

2011年 新年明けましておめでとうございます

### 特集

# ホームヘルパー



身体が不自由になっても「専門家の手助けを借りながら自宅で暮らし続けたい」という時に、ホームヘルパーによる訪問介護サービスがあります。不自由さを一人で抱え込むことなく、自宅で介護が受けられ、気兼ねない自宅での生活を守っていきける、そんな暮らしのお手伝いをするのがホームヘルパーです。

「すいたくしんぶん」では今まで、利用者様を中心に取材し、ご紹介してきました。そこで今号では、介護するホームヘルパーをご紹介します。辛い仕事で不安や不満が多いのではないかと、との予想に対し、回答は意外でした。施設での介護と異なる一対一の介護で、人と人とのかわりがある楽しい、また、人生の大先輩のお話を聞くだけでも自分が生かされている実感が湧いて、とても勉強になる……という声が多数でした。

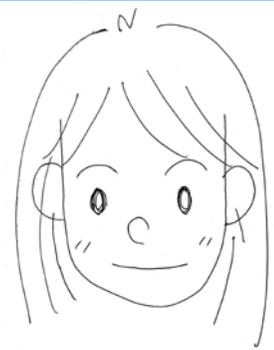
そんな元気いっぱいこのホームヘルパーの皆さんの声を、自画像を添えて特集いたします。

(さくらメディカル 高田訪問介護課・直江津訪問介護課)

## 心と心を笑顔で結ぶ

### 人と人が向き合う働きがいのある職場

#### 夢が叶ったヘルパー職



重原 万恵

10年前、孤独なお年寄りを助けたい！と、とてつもない夢を持ち、この世界に足を踏み入れました。

当初、老人施設で働き、寝たきりの方のオムツ交

#### 役に立ち、助けられて



小許住 加奈

入社して七ヶ月の新米ヘルパーです。

私は子供が二人いて子育て中。子供を育てながら家のこともして仕事が出来るか正直不安でしたが、やってみることにしました。ヘルパーの資格は子育て

#### 素敵な笑顔に出会えて



渡辺 由佳

訪問介護を始めてまだ1カ月余り。毎日が発見と学びの連続で、充実した日々を過ごしています。訪問介護の仕事は、利用者様の「普段の顔」が見られる貴重な時間だと思います。

サービス援助後に、利用者様やご家族の方から「ありがとう」とか「気をつけてね」などと温かい言葉をいただくと、本当にうれしいです。

今日も、素敵な笑顔に出会えますように……☆

#### 親しくなり多くを学ぶ



宗村 真由美

私は、4年間社員として勤務し、現在は2児の

母です。時間短縮勤務という制度を利用して、1日6時間働いています。子供の体調で度々休むことが多く、そのような時でも勤務を調整していただきとても助かっています。

ヘルパーは一人ひとりで接することができ、利用者様とより親密な関係を築くことができるのが魅力だと思っています。

そして、サービスを通して、利用者様とたくさんのお話を学べることも、魅力の一つだと思います。

**家庭と両立できる職場**



保坂 昌枝

私がヘルパーの仕事を始めようと思ったきっかけは、施設経験の中で入所者のペースとより職員とのペースで介護が行われていることに疑問を感じ、そのような時に出会ったのが当社の「ヘルパー募集」の求人でした。それから早いもので10年が経とうとしています。

が、この間、結婚と出産を経験しながらヘルパーを続けられたのは、理解のある家庭と仕事の両立が可能な職場だからだと思います。これからも職場の仲間と頑張っていきたいと思っています。

**育児のしやすい環境で**



永田 幸枝

入社6年目のヘルパーです。その間に結婚・出産を経験しました。1年間の育児休業を取得し、復帰後は時間短縮勤務制度を利用してありますが、子供の急な体調不良で突然お休みをいただくこともしばしばです。

