

アスモ新聞

2006年2月 1日(水)

「人に喜ばれる仕事を!!」のアスモは、みなさまとの新たな出会いをお待ちしております。

発行所
在宅介護センター・アスモ

創刊第6号

〒165-0026
中野区新井1-26-4 オスカーマンション2F

☎ 03-5318-4007

グランドは宝物でいっぱい



代表取締役 花堂浩一

毎週日曜、子供たちと野球を通じて、心の交流を図ることが、私の一週間の最大のご褒美になっています。

子供たちとの年の差は、三十五才前後だと思
います。実はこの年齢差は、ちょうど私とアス
モのご利用者様との関係に近いのではないかと
思っています。子供たちとは、ある時は、友達で
あり、兄貴であり、またある時は、親であった
り、指導者としての威厳も保たなければなり
ません。私は、いつもアスモを可愛がって下さる
ご利用者様は、きつと同じような目で、私やス
タッフを見ているんだろうな、と思ったりす
ることがよくあります。そう考えると、私が
子供達に伝えたいことが、実はご利用者の方が
私や、スタッフに伝えたいことなんだと、ふと
気がつくことがあります。今日はおおきな宝物を
子供達から、頂いたという満足感でいっぱい
なることがあります。また先輩や、周りの人
から応援されることが、野球をする子供達に
とって最も大事なことであるのと同じように、
私たちは、周りから応援される存在にならな
ければいけないと思っています。船井幸雄氏は、
伸びるリーダーの三条件として、①素直さ
②プラス発想 ③勉強好きを上げている。

知恵袋！お砂糖がさらさらに戻るんですよ～

お砂糖ケースの中で固まってしまったお砂糖どうしますか？Yさんから解決方法を教えていただきました。タッパー等の容器に固まってしまったお砂糖を入れて、みかんの皮(柑橘系なら何でもOK)の白い部分を下にして固まった砂糖の上に敷き詰めるように乗せて蓋を閉めます。一日置くだけで、あら…ビックリ！元のさらさらな状態に戻るんです。Yさん、ありがとうございました。

人参ごはんと卵焼き



☆人参ごはん

材料 米2合 人参小1本(すりおろす)
コンソメ1個(すりおろすか、きざむ)
作り方 すりおろした人参、コンソメを米2合に加えて
普通の水加減で炊く。お好みで、しいたけや
タケノコ、魚介類を入れたらOK!
コンソメスープを作り、共に召上ってみてください。
おすすめです！

☆卵焼き

材料 卵4個 ペットシュガー2本～3本(6gだと2本半)
にんべんのつゆ(メーカーこだわらず)小さじ1から
1.5
作り方 フライパンをよく熱して(油を多めに入れる)
卵に塩を本当にチョットと酒を少々、ペットシュガー
とつゆを入れ、よくかき混ぜフライパンで
オムレツ風に仕上げ、まな板の上にサランラップ
をひいてオムレツ風の卵焼きをのせて包む。
3回包み、レンジで15秒位かける。
熱いのでさめてからラップを取り、輪切りにします。
注意:15秒以上かけると爆発します。
ほんのり甘い、だし巻き卵が出来ます。
大根おろしで召上って頂くと最高！ (高松)

素敵な俳句を有難うございました。

俳句のご紹介

坪庭のかさ高の塵掃納

みのる

家の前新車の停る盆祭

みのる

閑居にも飽きて散歩園の花

みのる

水上バス音のけだるき春の川

みのる

河合 稔 様



シリーズ 私のドラマ

アスモでは毎日毎日たくさんのご利用者さんとそのご家族の方々と関わらせていただいております。その中でのごことを「私のドラマ」と題して赤裸々に綴らせていただきました。特に「お叱りの言葉」や「困難事例」を中心にアスモのスタッフ・ヘルパーが「考えたこと」そして「具体的に取り組んだこと」がまとめてあります。

