエーションの合間に利用者様と介護職員の楽しそうな関わりを見て感動を受け、おいらーくでの介護職員として勤務を開始しました。

入社してみて、想像していた以上に身体的な負担が多い現状を目の当たりにしています。しかし、利用者様から「ありがとう」等の温かい言葉をいただく、やりがいが生れます。色々な場面で、介護技術や知識について等は自信がない事もありますが、日々ワクワク感やドキドキ感を感じながら今後も取り組んでいきたいと思っています。



吉田

『楽しむために体力づくり!』

今年度の個人目標の一つに、利用者の生活機能向上をあげて、時間のある時に、集団体操やミニゲームなどを実施しています。普段声掛けをしても頂く返答のある嚙下機能の低下している利用者様が、他の方と一緒に歌い、笑顔が多く見られるなどの成果があった等の前向きな変化が表れています。今後もこうした関わりを大切にしながら関わりを持っていきたいと思っています。

プライベートでは、息子や孫達と一緒にスキーを楽しんでいます。去年は1回しか行けませんでした、今年は2回足を運ぶことができました。楽しみと共に体力づくりを行い、元気に働きたいと思っています。



木幡

『現場と共に上下一心』

えくぼ元町も職員の4者面談が終わり、管理者面談の際にどんな面談だったのか等を聞かせて頂きました。まだまだ良い事業所にしていくには改善点はあるとは思いますが、大きな不満もなくスムーズに面談が終わったとの事をでした。それを聞いてまずは一安心。今年度のえくぼ元町の事業所方針は【上下一心】です。意味としては「自分の上下を問わず、心をつなぐこと」これは今年度だけの方針ではなく、私が管理者をやらせてもらう上で大切にしていきたい物です。私個人の力量はさほどないのですが、ありがたい事に管理者に任命してもらい所長をしております。これは自分自身をマイナスに捉えているのではなく、こんな自分が所長として立ち回っていく為にはどうすべきなのかを考え自分が出来る管理者を作り上げる必要のある要素だと思っています。えくぼ元町は一枚岩ではなく、職員全体が事業所の事を考え役職関係なく意見を交わし、自分たちが働きやすい職場を作り、利用者様が過ごしやすい環境を整えらえる事業所を作り上げて行きたいです。

自分が管理者を続けていけるのは、現場の職員が日々頑張ってくれて利用者様を支えてくれているおかげだと感じております。職員の間には色々助けてもらっている部分もたくさんありますが、職員の間には『すみません』とは言わずに笑顔で『ありがとう』と言いこれからも助けてもらいながら管理者を続けていきたいと思っています。((笑))



山本

『息子から貰った嬉しい言葉』

私事ではありますが今年51歳になりました。(見えないとはおもいますが…)私には高校生の息子がいるのですが、思春期であり私と話す事も少なくなっていました。そんな息子が私の誕生日まさに0時を回った瞬間、1番に『誕生日おめでとう』と言ってくれたのです。最近はそのことを言ってくれる事もなかった息子が私に…しかも誰よりも先に誕生日を祝ってくれた事に気持ちが嬉しくなりました。小さな事ではありますが、私にとってはすてきな3月になりそうです。



塩田

『高齢でも頑張る厨房スタッフ!』

今年の永年勤続表彰で、Coco元町式番館厨房から、5年勤続で職員の半分の4名の方が表彰されます。近年、職員の高齢化が進んでおりますが、厨房では60代半ばから70代の方もバリバリ働かれていますので大変助かっています。

この次の、10年勤続での表彰を受け取って下さる為に、働きやすい環境づくりやサポートをしながら末永く勤務し続けて頂けるようお願いしております。



山下

『介護の世界に戻ろう…!』

今年は5年に1回の国勢調査です。前回に調査員の経験がある私に調査員のお誘いのお手紙が届きました。

前回、調査員を受けた時、介護の仕事(前職場環境)に嫌気がさして、お役所仕事!!楽そうだな!と意気揚々やってみることにしました。説明会に何度か参加し、いよいよ担当の区域をもらい住所、氏名、地図を頼りに訪問。高々35件程度、楽勝Vと思いきや、車では通れない道なき道の奥にポツンと1軒屋(By所さん)住んでないだろう…。と思っても居住確認も大事なお仕事、しかも1回の訪問で家主に会える可能性は限りなく低く、セールスでもないのに居留守をつかわれることも…(-_-;)

