

みちくさ

ゆったりと
穏やかな暮らしを

坂野苑長の 悠々通信



今年度も早いもので上半期が終わろうとしています。今回は前回の『みちくさ』で発表した苑長としての今年度の目標について、報告をしていきたいと思ひます。

① 駒場苑グループの黒字化

経営面については、今年度は今のところコロナの影響を受ける事なく、各事業所安定してきています。ただし、建物の老朽化から今年度は故障などの修理の費用が例年よりかかっており、まだまだ厳しい状況の事業所もあります。今後も建物、設備の修理や改修に費用はかかると予想されるため、各事業所でご利用者数や稼働率の向上、人員体制の見直し等をしていきます。

② 採用活動の促進

採用活動については、SNSでの毎日投稿の効果もあり、SNS採用が主になってきています。

SNS採用の良い所は、採用活動費がかからない事もそうですが、駒場苑の介護の方向性や取り組みを理解した上で応募して下さるので、介護の方向性の相違が入職後に起きにくいというところにあります。その分、毎日投稿しなければ、流れて行ってしまい、忘れられてしまうので、毎日投稿という労力がかかりますが、その点は楽しんで私はやっているので問題ありません。何事も継続は力、継続するにはそれを楽しむこと。と思っています。

③ 職場環境の改善

駒場苑の1階ホールを使用して、図書コーナー、マッサージチェア、ファイトステーション(栄養ドリンク等)やオフィスグリコ(お菓子等)の設置をしてきましたが、今年度はソファをより新しいものへ交換したり、マッサージチェアを2台体制するなど、職員さんの休憩の質の向上に取り組んでいます。心身が資本な仕事ですから、少しでも疲れを癒すスペースを作れたらと考えています。



グッドケア便り

こんにちは！ 研修委員会の金子です。今回は研修で取り組みしているポジショニングの一部をご紹介します。



施設で生活しているお年寄りは車椅子で過ごす時間がとても多いです。皆さんも映画館などで経験があると思いますが、長く座っているとお尻が痛くなりますよね。ごそごそと動けるなら問題ないのですが、それができない方には、そうなる前にベッドで休んでもらうようにしています。

横になるということはリラックスできるイメージがありますが、お年寄りの場合は少し違います。リラックスどころか逆に体に力が入り筋肉が緊張してしまうことがあります。自分で体を動かさない方は、ベッドのマットに体の一部を押し付けていたりもします。また痩せていて骨が突出しているところがあると体重はその部分に集中します。座っていても寝ていてもそういったバランスの悪い状態が続くとその部分は血行が悪くなるので赤くなりがちで、それを放っておくとそのうち皮が剥けだし、床ずれへと発展してしまいます。床ずれは簡単にできますが治すには何週間、時には何ヶ月もかかるので、できれば未然に防ぎたいです。

研修ではクッションなどを使って体とベッドマットの隙間を埋め、体重を広い面に分散することを勉強しています。うまく体重が分散すると本当の意味でリラックスした状態になります。どのようにしたらその状態を作れるかはその方その方の体に合わせる必要があるため日々試したりしている最中です。

専用のクッションなども販売されていますが介護用品は高価なのでなかなか…。けれど！タオルケットやクッション、バスタオルなどで代用することは可能なので工夫しながら使っています。一部ご紹介しますがこんな感じです。



正直なところ現在施設にある物だけでは足りません。そこで皆様にお願ひがあります。クッション(大きめ)や、タオルケットなど余っているものがありましたら駒場苑に寄付していただけたら嬉しいです！車椅子に敷く薄手のクッションもあるととてもありがたいです。よろしくお願ひします！

歌の会

8月10日の午後、1階ホールで歌の会を開催しました。コロナ禍では皆さんが集まる行事は全て中止していましたが久しぶりに3フロア合同で、ご利用者15名程が集まりました。いつもと違う場所に出向くだけでも気分が変わって解放感を味わって頂けたのではないのでしょうか。ピアノ伴奏に合わせて昭和の歌謡曲を大きな声で歌いました。懐かしさに涙を浮かべる方や、リズムに合わせて体を動かす方もいて、皆さん楽しんで下さいました。