『お蕎麦を食べるとき思い出します』

私が新米ヘルパーとして働き出した頃、退院されて間もない方のお宅のお手伝いをさせて頂きました。お食事や清拭など。体もほっそりされ食事の量も以前より少なくなられたとの事でお役に立てるだろうか…とても不安でした。お部屋に飾られた入院される前のお元気なお写真を見る度、この時のような元気な笑いを取り戻せるお手伝いが出来ればと…。足浴の時も少しでも気持ちよくなれるようにと思いながら足をさすらせて頂きました。未熟な私は心の中で願いながら…。Mさんは一日中ベッドでの生活で在宅酸素をされていました。昼食は麺類が多く、毎回同じ作り方でなく、Mさんのお好みの食材を使って何かできないだろうか…。ご主人の作られている愛情のこもった梅干、その他にMさんの食欲が少しでも出るよう、楽しんで召上っていただけたら。ある日の事、Mさんから「このお蕎麦美味しいですね。何ていうのかしら？」私は驚きながら「和風サラダ風そばです」と、咄嗟に名前を考えました。料理は苦手の私ですが食事の数分でもベッドから起きられて喜んで頂けたら…と考えた名前のない料理。でもMさんのお口にあい、喜んで召上って頂けたという事が今でも忘れられず、その時のMさんのお顔が昨日のように頭に焼き付いています。Mさんとのお別れは、それから間もない事でした。このお仕事は人との出会いも別れも経験する、頭では理解してはいるがヘルパーとして私に何ができたのか？…考えた数日間でした。その後、ご主人や娘さんにお会いし、何とお声をおかけすればと思っていた時、お二人が「〇〇さん、有難う。お屋のお蕎麦、食欲ないのに喜んで食べてましたよ。又、食べたいと楽しみにしていたのですよ。」逆に私が励まされるなんて…。それから数年。今だにお蕎麦を食べる度、Mさんを思い出しますし、今もなお仕事をされているのはMさんと、そのご家族が新米の私を受け入れて下さり、出会えた事だと思います。

教訓： 技術は、もちろんですが通じ合える心を大切に

(佐藤)

アスモ掲示板

- ★ 1月29日(日) 介護福祉士国家試験、お疲れ様でした。今年から実技試験免除者(免除講習者)も受けられているので受験生もかなり増えた事と思います。アスモでも試験情報などを用意していく予定ですので、お声をおかけ下さい。
- ★ 研修旅行の写真を締め切らせて頂きます。お早めに(^_^)-☆ (締切日:2月15日)

今月のコラム

『花粉症』



今年の春は大量飛散を記録した昨年の春と比較すると飛散数は少なくなりそうです。しかし、花粉症患者さんにとつては注意が必要でしょう。春に起こるスギ・ヒノキ花粉症はよく知られていますが、それ以外にもシラカバ、ハンノキも花粉症の原因になります。花粉症の症状(くしゃみ、鼻水、目のかゆみなど)は、花粉から体を守ろうとするIgE抗体(免疫機能)の過剰な反応によるもので、日本人の約50%がIgE抗体を持つていると言われています。抗体のある人は、現在発症していなくても「花粉症予備軍」と言え、発症する可能性があります。

【試してみたい健康食品】
ビタミンC／お茶(甜茶・柿の葉茶・スギ茶)／レモンバーム(ハーブティ)／シソ／ヨーグルト／青魚／ミント・ハッカ類(アスピリン喘息の方は発作を引き起こす可能性があるので、注意して下さい)／ユーカリ／青汁

【民間療法】
・鼻を生理食塩水で洗う。
・スチーム吸入・蒸しタオルなどで鼻を温める。

中野の仲間

お店紹介

サンマリノ

☎165-0026
東京都中野区新井1-11-8
☎03-3389-4896
営業時間 11:30~22:30
(ラストオーダー22:00)
定休日 日曜日

早稲田通りと、中野通りの交差する新井の交差点より、哲学堂方面に100mほど行った中野通り沿いの右手に、いつも窓ガラス越しに、楽しそうに食事をする人達で賑わっているお店があります。28年前にご夫婦ではじめられたお店は、今なお地域の方や会社関係の方に支持されています。手際よく作られた洋食料理は、美味しく、しかもボリュームがあり、昼食時のランチは、毎日途切れることの無いサンマリノファンで、賑わっています。夜は、ライトに照らされた、カップルの楽しそうなディナーの光景を暖かく見守るお店のスタッフと店主の姿が印象的で、長くお店を続けてこられた秘訣を教えていただいたような気がします。