何とかやり遂げましたが介護の仕事に戻ろう!とサポートユアライフを受けるきっかけをくれた体験談でした。



宮城

『心からのありがとうの言葉』

入社から早くも2ヵ月が経とうとしております。約8年ぶりに介護業界に復帰しましたが「介護ってやっぱり良いな」と思えることがありました。それは、ご利用者様から『ありがとう』と感謝のお言葉を頂いたことです。他業種でも感謝のお言葉は頂いてきましたが、心の中から感動するほどの温かみを感じられるのは介護のような人と人の距離が近い仕事だからだ、と改めて感じる事ができました。今後は、私が皆さまから『ありがとう』をいただいた分、それ以上の感謝の気持ちをお伝えすることが、ご利用者様や職員との信用や信頼の構築に繋がると考え、これからの仕事に活かしてまいります。



石田

朝礼での素敵なお話特集!

『生命力の素晴らしさ』

次世代型デイトレセンターエルパサで、ある男性利用者様が楽しそうに過ごされている姿を見て、私は何とも言えない不思議な気持ちになります。私がおの方の担当になったのは、6年前のことでした。診断名はアルコール性認知症。胃の3分の2を切除していることもあってか、食事はほとんどらず、お酒を飲んでばかり。髪はぼさぼさ、髭はぼうぼう。まるで仙人のような風体です。入浴をしないので痒みがあり身体は掻き傷だらけ。トイレ以外は離床することなく、ほぼ寝たきりの生活をしていました。

いったい私に何ができるのか? まずは通院が困難なため、訪問診療をお願いしました。清拭や足浴、健康管理のため、訪問看護を調整しました。皮膚状態が良くなり、離床時間が増え、少しずつ状況が好転していきました。家の近くのデイサービスを体験利用した時は「あんなところ二度と行かない!」と言われましたし、時には脱水や食欲不振で入院となり、主治医に「もう良くなることはない」と言われたりもしましたが、きちんと退院し、訪問リハビリや福祉用具の活用で奇跡的に復活を遂げ、今では朝から晩まで離床してパソコンゲームに興じたり、週1回はエルパサで体操やレッドコードに参加したり他利用者様に囲まれてコテンパンに負かされて悔しがったりしています。奥様には「皆さんには本当に感謝しています」と言われますが、私はただただ人間の生命力の強さ・素晴らしさに唖然とするばかりです。



『フォロワー150人達成!』

てんやわんや北31条では1月よりInstagramを始め3か月目になりました。最初は、日常や施設紹介の投稿をしていきましたが、当施設を周知してもらう為に食事の写真や健康トリムやレッドコード等の運動を投稿したところ道内外からフォローして下さる方が増え、今では150を越えました。居宅や他事業所等色々な方々に興味を持っていただけたので、これからはご家族様へも周知し、現在は利用者様の顔を直接投稿していませんが、今後は出来るように動き、少しでも多くの笑顔を投稿出来るよう日々の活動の工夫と笑顔の多い事業所にし、他事業所等の情報交換の場にして行ければと思っています。今後は、スマイルホームやスマイルートの内容も載せていき31条全体で盛り上がりフォローと同様に利用者様も増やして行ける様にSNSを使用した新たな営業方法を実践していければと思います。



『ファゴット奏者として活動しています!』

皆さんはファゴットという楽器をご存じでしょうか。オーケストラ以外ではあまり出番がないのですが、木管ならではの響きに魅力のある低音楽器です。実は私は趣味でゲーム音楽を演奏するアマチュアオケにファゴットパートとして所属しておりまして、先日アンサンブルコンサートに出演いたしました。小編成の曲を20曲ほど行った中の何曲かを演奏したのですが、いろいろなゲームの曲を聴くことができ、また私も大好きなゲームの曲を演奏出来てとても楽しい演奏会となりました。