今年の夏には、家族を看護するため約3ヶ月休んで、悔いなく看取ることができました。

働きながら育児し易い環境の下、職場の先輩・上司・同僚や在宅の利用者様、ご家族に支えられ毎日、感謝の気持ちで仕事・家事・育児に励んでいます。

**表情豊かな在宅の方々**



9才の息子が描きました

東條 貴子

ホームヘルパーとなり1ヶ月が過ぎました。以前は施設での勤務でした。私は在宅におられる利用者様の表情の豊かさの違いを感じました。話しをされていても、笑顔と前向きさ、心の温もりを実感します。

ホームヘルパーに携わり私自身、私生活にもゆとりを持てました。スタートしたばかりですが、利用者様へのホッとする時間、安らぎ、ゆとりある介護を提供できるように頑張っています。

**より深く知り合う人生**



太田 早矢香

私は以前、デイサービスに勤めていました。訪

**介護簡単メニュー**

**ちょっと変わった伊達巻**

新年あけましておめでとうございます。お正月でいろいろご馳走も召し上がられたことでしょうか！そこで今回は、ちょっと変わった「伊達巻」などいかがでしょうか？



- 作り方(四人前)
- ① 皮を剥いた蓮根100gと長イモ100gを細かいおろし金ですりおろす。
  - ② タマゴ4個をボールに割って、軽くときほぐしておく。
  - ③ ②の中に、だし汁大5、砂糖大1、酒大2、塩少々と①を加えて泡立てないように混ぜる。
  - ④ たまご焼き用のフライパンにサラダ油少々を敷き、弱火で③の2分の1の分量のタマゴを入れて焼く。タマゴが流れなくなったらひっくり返して裏面を焼く。残りの2分の1のタマゴと同じように焼く。
  - ⑤ 冷めないうちに、すのこに安価な乾燥のり(高級なのは噛み切れないため)を敷き、デンプンの中に入れて伊達巻にする。
  - ⑥ しばらく置いてからすのこをはずして切り分ける。
  - ⑦ 飾りにナンテン(南天)の葉を添える。
  - ⑧ おろし金の代わりにフードプロセッサーを使用するとキメ細やかになります。蓮根や長イモはふっくらと咽越しを良くするので試してみてください。また、蓮根は灰汁があつてすぐに色が変わりますので、酢を入れると色がきれいになります。

高田訪問介護課 板倉寛子(介護食士)

**核家族生活の私には…**



加藤 ゆかり

前職の経験を活かしたいと思い「訪問介護」の仕事を始めました。当初は、さまざま家庭に入ることに抵抗があ

問介護を始めてから感じる違いは幾つかあります。大きな違いは、利用者様と一対一で向き合えることです。より深く知り合うことができ、その方の人生が垣間見られます。多くの方がいろいろな苦労をされてきたので、本当にその姿から学ぶことがたくさんあります。また、利用者様の生活を

少しでも支えることができる！というやりがいを感じています。

**モットー「細く長く」**

私はヘルパー歴2年半です。それ以前は20年近く子育てと家事の主婦一筋でした。ですから仕事に就くまでには時間がかかりました。幸い、会社では短時間勤務にしてもらい家庭との両立ができ

矢作 桂



て助かっています。最近では利用者様から私自身が成長させていただいているなあ…と思うことが多くなりました。また、感謝の言葉をいただくヘルパー冥利に尽きます。私のモットー「細く長く」仕事をしていきたいと思っています。

**●お問い合わせは下記まで**

さくらメディカル株式会社 介護部  
TEL025・522・8734  
＜担当 野沢＞

一番苦手な訪問介護が



佐藤 昭子

人の役に立つ仕事に就きたく、施設・病院と勤めました。自分には合いませんでした。

次は、一番苦手とと思っていた訪問介護の仕事に就きました。なんと、仕事が楽しくて驚きです。

人生の大切なパートナー



塚田 まゆみ

自分が思い描いていた介護でした。私が訪問するのを待っていてくださる

介護職になるきっかけは人それぞれだと思えますが、私は家族が病気になるこの道に進みました。

喜びは、今までにない感動です。これぞやりがいのある仕事！ 人生の先

最初は不安もありましたが、利用者様の「ありがとう」、「また来てね」の声をいただき、そのことばを励みに頑張っています。

利用者様と一対一で自分のペースで接することもでき、信頼も厚くやりがいのある職務だと思います。自分に磨きもかかり必ず得るものがあると思います。ヘルパーは充実した人生を送りたいと

