

### 新潟西営業所



〒950-2064 新潟市西区寺尾西2-7-1  
TEL 025-264-1011 FAX 025-268-5665

### 地域に密着した拠点が開業

はじめまして！ 5月1日より新潟市西区寺尾西2丁目に開設しましたさくらメディカル新潟西営業所です。

これまで、新潟市中

央区上沼にあるさくらメディカル新潟支店（平成18年10月開設）から新潟市全域のお客様に福祉用具サービスを提供してきましたが、

（営業4人、福祉用具のモニタリングなどを行うサポート1人、シヨップ2人、事務1人）のスタッフでスタートしました。

また、当営業所には介護シヨップも併設し、「福祉用具をより身近なものに！」を合言葉に、福祉用具の展示や販売をはじめ、体験などでもできる空間をご用意し、地域に住まいの皆さまにご活用いただけるシヨップとなっております。どうぞお気軽に「介護シヨップ新潟西店」へお越しください。

当営業所の大切な役割は、福祉用具のご提案・ご提供を通じて、ひとりでも多くのお客様が笑顔になっていただき、住み慣れた住まいや地域での継続した生活を支援していくことです。

当社が掲げている企業理念のひとつでもある「地域に密着した福祉貢献」の実現を目指してスタッフ一同一丸となつて、お客様にご満足いただけるサービスのご提供に取り組んでいます。どうぞよろしくしくお願いいたします。

新潟西営業所

所長 中澤 昭弘

3月11日に発生しました東日本大震災により、亡くなられた方々のご冥福をお祈り申し上げますとともに、被災された皆様、ご家族、ならびにご関係の皆さまに心からお見舞い申し上げます。

### 新潟県中越地震

（平成16年10月）と新潟県中越沖地震（同19年7月）の2度の地震では、さくらメディカルは避難所へ介護ベッドや車いすを提供する支援活動を行いました。その際、被災



## がんばろう東北！

地以外の方々の支援が励みになることを実感しました。

た避難所への介護ベッド（4月28日現在45台）や車椅子（同43台）の提供

災地の現状を視察してきましたので、想像以上の現状を目の当たりに体験

してきた

（新発田営業所）がレポーターします。

### 支援活動と視察報告

（新発田営業所）がレポーターします。

東日本大震災では、私たちが経験した過去一度の地震からは想像できない甚大な被害となり、その影響が続いています。

今回の大震災でも当社は、新潟県内に設置され

の他、宮城県や岩手県で被災された同業の仲間たちへの介護ベッドの提供などの支援活動を行っています。

去る4月7日から8日の2日間、余震が続く被災地の現状を視察してきましたので、想像以上の現状を目の当たりに体験してきて

（新発田営業所）がレポーターします。

### 視察 順路

- 新潟↓磐越自動車道↓（郡山）↓東北自動車道↓盛岡（岩手県）↓大船渡↓陸前高田↓気仙沼↓仙台（宮城県）↓松島↓一路新潟へ

### 坂道を下ると景色一変

### 目の前にテレビの画面

内陸部と沿岸部でこんなにも被害が違うのか！被災地を走ってみると、津波の被害が大きいことを実感します。

ました（写真②）。テレビで観ていた風景が目の前に現われました。車は横転し、船や家屋の残骸、海岸線まで続いた。残骸、海岸線まで続いた。残骸、海岸線まで続いた。

### たった一晩でも大変な生活が

### いまでも続く

1日目の視察を終えて仙台の旅館に泊まった日の深夜、震度6強の建物が壊れそうな激しい余震があり、停電となりました。その後、トイレも水道も使用できなくなり不

便さを痛感しました。すでに1ヶ月近く避難生活が続いている被災者特に高齢者の方々の精神的なストレスや生活の苦勞を改めて考えさせられる経験となりました。

### ジャーシ姿と笑顔で「今日もがれきをどけてきた！」復興の二歩を

（株）サンメディカル様の大船渡店では、店長は自宅が津波で流されたために事務所の2階で寝起きをされていました。付近では、ケアマネジャーの中にも不明者や避難者が多く、混乱が続いている状況でした。

地の方々の姿から、復興への歩みがすでにはじまっていると感じました。2日間の視察で強く感じたことは、「何かしたい」とか「自分たちにできることがあれば少しでも協力したい」ということです。復興には長い年月がかかり、その間、支援を必要とする人がいることを考えながら、私たちにできる支援活動に取り組んでいきます。