6月にはオーケストラの大編成での演奏会も控えており練習を重ねております。入場無料ですのでご興味のある方は総務斉藤までご連絡ください。



『数独好きな利用者様』

脳トレのプリントがないという所に気が付き自分から算数や国語、間違い探し、数独など様々作成を行ってきました。その中で1人印象にある方のお話です。数独が大好きで、本屋で数独の本を買って沢山やっている方なのですが、本人曰く「まあ物足りない」と話されています。なぜかという「段々やってくると、作者の意図や癖がわかるようになって大体わかってしまうからつまなくなるのさ」とレベルの高い回答がありました。そこで私は数独のサイトで1~9の難易度で、5レベルで上級者向け、6レベルだとマニア向けのサイトで9レベルの物を印刷しその方に渡しました。すると手に取った彼は「まあこれはこれで…? 面白いな。ちょっとやってくるわ」と話され、その後集中して取り組まれました。午後に声掛けをすると「これ難しいわ。久しぶりに面白かった。家帰ってやるわ」とその日は帰られ、1週間後に来所されると「終わったよ」と解答を持って来られました。とても好評だった為、来所される度に数独をお渡しし、お話しをする様になりました。ある日「入院するから沢山欲しい」と話され、50問程用意しました。退院し1か月半後に来所されると「入院生活退屈しなかったわ。しかもまだ終わってない。君が用意する物は作者の意図が読めないしバラバラだからそれがまたいい」と嬉しそうに話されました。私が用意しているのはほんの一部で実は500問も用意できることを伝えると「これは退屈しないで済みそうだな」と笑いながら話され、毎週来所された時にはお渡ししています。これからも個別に対応して行きたいと思っています。



『エルパサの運動で筋力+やる気アップ』

先日、私が通所計画書を担当している93歳の男性利用者さんのインボディ(体成分分析装置)測定をしてアセスメントでお話を聞いた時のことです。3ヶ月前に測定した時は、退院後だったこともあり、体重も筋肉量も減少されていて、ご本人も少し気落ちしていたのですが、今回は測定する前から嬉しそうに「体重増えてると思うよ」と言われていて、実際に測定してみると体重も筋肉量も入院される前の状態まで増加していました。それを報告すると凄く喜ばれ、独自に家とエルパサで平行棒を使って行っている体操を実際にやって見せてくれたり、退院後は行っていなかった階段昇降の運動も「また再開しようかな」と階段昇降をやっている姿を見せてくれるながら意欲的に話してくれました。

「この年になってもよくなるものなんだね。あんたたちが支えてくれるから本当にありがたいよ」と凄くいい笑顔を見せてくれるながら話してください、それを聞いて私もとても嬉しい気持ちになりました。これからもエルパサで運動を行うことで、他の利用者さん達も同じように筋肉量が増える等のいい結果が出るよう都度助言を行っていったらいいなと思っています。



~Sさんの旅立ち~

1月末に余命3か月と宣告を受けてから、1か月後のケア会議では「Sさんの為に今何ができるのか」を皆で話し合いました。Sさんは、耳は聞こえますが、咽頭癌で声を出すことが出来ません。いつも筆談でお話をしてくれますが、鉛筆を持つ手にも力が入らなくなってきていました。

3月5日、夜勤でした。勤務に入る前にSさんの部屋に伺い「今日は私が夜居ますから」と伝えとOKサインを作り、表情も和み笑顔も見られました。今日がその時かもしれない。と覚悟をして勤務につきました。朝訪問した際「はちみつ」と書かれた紙と身振り手振りで、はちみつ水を作ってほしいと意思表示をされました。250ccのはちみつ水を一気に飲み干し「グット」サイン。その笑顔が印象的でした。(佐々木)

3月7日朝、大好きなコーヒーをおとし(いつもインスタントですが)スポンジブラシで飲んで頂きました。午後からも、そして息を引き取る2時間前にも夜勤者がお手伝いすると、「もう1回、もう1回」と指で表し、コーヒーを何度も飲まれたそうです。Sさん、Sさんの妹さん、最期を迎える場所にCoCo元町式番館を選んでくれてありがとうございます。そして、最期のその時まで関わってくれたスタッフのみんな、本当にありがとう!(後藤)



第4講

① ビジネスモデル

様々な利益モデルがあり企業として顧客はどのようなニーズがあり把握、分析する事が重要だと感じた。

② 人材育成

『人』に合わせた育成が大事であり、一定の指導方法では成長度合いに差が生じてしまい返って成長の妨げになってしまいうことを学ぶことができた。従業員のレベル分けをする中で「状況対応型リーダーシップ」の表がわかりやすかった。

