



三友会だより

第89号

令和2年1月20日発行

宮崎市神宮西 1-49-1

TEL : (0985)32-2234

<http://www.sanyu-kai.or.jp/>

発行者 石川 智信

みんな最初は真っ新だった

石川 智信

初孫が5歳になった。思えば彼が生まれて我が家に親子3人を迎えて、慣れぬ家事に大変だったことを思い出す。本来ならばスーパー母親であった妻がてきばきと、初産を終えた長女と初孫の世話をしていたはずだった。私はそばでただ可愛い可愛いと孫をあやしていればいい一番楽なポジションにいたと思う。ただ運命はその地位を逆転させた。娘と婿との、そして私たち夫婦の朝晩の食事を準備し（というとかっこいいが、実際は惣菜買い）、大量の洗濯をして干すという主婦なら当たり前にこなしている作業が重かった。しかし必死であった。その結果、孫の抱っこし過ぎで頸椎ヘルニアによる激痛を来し、しばらく眠れない日々が続いた。様々な鎮痛剤を試しても全く効かず、持続硬膜外ブロック療法で何とか改善に持ち込んだ。

そんな大変さも今はあまり覚えていない。覚えているのは初孫のかわいらしさだけである。我が子を抱いた時よりも鮮明に覚えている。子供に対しては、責任感を膨らませる思いが、かわいらしさを楽しむ感覚に勝っていたような気がする。だから子供の真っ新な存在に気付かず、将来への期待や勝手な思い込みいっぱいで見つめていたと思う。しかし孫にはそんな打算はなく、ただその存在そのものに感動し、ありがたさを実感したものである。そんな私の思いとは関係なく、孫は自分自身をわがまま一杯に主張する。楽しいことにはニコニコと天使の微笑みで応え、気に入らないと全身を震わせながら泣き叫ぶ。打算のないその真っ新な存在は、私の淬が澱んだ心身をリフレッシュさせてくれた。

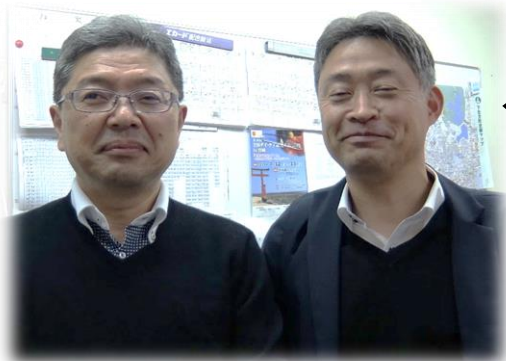
私たちはもう真っ新な存在にはなれないのだろうか。病で倒れてからの妻の生き方を見ていると、何か大きなものを失った時こそ、もう一度真っ新になれるのかもしれないという気がする。失語症と右半身麻痺という障害を残し、医師という職業を全うできなくなった時、絶望の淵に沈んだままなのか、開き直って新たな自分を作り上げるのかの分かれ道で、妻は後者を選んだ。もう一度生まれた時のように、何もできない自分を進化させていく人生の再スタートである。元に戻ろうというのではなく、与えられた運命の中で一途に可能性を高めていこうという生き方は、もう一度真っ新にならないとできないことだと思う。

新しい年を今年も迎えることができた。ありがたいと思うと同時に、今年も新たな目標を立てようと思う。しかし真っ新にならなければ本当の意味で革新的な目標を持つことはできないような気がする。少しでも真っ新になるためには何かを捨て、何かをあきらめなければならないのであろう。新年に、自分が真っ新だった時を思い起こして、遅ればせながら妻に少しでも追いつきたいと思う。





各部署よりごあいさつ



広島東洋カープの日本一を願っております。
今年もよろしくお願い致します。
(医局、地域連携室)

昨年は開院 25 周年を迎え、常勤の 3 人は揃って勤続 20 年以上の表彰を頂きました。非常勤の 2 人も 8 年目と 4 年目で、勤続 10 年を目指し頑張っております。『ONE TEAM』の精神でこれからも深い絆を育み地域の皆様にも愛されるよう精進して参りたいと思います。今年もよろしくお願い致します。
(受付)