輩から学ぶことが多く、充実した日々を過ごしています。

考える人の大切なパートナーではないでしょうか。

パート…時間を上手に



笠原 裕美

私がこの職業に就いた

最初の頃は、緊張と不安の中、時間内に仕事を終わらせなくてはならず、焦って少しの余裕もありませんでした。その後経験を積む中で、徐々にこの職業の良さを感じるようになりました。

利用者様と一緒に泣いたり、笑ったり、気持ちがつながれ戸惑うこともありましたが、人生の先輩として教わることも多いです。私はパートなので、仕事の空き時間を自分のために使えるので、有意義に毎日過ごせています。

一対二時は二人の物



6才の娘が描きました

白又 由衣

私は今まで施設で勤務してきましたが、在宅でヘルパーをしている今は毎日がとても充実しています。

ヘルパーは、在宅で高齢者と一対一で関わります。その時間はその高齢者だけの時間です。施設などにはないゆっくりと接する時間があります。訪問し、「待ってたよ」

福祉用具のことなら、さくらメディカルにおまかせください！

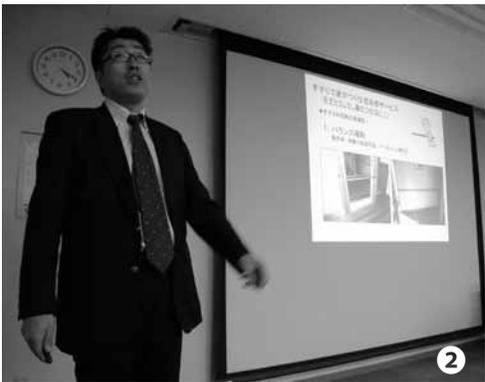
スキルアップ研修終了

昨年1月より毎月1回計12回コースで行われていました「スキルアップ(専門知識の向上)研修が同12月10日に終了しました。お客様の幸福のために最善を尽くす「福祉用具のプロ」になるための1年間の特訓を終えて、基本中の基本を一つひとつ学ぶことによって、知識が向上し、アセスメントの視点や提案の内容



1

最終回では、金沢善智先生(株式会社バリオン 介護環境研究所 所長)の最終講義と、同主



2

1年間の研修を通じて、お客様の暮らしを楽にする福祉用具や住宅改修をご提案するためには、「身



3

体」と「介護力」、「住環境」の三つの視点から最適なモノを選ぶことのできる知識(スキル)の重要性を学びました。今後、福祉用具個別援助計画書などを活用したよりよいサービス提供を目指していきます。



4

- ①修了試験中…1年間の成果をチェック
- ②「皆さんの仕事はほんとうにいい仕事。今日がスタートです」金沢善智先生の最終講義
- ③具体的な事例と実演で視点が広がる…「こだわりと根拠のある」住宅改修に取り組み内田忠夫氏の講義
- ④「ありがとうございました」お互いに笑顔でお別れ

施設には無いゆとりが



箕輪 朋香

約6年間の施設での現場を経て、現在は訪問介護に携わり、さまざまな違いを感じています。「こんにちは。おじやまします。」の言葉から1件のサービスが始まり、

ヘルパー募集中

在宅介護の楽しさ発見!!

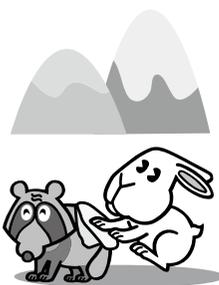
私たちと一緒に働きませんか!