③ プレゼンテーション

伝えるだけではなく、ターゲットを明確にすること、ターゲットにより表現方法を変える事、必要な情報と省いて良い情報の高低差をつけることで分かりやすいプレゼンが作成できる事を学んだ。又、作成方法も時間設定が重要であり時間を最初に設定する事で不必要な情報を盛り込まなく出来るという事も学ぶことができた。

第4講所感

自事業所の従業員は経験年数、年齢、性別も様々であり、一定した指導・育成方法では人により成長の妨げになってしまいう事、人に合わせた方法をとることが重要であると感じたリーダーとして目標設定やコミュニケーションを図り向上心を引き出していきたい。

【全体を通して】

講義だけではなくグループワークもあり実践的な経営スキルを学ぶことができました。経営者(リーダー)としてコミュニケーション能力の向上を図ることができ、日々の業務に活かしていく事のできそうな内容でした。又、自身としての強み、弱みを確認する機会となりました。他の参加者との意見交換やフィードバックが自己成長に繋がったように感じています。異業種の方々と交流する事で新たな視点を得ることができました。

朝礼での素敵なお話特集!

『小唄』

先日利用者様から「ちょっと話を聞いてくれる?」と話しを持ちかけられました。「どうしました?」と尋ねると「実は今日、息子が大きな手術をするの。心配だからここに来るのも、休もうかと思ったの」と息子さんの話をされました。「もう、いい年の息子だけど、やっぱり心配でね...」と。自分も息子がいるので「幾つになっても、親は子供の事が、心配になります」と伝えると「でも、今日ここにきて良かったわ、みんなに会えたし家で一人で不安な時間を過ごさなくて、話を聞いてくれて、気持ちが楽になったわ」とほっとした中にも息子さんを案ずる母の顔が少しだけ見えました。

いつでも利用者様の気持ちに寄り添っていただける介護士で在りたいと思いました。



日下部

『今日は、何月何日』

毎月、朝礼の時に何を話そうか悩みませんか?今回はCoco東苗穂に入居されている20名のうち何名が【3月:さんがつ】と認識しているのか?という事を話しました。普段は利用者さんとの会話は軽い挨拶と体調確認くらいしかしてませんが、夜勤明けのモーニング時に1人ずつ聞くと10名の方が3月と認識されていました。日にちまで把握されていた方は6名いました。その中で「こうやって日にちを聞いてくれたら助かるよ。前に何日かわからないでデイの用意を忘れていたから」と話される方がいました。

介護の仕事をして、最初に受けた研修で「介護者は黒子に徹するべき」という言葉をずっと覚えていましたが、身体面のサポートだけでなく会話を通じて利用者さんと繋がる事も大切だと改めて思いました。



寺澤

『大好きな祖母』

昨年12月末にコロナにかかり入院となった祖母。それまでは、重度の認知症ではあるものの団地の二階の自宅まで自分の足で階段を上り下りしてデイサービスに通っていました。大腸がんによる出血と右足にある無数の血栓群により右足は腫れ血栓がいつ肺に飛んで命を落とすか分からない状況で血液をサラサラにする薬も大腸がんの出血の影響で使用できず行き詰った状況です。今は病院に併設されている長期療養施設に入り寝たきり状態で筋力が落ち続けており、車椅子に座る事も容易に出来なくなりました。病院併設の施設の決まりでひ孫にも会えず、外出の許可は今後もしないとの話に、私は、祖母の残り少ない人生が天井だけを見続ける日々で良いのか考えました。私が小学生の頃、発表会に衣着、おもちゃを入れる手提げ袋など必要なものを心を込めて縫って作ってくれたり、毎年、夏休みには手稲のプールに連れて行ってくれて帰りにデパートで昼食とチョコレートパフェを食べさせてくれたことも良い思い出です。今まで数えきれない恩を受け、自分は何一つ恩返しが出来ていません。せめて、祖母に喜んで余生を過ごしてもらうためにはどうすればいいのか、ケアマネージャーに相談し末期がん・難病の人のための住宅型有料老人ホームを紹介してもらいました。母親、叔父、弟家族などと話し合い、老人ホームへの移動に伴うリスクを考慮しながらも未来の可能性を信じ移動の決断をしました。移動後は、月に一度のアニマルセラピーで心を癒してもらうために、まずは車椅子に乗るように理学療法士によるリハビリを受け、長期の目標としては外出して綺麗な花畑を見に行けるようになることが願いです。また、いつまでも家族と会話が出来るように言語聴覚士によるリハビリを行ってもらいたい、ひ孫に会って少しでも喜んでもらいたいと切に願っています。施設のイベントにも雰囲気だけでも感じてもらいたいと願っています。家族としては、出来るだけ長く生きて欲しいと思いますが、ただ生きてもらうのではなく、そこに「笑顔」という大切なものが見られるという事が大切であり、そのことにこだわって恩返しをしていきたいと思っています。