旧年中は大変お世話になりました。
外来・訪問看護部にも新メンバーが 3 名加わりました。これからもスタッフ一同、笑顔をやさずに皆様の健康維持と在宅緩和ケアの充実を目標に日々精進して参ります。介護に関する悩みや困り事がございましたら気軽にご相談ください。本年もよろしくお願いいたします。
(外来・訪問看護)



明けましておめでとうございます。
現在、厨房スタッフは、調理師 10 名・管理栄養士 1 名・計 11 名です。利用者様が、食事が楽しみです。と言っただけのように、旨味成分たっぷりの天然だしにこだわり、ま心こめて作らせていただきたいと思います。今年もどうぞよろしくお願い致します
(厨房)





おめでとうございます。旧年中は大変お世話になりました。本年度はさらなるサービス向上に向け、気持ちを新たに取り組んでまいりたいと思います。デイケアでは皆様が安心して生活が出来るように「トータルな支援」を行っています。何か不安な事がありましたらいつでもご相談下さい。今年も宜しくお願い致します。

(いしかわ内科 デイケア)

新年明けましておめでとうございます。

私達は、一人ひとりの利用者様に真摯に向き合い、最高の笑顔を引きだせる様に、職員『ONE TEAM』となって頑張ってまいります。本年もどうぞ宜しくお願い致します。

(祇園デイサービスセンター)



明けましておめでとうございます。今年の開所して6年目の春を迎えます。在宅介護をされている皆様の一助、ひとり暮らしをされている方の支えとなるよう、より一層職員一同頑張っていきます。本年も宜しくお願いします。

(健幸くらぶ万智)



今年の6月で開所して3年になります。「笑顔とことばをとりもどすために」、また利用者様の在宅生活がよりよいものになるよう職員一同頑張ります。本年もよろしくお願いします。

(人の話くらぶ佐智)



「餅つき」

人の話くらぶ佐智
田原公彦

年末年始の風物詩と言えば餅つきです。いしかわ内科でも数年前までは駐車場に臼（うす）を準備して男性職員が総出で餅つきをしていました。デイケアご利用者の男性も杵（きね）を持って手伝っていただいたり、女性利用者はエプロンをしてつきあがった餅を上手に丸めてくれました。

私が子供のころ、我が家の台所（当時は台所を「ないしょ」と言っていました）は土間でした。そこには薪（まき）の竈（かまど）があり、年末には2段重ねの四角い蒸籠（せいろう）でもち米を蒸して、家族で餅つきをするのが恒例でした。蒸籠の隙間から熱い湯気が立ち上り、蒸しあがるとそのまま一気に臼に移し替えて、捏（こ）ね方が始まります。私は蒸しあがったもち米を少しお皿に入れてもらってお醤油をかけて食べるのが一番の楽しみでした。つき手の父とこどり（捏ね取り）の母の意気は見事なもので、杵を振り上げた一瞬の隙に母がクルリと餅をひっくり返します。つきあがった餅は祖母と姉がちぎっては丸めていきます。

我が家のお雑煮はいりこ出汁（といってもいりこ入りでしたが）の味噌汁にあんこ餅を入れていました。餅にいりこが絡まっているのが嫌でたまりませんでした。味噌とあんこの微妙な取り合わせの味はいまでも私の舌にしみついています。ついた餅の一部は鏡餅に一部は丸めずにそのままろぶたに入れて保管していました。保管と言っても冷蔵庫が無かったので2階の寒い部屋にそのまま置いていたため、1週間もするとコチコチに硬くなりひび割れて、アオカビも発生します。私は青いカビがとても気持ち悪かったので何とか防げないかと、何でも知っているという近所のお爺さんに尋ねてみました。