と言われると、とても温かい気持ちになります。ご家族の方ともコミュニケーションがとれ、日々勉強になります。

私は、ヘルパーの仕事がこれからも在宅で生活する高齢者の支えになれるように、頑張っていきたいと思っています。

利用者様と世間話をしながら、時には一緒に家事を行ったりと、限られた時間ではありますが心がゆとりを持てる援助が訪問介護ではできると思っています。

また、「ありがとうね。また頼むね。」と利用者様からかけられる言葉は、この職業の特権だと自負しています。



# 地域活性化も視野に、「常設型地域の茶の間」 上越市板倉区に

## ねごしの里

### 昨12月4日 オープン!!



1階コミュニティ・カフェでなごやかに  
昼食をとる

### 世間話、茶飲み話、お年寄りの心の拠り所に

#### 生きる張り合の笑顔が広がる

数年前からお年寄りを対象にしたお茶飲み話が気楽に出来て、一日を楽しく過せる、そんな隣の家の居間のようところが方々に出てきました。月1回程度開かれる「地域の茶の間」は公民

館などを利用し、開催時間なども一定ではないところがああります。それらを是正してより親しみの持てる「常設型」の施設が昨年の12月4日にオープンしました。

開設された常設型地域の茶の間「ねごしの里」は頸城三山が眼前に大きく広がっている

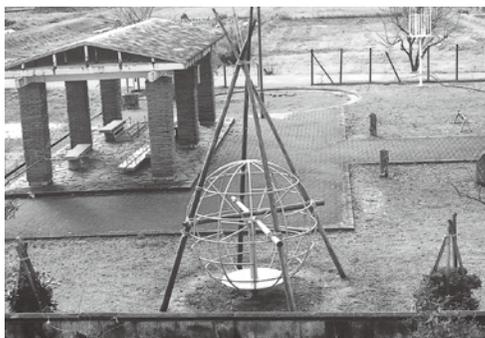
板倉区曾根田に、午前10時から午後3時まで(土・日休館)、昼食代を含め700円という低価格で利用できる会員制の施設です。「ねごしの里」は少子高齢化と過疎化の進む地

#### 「ねごしの里」の外観

「光が原公園に抜ける県道上越飯山線沿いにある「ねごしの里」は、遠方からの大勢のお客さんでも対応できるように、40台以上の駐車スペースを確保してあります。また、上越市曾根田農村公園に隣接しているため、ゲー

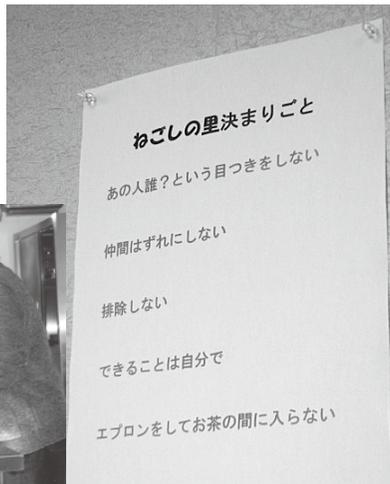


開設の挨拶をするさくらメディカルの武藤社長(左)とねごしの里の古海代表



曾根田農村公園

#### 「ねごしの里」の屋内



一階に飾られた「決まりごと」



厨房で盛付けをするスタッフの皆さん

#### 「ねごしの里」の公共性

「さくらメディカルの『居宅介護支援事業所』も併設されており、ひとりで悩むことの多い、介護に関する相談を常駐するケアマネジャーに気軽に相談できます。ここへ来ることはそういう道も開

「光が原公園に抜ける県道上越飯山線沿いにある「ねごしの里」は、遠方からの大勢のお客さんでも対応できるように、40台以上の駐車スペースを確保してあります。また、上越市曾根田農村公園に隣接しているため、ゲー

私は、教育委員会から近くの宮島小学校の学校コーディネーターを頼まれております。放課後の児童クラブをここで開設し、お年寄りと小学生の交流も行うことを視野に、

「ねごしの里」の外観 トボールなどの屋外競技日向ぼっこでお喋りなどもできます。その近くに春になったら野外サークルに活用可能な200坪の畑があり、野菜や花づくりを楽しめます。周囲の素晴らしい景観を背景に、今度は古海さんに屋内を紹介していただきます。