南

NEW

第9回

朋ちゃんコラム

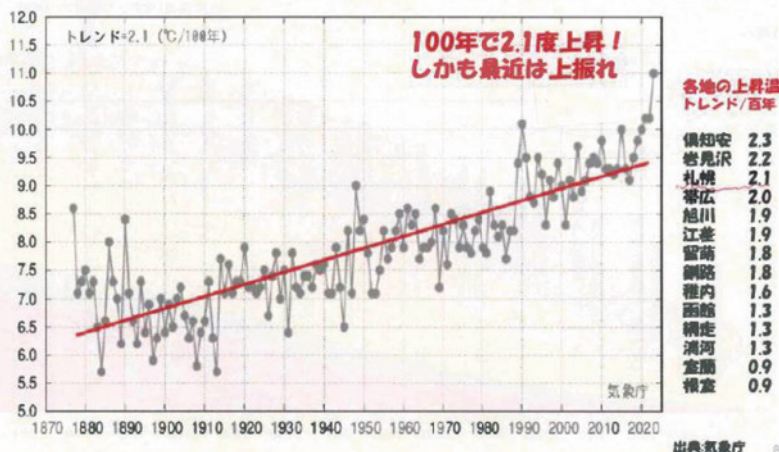
研修会などで学んだ
有益な情報をご紹介します!

先日勉強会に参加し、北海道の環境や未来について、学ぶ機会をいただきました。今回はその学びに触れたと思います。印象に残ったのが気候変動の話題です。北海道においても確実に温暖化が進行し、札幌市の年平均気温は100年で2.1度上昇しています。年平均気温が2度上昇することの影響とは、降水量が1.2倍になるそうです。そして日射量が15%減少する。それにより大豆や小麦も含め高温障害で品質低下が懸念され、害虫も発生。ゲリラ豪雨、洪水のリスクが高まるとの事。年間降水量が20%増はあくまでも年の平均なので、ある月、ある時期に降水量が偏ると一気に水害の危険度が高まります。そういえば、昨年行政の方が来られた際に、随分と施設の避難訓練実施状況をチェックしているな。と感じましたが、災害へのリスクを考えてのことかもしれません。

みなさんはどんな対策をしていますか。大きな水害に見舞われたことがない、なかなか自分事として捉えられていませんが、恐れるのではなく、正しい情報を知り、できる準備はする。という姿勢が大事ですね。普段から準備をしておけば、いざという時に慌てるとはありません。

ただ準備をし過ぎて家に大量のペットボトルが山積みになったり、避難用リュックがあふれ出したりしないように。過剰な準備は、洪水並みに大変ですからね★前向きに向き合いましよう。(小林)

◆札幌市の年平均気温の推移(1877~2023)



第113弾

ドラムす子でバチ当たり人間のよもやま話



昨年冬コンビニに買い物に行った妻の車が駐車場で埋まり困惑していたところ、たまたま居合わせたヤ○ルト配達員の女性2人に助けてもらったことがあった。その後感謝の意も込めてヤ○ルト1000という話題の乳酸菌飲料を定期購入している。配合されている特殊な乳酸菌にはストレスをやわらげ、睡眠の質を高める効果があるらしい。さらに腸内環境を改善する機能もあるという。ヤ○ルト配達員が人助けをすることで販売を広げてきたとは思わないが、それが戦略ならなかなかのものだ。私達は購入を始めたから成功例となるが、まず駐車場の積雪状況や来客動向など把握する必要がある。何より誰かの車が埋まるまで張り込みのように待機しなくてはならない。寒いからエンジンを止めるわけにいかないからガソリン代もかかる。二人以上でなければ救出作業の分担ができないから人件費もかさむ。必ず埋まる車があるわけでもないからその費用対効果は全く割に合わない。だから決してヤラセではない。疑ってごめんなヤ○ルト。