「お爺さん！ どうして餅にはアオカビが生えるの？」

「そりゃあ、早く食べねえからだよ」

「・・・・」（-_-;）

今年も笑顔で頑張りましょう！



いしかわ内科での餅つき（平成13年）



さよならだけど、さよならじゃない

いしかわ内科外来・訪問看護
看護師 中島ルミ子

「中島さん」「中島ちゃん」「島ちゃん」「しまりーな」「るーさん」「るーちゃん」「るみさん」「るみこさん」

いしかわ内科に仲間入りして約 5 年半、皆様にたくさんの呼び名をつけていただきました。こんなにたくさんの呼び名がついたのは後にも先にも今だけだろうな、と思います。いしかわ内科の外来・訪問看護師として仲間入りし、たくさんの出会いと別れがありました。それは患者さんも然りスタッフも。外来・訪問看護師も、私が入職してから何人か卒業していきました。新しいステージに向かおうとしている方や家族との時間を大切にしている方などなど……。それぞれの別れにいつも頑張って！！とエールを送っていた自分が、ついに卒業していく側になりました。

患者さんとの出会いと別れも一つ一つがとても大切なもので、私の大事な宝物です。そこには沢山の笑いと涙が入り交ざっています。

終末期で、在宅で人生の最期を過ごされている方とのたわいもない日常会話、痛みや苦しみからくる辛さに、時にはきつい言葉もいただきました。「この辛さから早く解放してください。お願いします。」と想いをぶつけられて患者さんと一緒に涙したこともあります。私は話題をあまり持ち合わせていないので、患者さんとお話をする時「何を話したらいいかな」、「こんな話聞いてもつまらないかな」と思ってしまい患者さんの話を聴くだけの時や、手を握ったり身体をさすったりすることしか出来ない時もあります。でもこんな私でも「あなたが来てくれてよかった」と言っていただけ時には会話だけじゃないんだな、と改めて人と人との関わりについて感じるがありました。

できるだけ患者さんの想いに寄り添いたい。その患者さんと一緒に頑張っている家族の方々にも寄り添いたい。その想いは常に持ちながら、みなさんと一緒に過ごさせていただきました。私の力はとても微力です。でもいしかわ内科のすばらしいスタッフがー丸となると、そのパワーたるや凄まじいものとなります。みなさまビックリしますよ！

これからも、みんなのためにいしかわ内科のスタッフはパワーを与え続けていくことでしょう。私もたまにはそのパワーをあやかりにお邪魔したいと思います。みなさま、本当にお世話になりました。そしてありがとうございました。感謝してもしきれません。またどこかでお会いすることがありましたら、どんな呼び名でも構いませんので、声をかけてください。また逢う日まで！





介護福祉士試験への準備

祇園デイサービスセンター
介護職 中河 真穂

月日が流れるのも早いもので、先月 12 月 18 日をもちまして、祇園デイサービスセンターに勤めさせていただき、丸 2 年が経ちました。2 年前は、全く畑違いの職業から介護の世界へ飛び込み、無我夢中で今日まで頑張って参りました。これもひとえに三友会の全てのスタッフの皆様や、利用者様及びそのご家族の皆様のご協力があったおかげだと思っています。

私事ではありますが、2021 年の 1 月には、私も介護福祉士試験の受験資格を得ることができます。介護のお仕事をしている方でしたら、最初の目標になるであろう介護福祉士の国家資格につかまして少し調べてみました。

まず、私の場合には、2 パターンの介護福祉士の受験方法がありまして…。

① 3 年以上の実務経験+実務者研修の修了

② 3 年以上の実務経験+介護基礎研修+喀痰吸引等の研修の修了

*実務経験 3 年以上とは「従業期間 1095 日以上、かつ従事日数 540 日以上」を指します。この 2 つのどちらかをクリアできなければ、私は受験をすることができませんが、順調に行けば①の条件を満たせることができます。

介護福祉士の国家試験は例年 1 月下旬にあり、合格発表は 3 月下旬にあります。昨年 2019 年の「31 回介護福祉士国家試験」の結果と過去の推移を以下にまとめてみました。



2019年度概要

試験日 2019 年 1 月 27 日
合格発表 2019 年 3 月 27 日
受験者数 94610 人
合格者数 69736 人
基準点 72 点
合格率 73.7%