地域に密着した福祉サービス  
の提供に取り組み、昨年12月1日に新潟市（中央区白山浦）と上越市（板倉区曾根田）に居宅介護支援事業所を開設しました。

# 新潟市と上越市に 居宅介護支援事業所 が同時開設！

——キメ細やかに対応——



広い駐車場のある「ねごしの里」。その向かって左手1階に「居宅介護支援事業所」が開設しました。

当社では、二〇〇〇年の介護保険の導入に併せて居宅介護支援事業所を開設し、すでに上越地区で3拠点、新潟市で1拠点の計4拠点を運営しております。今回の事業所は、新潟市で2番目、上越地区では4番目の事業所となります。

地域の中に新たな拠点が開設されることにより、今まで以上に地域に密着したキメ細やかな対応ができるようになります。

ここに住んでいて良かったと思われ、地域の心の拠り所になりたい。そう

いう先進地、新潟市の『うちの実家』の代表の河田瑠子さんのもとにさくら



オープンした新潟中央居宅介護支援事業所（1階右側）

当社の居宅介護支援事業所では今年、ご利用者様本位にその人らしい尊厳のある生活が実現できるように自己研鑽に努力し、愛（パワー）・思いやり・感謝の気持ち忘れ

## 愛・思いやり・感謝で その人らしい生活を実現

◆新潟中央居宅介護支援事業所（新潟市中央区白山浦1丁目300 TEL0251-23415505）

◆ねごしの里居宅介護支援事業所（上越市板倉区曾根田109 常設型地域の茶の間「ねごしの里」内 TEL02551-7817558）



商品満載の明るい店内

商品が勢  
具が勢  
福祉用  
用品・  
介護  
てくれ  
もさせ  
持ちに  
しい気  
ルで楽  
カルフ



さくら雁木

この入口から店内を見渡してみてください。当店では、一面ガラスに囲まれてとても明るい雰囲気。カルフ



介護ショップ  
長岡店  
渡邊千都

◆専門スタッフが対応  
また、福祉用具のご相談や介護保険に関するご質問など、お客様のさまざまなご要望にも心を込めてお応えします。

同じ建物内にある当社の長岡支店とも連携して福祉用具の専門スタッフが細やかにご相談に応じますので、お気軽にお立ち寄り下さいませ。

## 愛・思いやり・感謝で

霰のたたきつける冬空とは正反対にねごしの里には賑やかであたたかい笑い声が響いていました。「よかつたら食べていき



見学者の若い女性が感想を寄せて下さいました。ご紹介いたしました。

おでんの卵以外ぜんぶ、おばちゃんたちの手作り野菜。作り方を教え

「よかつたら食べていき」とは正反対にねごしの里には賑やかであたたかい笑い声が響いていました。「よかつたら食べていき



ていただいてとっても得した気分でした。昔はみんなこうやって持ち寄って話に花がさいて料理を教えあつたりしてたんでしょうね。私のような嫁世代の方がまた仲間に加われば、いいなと思います。

メイカルの武藤敬一社長と一緒に何回もお邪魔してお教を乞いました。

どなたでもご利用いただけます。ただいま会員を募集しています。詳しくは、上越市板倉区曾根

田109（電話0255・7817553）へ

## 介護ショップ紹介 介護ショップ長岡店

### ○大人気の古正寺に誕生

最近、長岡で注目のショッピングエリアでもある「古正寺」。その中心部にあります「介護ショップ長岡店」は平成二十一年四月にオープンし、皆様に支えられて開店一年半を迎えることができました。



長岡市古正寺3-143  
TEL0258-21-3810

揃いです。

店内では、最新の福祉用具や使いやすく工夫のされた介護用品を実際に見て、触れて、選んでいただくことができます。お買い物の途中でちょっと一息くつろげる「カフェ・スペース」もご用意いたしました。