乳酸菌飲料やヨーグルトが腸内環境を整えることは皆さん良くご存知だろう。乳酸菌やビフィズス菌がその有効成分だ。では何故腸が整うとストレスが緩和されたり、睡眠の質が高まるのだろうか。

脳腸相関という言葉がある。脳と腸は密接につながっていて、お互いさまざまな影響を及ぼしあうとされる。脳で感じた緊張でトイレに行きたくなったり、ストレスでお腹が痛くなることがある。腸は「第二の脳」とも呼ばれ独自の神経ネットワークを持ち、脳からの指示とは無関係に自発的に活動することができるといわれる。腸が不調になるとその情報が神経系を通じて脳に伝わり、抑うつや不安感などの症状が表れることもあるし、腸が関係するとされる病気にはパーキンソン病や認知症、うつ病など神経系の病気もふくまれる。腸内環境を整える善玉菌である乳酸菌やビフィズス菌など有効な腸内細菌を増やすことでこれら脳や精神状態に好影響を与えることができるから、ヤ○ルト1000はそれらの効果を謳えるのだ。

日本人が古来から摂ってきた味噌や納豆を始めとする多くの発酵食品にも整腸作用がある。だから日本人の食生活は腸にはとつても良いのだが、西洋化とともにそれは変わりつつある。妻だけがヤ○ルト1000を飲んでいたのでその使用感を確かめると、効いているのか効いていないのかよくわからないと言う。むしろ初めて飲んだ夜は悪夢を見たと言っていた。もともと妻は横になったとたん気を失ったかのように爆睡し、目覚めは清涼飲料水のようにさわやかとしている。いついかなるときもどうにかなるさという楽観的思考の持ち主なのでストレスはほとんど感じていない。日頃お通じも蛇口を開けた水道管のごとく順調なので特段改善は実感できない。結局妻がこの乳酸菌飲料を飲む必要はないと考える。となると夜間、睡眠時無呼吸症候群・イビキ・寝言・歯ぎしりに悩まされ翌朝疲れ切って目覚める私こそ飲むべきヤ○ルト1000なのではないか。結局私はこの話でヤ○ルト営業員と同じ仕事をしたことになるのかな...とほ。(蓮川)



人間万事塞翁が馬

S様、100歳おめでとうございます!

COCO東苗穂に居住されている、大正14年3月30日生まれの御年百歳のS様です。出身は青森県黒石市上十川。ご両親とお兄様の4人家族だったそうです。23歳の時に仕事で知り合った7つ上のご主人とご結婚され、その後、開拓の仕事をする為北海道に渡って来られ、1男1女を設けられました。北海道に来た時は頼れる人も居なく寂しくて大変だったと話されていました。ご主人は優しい人だったのが、反面気が短い所もあり、口で言わないで物をぶつける事もあったそうです。開拓の仕事が終了した後は、ご主人と清掃の仕事を始められ、働きながら子育てをされました。人のやらない事もして認められ、東京に招待された事もあったとの事です。若いころの話しをさながら「辛いこともあったんだろうけど忘れたわ。楽しかったことしか覚えてないわ。」と笑われていました。

趣味をお聞きしましたが「特にないなあ、お正月、人が来た時はお酒飲んだりしたけど、田舎だったし何にもなかったからねえ。畑の手伝いしたり虫取りしたりね。川で遊んだりね。」との事。好きな音楽をお聞きますと「テレビが家に来てからはドリフターズは好きでよく見ていたよ。子供達と8時だよ、全員集合ね。あの人は楽器も弾けるんだわ。歌も面白かったんだよねえ。」と話されていました。又、民謡がお好きなようで20歳頃、劇場まで見に行った事があるそうです。「よされ、じよんがらとか青森民謡にあるんだわ。田舎でやる事なんてあんまりないからさ。覚えてるよ。もう一回行つてみたいわあ。」と話されたのでYouTubeでじよんがら節を検索し、お見せしました。すると嬉しそうに「あらー!これだわ。」とリズムを取って口ずさんでおられました。それを見た職員も嬉しい気分になり、S様に喜んでいただけの企画を立てたいと考えています。