# 介護は楽しくなくちゃ



畑仕事を楽しむ中島敏子様

## 妻の生活が夫の日々となる

「読んで楽しく、ためになる新聞」を目指して、毎号さまざまな体験談をご紹介しております。「ざいたくしんぶん」では今回、数年前から奥様の病気と真正面から向き合っ「どこへ行けばどのような援助が受けられるのか」と模索しながら、さまざまなサービスをご利用して明るく生活しておられる中島新太郎様・敏子様ご夫妻（上越市在住）にお話を伺いました。

## 「介護」が第二の人生の仕事になる

私の定年退職とほぼ同じ時期に、医師から妻の病名が知らされました。妻の病気は、記憶を忘れてしまう病気でした。そのときまで私は、介護は他人事と思っていましたが、突然、介護が私の第二の人生の仕事となりました。第一の人生の仕事以上に大変な「介護」という仕事は始まりました。会社勤めの頃、上司が口癖のように「仕事は楽

## 介護が日課の日々

妻は現在、デイサービスと訪問介護を利用しています。特に週一回の訪問介護では、ヘルパーさんと一緒に楽しそうに料理を作っている妻を援助することが、私の仕事となっていて。また、朝晩の着替えも欠かせない日課の一つです。

妻がデイサービスなどを利用して留守になるときは、自分なりに畑仕事を楽しんでいきます。昨年は猛暑の影響で作物の出来が悪く、不作の年となってがっかりでしたが、いまは豊作を期待して農作業に精を出しています。

## お互い元気が一番！

記憶を忘れてしまうと、妻の病気は、一度忘れてしまうと生涯思い出すことができなくなる病気です。

妻が思い出すことができずに困っているときが時々あります。そのような時には、私がパソコンのハードディスク（記憶装置）のように、私の頭のなかにある妻の記憶や思い出を起動させて援助しています。介護は、される方も

## 介護簡単メニュー

### タマゴ1個でフワフワ茶碗蒸し

今回は、タマゴ1個（L玉50g）でフワフワの茶碗蒸し（2人分）が簡単にできるレシピをご紹介します。

作り方（2人分）

- ①タマゴL1個を器に割り、ときほぐす。白身を切るようにして泡立っていないようにほぐすのがポイント！
- ②永谷園の「松茸のお吸い物」1袋を少しぬるめのお湯150gで溶かす。ゆるいのがお好きな場合は、もう少し多めでもOKです。
- ③少し冷ましてから①を入れて混ぜて茶碗の器に入れる。ここで湯が熱いと固まってしまうので気をつける。
- ④生しいたけ小の笠の部分を薄切りにしたものと、茹でた花形人参などを③の上のにせる。
- ⑤茶碗蒸器2つが入る鍋に水（必ず「水」からすること！）を3～4cmぐらい張り、中火で約6～7分ぐらい蒸しあげ、途中で蓋をとって青物の葉を入れる。さらに2～3分蒸してから火を止め、5分間そのまましておくで丁度よく蒸しあがります。強火にするとスが入るのでご注意ください。



高田訪問介護課 板倉寛子(介護食士)

する方もお互い元気が一番です。お互いが元気でなければ、何もできませんし、何もしてもらえません。お互いに元気だからこそ納得し合うことができます。

## 在宅介護の心得①

### 困る前向きなケアマネジャー

ケアマネジャーはほんとうに頼りになります。普段からいろいろな情報を教えていただき、次のトラブルに備えて前向きにぶつかっていくことが、迷わない道だと感じています。

誰でも、「まだできるー！」とがんばっている時が頂点です。がんばり過ぎて沈没してしまう前に、手を挙げてみましょう。どのようなことでもケアマネジャーや公的機関などに相談してみましょう。声をかけてくれるのを待っている人たちが、必ず身近にいます。また、最近では公的機関

や広報などで、少しでも安心して暮らせるような仲間づくりを呼びかけています。私の妻のような病では、ご本人もご家族も悩みながら介護をしていると思います。なかには、壮絶な環境で毎日過ごされている人も多いと思います。自分たちが

き合っていくために、楽しくできる工夫をいろいろ試しながら、飽きずにつき合っていくことが、私たちの目標です。

## 在宅介護の心得②

### 笑顔の笑顔

誰でも若い頃の猛烈な恋愛のときは、お互いに話題が豊富で話が途切れることなく続きます。けれども、人生の旅路を歩んで高齢になってくると、だんだんと話題が少なくなり、お互いに顔を見つめることもなくなります。話しかけられても、テレビを観ながら返事をするようなことでは会話になりませんが、これが日常

誰でも若い頃の猛烈な恋愛のときは、お互いに話題が豊富で話が途切れることなく続きます。けれども、人生の旅路を歩んで高齢になってくると、だんだんと話題が少なくなり、お互いに顔を見つめることもなくなります。話しかけられても、テレビを観ながら返事をするようなことでは会話になりませんが、これが日常