みちくさ

総合ケアセンター 駒場苑 東京都目黒区大橋 2-19-1 TEL 03-3485-9823 【第41号】



ニューフェイス紹介



- ①名前 ②担当フロア ③入職月 ④介護を始めたきっかけは？
- ⑤駒場苑に入職した感想は？ ⑥仕事以外の楽しみは？

おおえけいこ
① 大江恵子 ②3階 ③2023.1月

④転職活動中に介護の仕事は無理かなあと考えていたのですが、ある本を読んだら面白そう！となりホームヘルパー2級を取得してデイサービスで働き始めました。



⑤職員の皆さんはご利用者様と自然に寄り添っていて、穏やかな雰囲気です。ご利用者様もあたたかく迎え入れて下さり感謝しています。

⑥神社仏閣の御朱印巡りは街歩きにもなって楽しいです。漫画・アニメ・ドラマに日々癒されています。

こうちまみ
① 高地真美 ②4階 ③2023.6月

④人と関わる仕事、人の役に立つ仕事、相手の見える仕事があったので、介護の仕事に就きました。いろんな仕事がAIに取って代わる中で、介護の仕事はその可能性が低そうだと思いました。



⑤全くの未経験なので、他の施設は知りませんが、駒場苑はゆったりとした雰囲気、ご利用者の皆様もリラックスして過ごされていると感じました。

⑥ラジオをよく聞きます。垣花正と森永卓郎に癒されます。野村訓市と武田砂鉄の声が好きです。

さくやまけんじゅ
① 佐久山健樹 ②5階 ③2023.7月

④イベントが多い関東へ出てみたいと思って岩手から上京。なんとなく始めた介護ですが、ご利用者さんに関わっていると楽しくて、気がつけば長いことこの仕事を続けていました(笑)



⑤前の施設と比べるとゆったりしているなと思いました。ご利用者に合わせた介護をしていけるのがすごいと思いました。初めての転職に不安はありましたが、前の施設で一緒に働いていた職員さんがいたおかげで、わりと早く馴染めた気がします。本田さん、真栄城さん、ありがとうございます！

⑥友達とパソコンゲーム、カードゲーム、カラオケなど。夜勤明けに行くカラオケは声がよく出るような気がして、その日の気分で行ってます！

ながた じゅん
① 永田 純 ②3階 ③2023.7月

④40年以上、音楽に関わる仕事を自営で続けてきました。それまで見て見ぬフリをしてきたことに、一度は向かわなきゃと考えていました。



きっかけは2012年に父を彼らの自宅で看取ったことかもしれません。勉強のつもりで初任者研修を受け、終了した途端に感染症の時代になり、そのまま介護の仕事を始めました。

⑤スタッフひとりひとりが“考え続ける”風土は素晴らしいと思います。社会運動に向かっていると感じます。出会い、機会をいただけていることに感謝しています。あと、エレベーターに貼ってあるカレンダー（格言の週めくり）がステキです。

⑥その時食べたいものを食べる。音楽を聴くこと。

いわきせら
① 岩崎セラ ②4階 ③2023.7月

④長年、貿易実務の業務に携わってききましたが、物流より「人」の方が面白い！と思うようになり、職業訓練校に2年通って介護福祉士の資格を取得しました。



⑤ご利用者様も職員も個性豊かな方ばかりで、毎日楽しいです。また、以前勤務していた老健より、ゆったりとした時間が流れているのを感じ、丁寧に個別ケアに取り組みたいという思いが強くなりました。

⑥国内、海外旅行
（ニューヨークには8回、台湾は5回訪れています）
ライブに行くこと
（ロックからクラシックまでジャンルは問いません）
西洋占星術の勉強（ホロスコープを眺めるのが好きです）

非常用バッテリー購入

目黒区社会福祉協議会より「福祉団体等活動助成金」を毎年15万円程度頂いています。この助成金を活用して太陽光パネル式非常用バッテリーを購入しています。3年間で3台購入し、各フロアに1台ずつ設置できるようになりました。大地震や台風で停電になると、酸素吸入の機械などが使えず命に係わる事態にもなりかねませんので、非常用バッテリーの配置が重要です。また、駒場苑は地域の福祉避難所にもなっていますので、地域の防災にも役立ちます。この助成金は「赤い羽根共同募金」等で賄われています。募金をして下さった皆様にも感謝申し上げます。



敬老会 9月17日(日)に敬老お祝い会を開催いたします。今年も感染症対策の為、残念ながらご家族の皆様にご参加頂けませんが職員一同で心を込めてお祝いしたいと思います。当日の昼食は特別料理となっています。長寿(100歳以上)白寿・卒寿・米寿・傘寿・喜寿の皆様には居室担当者が選んだプレゼントを差し上げます。