現在、住宅では毎週金曜日に、デイサービスに行かれています。その他の日は居室でテレビを観たり、昼寝をされたり、おしゃべりをしたりと自由に穏やかに過ごされております。職員に対しても「何時に帰るの?大変だね。でも中の仕事だからまだいいね。」と気遣いもされます。居室内も整理整頓され、お人形や百歳のお祝いの金杯・銀杯等きれいに飾られています。

娘様は本州に住まわれているので、なかなか会いには来られませんが、息子様ご夫婦は定期的な会いに来て、食べ物や飲み物の差し入れをしてくださって居室で談笑されています。

これから穏やかで楽しい毎日が続きそうですよう祈っております。S様!百歳おめでとうございます。職員一同より愛を込めて!(聞き手:ヘルパーステーションリ・ボン 石谷)



似顔絵作: 松田 郁美

青森県生まれ
Sさん
2025.3現在
100歳

朝礼での素敵なお話特集!

『習字の先生』

皆さん、こんにちは。Coco東苗穂所長の白鳥です。先々月の星の夢の素敵な話で、娘の保育園の時の書道でお世話になった先生のお話をさせていただきました。今回は、その続編をお話させていただこうと思います。

字が上手になりたくて40歳前後で書道教室に通い始め、地元の小学生と一緒に笑い、時には〇〇展などに出品し、長い半紙に何度も何度も練習した物です。何年かやったところ、離婚することになり、東区に引っ越すことになると、石狩に通う事が難しくなり途中でやめてしまいました。それから年賀状で連絡を取り合い、年に一度のお便りが楽しみになっておりました。今年の年賀状に今の近況が綴ってあって、少し驚いたのと、書道教室のお誘いも書いてあって、中途半端でやめた私が出来るわけないと、戸惑っていたところに、再度お誘いの封書が届き、更にビックリしたわけです。実力が伴えば、考えないこともなかったのですが、途中でやめてしまい、先生の期待に沿えないもどかしさみたいな、寂しい気持ちと、こんな自分に声を掛けて下さると嬉しい気持ちとで複雑な思いでした。

私も定年退職の時期に差し掛かり、自分の老後を見据え、楽しくかつ元気に過ごすには、今から計画は立てられないにしても、考えて行かなければなりません。50歳から管理者業務、家と会社と行ったり来たりの日々、ともすれば、仕事が趣味か?位の時もあったかもしれませんが、それでも、人に恵まれいつも大きな声で笑って過ごすことが多かったように思います。じぶんの老後を少しでも豊かなものにしていく為に、しっかりお金を貯めて、健康寿命を確保できるように更なる楽しみを追い求めて、前進あるのみです。(笑)



白鳥

おいらーく

3月行事内容と4月行事予定

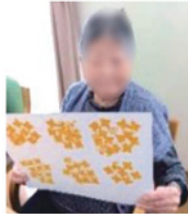
令和7年4月行事予定

令和7年3月行事内容とイベント風景

令和7年 4月行事予定

令和7年 3月行事内容とイベント風景

せんり	○お花見
うらら伏古	○移動販売 ○季節行事
えくぼ東雁来& ココ東雁来式番館	○訪問理美容 ○果物屋さん
えくぼ元町& ココ元町	○外出レク
えくぼ元町式番館	今回は お休み です!
銭函お散歩カフェ	○趣味の会 ○将棋教室
ココ輝楽	○誕生会 ○訪問理容

○ひなまつり ○紙芝居づくり					
○フリーマーケット開催					
○レク風景					
○3日ひな祭りレク					
今回は お休みです！					
○出張カフェ～輝楽 ○趣味の会 ○認知症カフェ 二胡演奏会					
○ひなまつり		○出張カフェ		○誕生会	

経営方針

『高齢者も障害者も住み慣れた地域で、安心して暮らせる地域づくり』を目指し、つねに『ご利用者様の立場にたった総合的な介護・福祉企業』のあるべき姿を探究し続けるオンリーワン企業を目指します。