笑顔がお似合いの中島様ご夫妻

的な風景ではないでしょうか。  
 私の妻は、いまはまだ笑顔が作れます。そして、大きな声で笑うこともできます。日々の介護で頭のなかでモヤモヤしている、妻の笑い声と、振り向いたとき見せる最高の笑顔が、一瞬でモヤモヤを吹き飛ばし、気を休めてくれます。



ホームヘルパーと大好きな料理中に笑顔でパチリ

### 在宅介護の心得③ やりすぎず手助け

私は普段、「自分でできることはいつまでも」を肝に銘じて妻と接していますが、これもしんどいことです。時には、妻が行うのを我慢できずに、私の方でおこなってしま

うこともあり。つい腹が立って、声を出してしまい、あとで反省してしまふこともあります。

私の経験では、介護は本人にやらせることではなく、本人が自分でできるように手助けし、援助するという気持ちで行うことが大切だと思います。

### 男性でも入れる 女性トイレがほしい

妻と外出して一番困るのは、女性用のトイレに男性である私が一緒に入れないことです。

最近では、介護者も一緒に入れる身体障害者用のトイレ（多目的トイレ）が増えてきていますが、まだまだ数が足りません。できれば男性でも気兼ねすることなく女性のトイレに入ることのできる「許可証」のようなものがあると、もっと安心して妻と外出できるようになると思います。ある自治体ではすでに実施していることを聞いたことがあり、このような制度が普及することを期待しています。

### 取材を終えて

妻が夫を介護する。少し前までは、これが当たり前と考えられていました。しかし最近では、奥様を介護しているご主人も少しずつ増えています。平成十二年に介護保険制度がスタートして、介護するご家族の負担は改善されつつありますが、男性の介護者にとっては、まだまだ未開拓の分野が多くありそうです。中島様のお話にもあるように、家族を介護して同じ悩みを抱える仲間同士の輪や、男性でも入れる女性トイレなど、男性の視点から生まれる新しいアイデアを、一つひとつ実現していくことの必要性を感じました。

今回の取材中に、ご主人より左記の言葉をご紹介させていただきました。

以前、旅行で訪れたお寺の天井からぶらさがっていた大きな紙に書かれていた言葉だそうです。

### 【自主トレ人生】

やればできる。必ずできる。何事もまずやってみる。うまくいかなかったらもうまくいかなければ、考えてみる。

あきらめずに考えていると、寝ている間にもふとよい考えがわいてくることもある。それでもうまくいかなければ、親や先生に聞いてみる。あきらめなければ、必ずできる。

介護は楽しくなくちゃ！ いつでも楽しくできるわけではないかも知れない。

れませんが、そのような前向きな気持ちが大切であると、敏子様の満面の笑顔と、それを見つめる新太郎様の笑顔が、何よりも語っていました。

### あたたかくなったら 自分にあった靴で出掛けましょう

あたたかくなり、新しい靴でお出かけされる機会が多くなるのでは？ 今回は「靴」にスポットをあてました。

### 歩き方と靴の 関連性

歩き方は年齢によって変化していきます。足に合わない靴を履いていると、姿勢が悪くなり、加齢により、すり足になりやすくなり、わずかな段差でつまづいたり、転倒しやすくなります。事故防止と快適な歩行のためには、ご本人の歩き方にあった靴選びが大切です。

### 靴の履き方



- ①かかとを合わせる。
- ②バンドで甲をしっかり固定。
- ③つま先に5～10mm(捨て巾)のゆとりをもたせる。

①かかとを合わせる。足に合わない靴を履いていると、姿勢が悪くなり、加齢により、すり足になりやすくなり、わずかな段差でつまづいたり、転倒しやすくなります。事故防止と快適な歩行のためには、ご本人の歩き方にあった靴選びが大切です。

### 自分にあった靴や サイズが分からない時に

靴メーカーの徳武産業から「あゆみナビゲーション」ができました。足を計測器に入れるだけで、自分にあった靴やサイズがひと目でわかります（徳武産業の靴に限ります）。足型を自動計測する「あゆみナビ」という画期的な機器により、より足にフィットした靴選びが可能になりました。また、高齢者だけでなく、脳卒中などで体が不自由になった人たちにも簡単にサイズ測定を行うことができます。

当社では、「あゆみナビゲーション」を使用した選定も行うことができます。詳しくは、当社営業担当までお問い合わせください。たった一足の靴でも、選び方や使い方が変わります。靴選びに悩んだら「あゆみナビ」にレッツトライ!!

計測装置の表示



計測装置の表示