2020 年の「32 回介護福祉士国家試験」は 1 月 26 日に開催予定です。

私が受験資格を得られる、2021 年の試験の概要はまだ発表されておりませんが、2020 年の目標は、介護福祉士国家試験の受験勉強にしっかり励みたいですよ。

*介護福祉士国家試験の詳しい内容については、以下の「公益財団法人、社会福祉振興・試験センター」の HP に掲載されています。

公益財団法人社会福祉振興・試験センター

www.sssc.or.jp

就労支援について

人の話くらぶ佐智
作業療法士 柳田 千穂

就労支援とは国が進めている雇用政策の一つで、身体や心に障害がある人や貧困や老化などの理由によって働くことが難しくなった人の就労を支援するための制度です。身体や心に障害のある人を対象とした就労支援機関がいくつかありますが、今回は就労移行支援、就労継続支援A型・B型について簡単ではありますが説明します。

就労移行支援と就労継続支援A型・B型はいずれも就労を支援するサービスですが、目的や対象、雇用契約、賃金の有無などに違いがみられます。

	就 労 移 行 支 援	就 労 継 続 支 援 A 型	就 労 継 続 支 援 B 型
目的	就職するために必要な 技術や方法を身につける	就 労	
対象者	一 般 企 業 へ の 就 職 を 希 望 す る 方	今の時点で一般企業への就職 が不安または困難な方	
雇用契約	な し	あ り	な し
賃金	基本なし (一部事業所では場合 によってあり)	あ り	
月収	な し	あ り	あ り
年齢制限	65 歳未満		な し
利用期間	原 則 2 年 以 内	定 め な し	

就労移行支援では、職員と相談しながら就職に向けて、提供しているプログラムはさまざまですが就労に必要な知識・能力の向上を目指してトレーニングを行っています。また就職活動もサポートしています。

人の話くらぶ佐智は、40～50代の方も利用しており、利用者さんのなかには上記のような就労移行支援機関を利用している方や復職に向けてリハビリに取り組む方もいます。



就労支援事業所によっては作業療法士が働いており就労支援に関わっている場所もあります。

私はデイサービスでの関わりにはなりますが少しでも就労の役に立てるトレーニングを提供していきたいと思っています。

いしかわ内科デイケア見学会（オープンデイケア）

いしかわ内科デイケア
介護福祉士 江本憲昭

先日、当施設で開催したオープンデイケアについて報告させていただきます。

日頃のデイケアの様子を少しでも利用者様の家族、ケアマネジャー、地域住民の方々に知って頂くために体験や講演を通して伝えようと企画しました。

初めに、希望者数名に当院自慢の食事を食べて頂きました。とても美味しいと評判でした。また、栄養バランスの取れた食事を提供することで、自宅での栄養改善やどのような食事を食べているのか等、家族の安心に繋がるように管理栄養士からアドバイスさせて頂きました。また、当施設の言語聴覚士と管理栄養士による講義では、食事の大切さを詳しく知ることが出来て家庭でも活用できることが沢山ありました。皆様熱心に質問をして下さり、レシピや調理方法を知りたいという声も多数聞かれました。

レクリエーションでは平行棒を使用し足腰のバランスを鍛える運動を体験して頂き、日頃の運動不足を感じた人もいて、自宅でも簡単に出来る体操を通して新しい発見にもなったと思います。

最後に、当デイケアの利用者で良くなった方の報告として「デイケアで生きがいを見つけた」というテーマで講演がありました。体を使っての運動や、自分の生きがいは何だろう等、これからの皆様一人ひとりの日常生活を振り返って頂く良い講演になりました。また、講演を聞かれた方の中には、こんなに良くなる人もいるんだ、とびっくりされている方もいました。

今後も定期的開催したいと思いますので沢山の方々にご来場して頂けると嬉しく思います。スタッフも、より一層皆様に関心を持つようなテーマを考えてお待ちしております。簡単ではありますが、オープンデイケアの報告とさせていただきます。



丸田純子（まるた じゅんこ）

健幸くらぶ万智 介護職

今年 1 月に復帰し、万智で勤めさせて頂くことになりました。新たな気持ちで初心を忘れず、精一杯頑張ります。万智、デイケアのご利用者様、又宜しく願います。

