アスモ　たんぽぽ新聞

アスモ新聞はアスモのホームページ　www.asumo-kaigo.jp　からもご覧になれます。
【在宅介護センター・アスモ】で検索してください。

令和５年６月　第213号

代表取締役 花堂浩一

『別の「ものさし」、医者は5万、准看護師は30万』

いつもアスモ新聞をご購読いただきありがとうございます。今回はある精神科医のAさんが実際に経験した患者さんとのエピソードです。大変興味深いお話でしたのでご紹介させていただきます。（以下）

Aさんが若い頃に勤めていた病院でのことです。病棟には70人の患者さんがおり、「私は天皇である」と自称していた患者さんが３人いたそうです。中でも「春日天皇」と称する患者さんとのエピソードはAさんにとって多くの気づきを得る経験だったようです。

その患者さんは、年末になると職員にボーナスを配ります。ボーナスといっても、紙切れに数字を書いて渡すだけなんですが（笑）。Aさんには「５万円」と書いた紙切れをくれました。看護師たちももらったらしく、そのボーナスの話で盛り上がったそうです。ある看護師が「私は18万円もらいました」と言うと、また別の看護師は「私は30万円でした」と言われました。その彼女は看護学校を出たばかりの准看護師でした。

Aさんは別に何万であろうとそれで何かが買えるわけではありませんが、大変悔しかったようです。でも、医者である自分が５万で、新人の准看護師が30万と知って何だか心が落ち着きません。そこで精神科医のAさんは本人に聞いてみました。

「これはボーナスだそうですけど、何で私が５万で、あの子が30万なんですか？」と。

すると彼は言いました。「それは私的なボーナスであって、病院で出すボーナスとは違うんです」と。

「それは分かっています。でも何で私が５万なんですか？」と聞くと、彼は「先生は私に何をしてくれましたか？」と言うんです。

「○○さんの治療をしているのは私だし、私が処方箋を出した薬を飲んでいるじゃないですか。それは病院で一番大事なことなんですよ」とAさんは説明しました。

するとAさんは患者さんにこう言われたのでした。

「そんなことは分かっています。でもあの薬は要りません。飲みたくないんです。そもそもあの薬、効きますか？もし効くならとっくに退院してていいはずです」って。そう言われたAさんは答えようがなかったのです。その時、はっと思ったんです。薬は確かに効きます。しかしそれは病気を治す薬ではない、と。

彼が薬を飲んで、「自分が春日天皇だというのは妄想だったんだ」と気付くわけではありません。薬を飲むとどうなるか。簡単に言えば、うるさいことを言わなくなって、おとなしくなります。暴れなくなり、よく眠るようになるんです。

何の事はない、薬を出すことで管理しやすい患者さんになってもらっていただけだったんです。患者さんにとって、それはありがたいことではなかったんですね。

次にAさんは「あの看護師さんは○○さんに何をしたんですか？」と聞きました。そしたらこう言われました。「あの看護師さんは心が優しくてね。私が風邪を引いて熱を出した時に氷枕を作って持ってきてくれたんだよ。ありがたかった。そしておかゆまで作ってきてくれた。だからボーナス30万円をあげたんです」と。看護師よりも医者のほうにたくさん給料をあげるというのは、病院側の「ものさし」です。でも春日天皇は、医者や看護師を評価する「ものさし」を、自分でしっかり持っていたのです。

Aさんはそのことに全然気付きませんでした。こんなに大事なことを、春日天皇は紙切れに数字を書くだけで教えてくれたんです。Aさんは言います。

『一つの「ものさし」だけで計って「価値が低い」などと言わないで、別の「ものさし」でも計ってみてください。いろんな評価の「ものさし」を見つける必要があるのではないでしょうか？』と。

このお話は、いかに現場でお仕事をする看護師や介護士の存在が、ご利用者にとって大きな存在であるかを物語るエピソードだと思います。日々現場でお仕事をするヘルパーの皆さんやスタッフに改めて感謝しなければならないと感じたのです。

Society 5.0 for SDGs

一昨年よりスタートしましたSDGｓ(持続可能な開発目標）活動は、弊社の一ヶ月間のサービス量に応じて寄付活動や社会活動の原資に充てる予定になっております。2023年5月の活動実績＝16,595Pとなり、2020年より開始いたしました累計数は、708,695Pとなりましたのでご報告させていただきます。また、具体的な活動内容の詳細につきましては、引続きアスモ新聞にてお伝えさせていただきます。

居宅介護支援

ケアプラン作成
☎ 03-5318-4007

Take it easy!（テイク イット イージー）（気楽に行こう！）

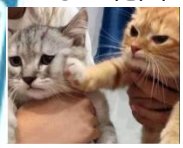
タイガージェット
シンさん

先日とあるインド料理店のご主人（インド人）と話をする機会があり、双方の文化の違いなどのくだりで、何でもインドでは子供の頃から「おまえは人に迷惑をかけて生きてきた（いる）のだから、人のことも許して（助けて）あげなさい・・・」と教えるそうです。
なんとも寛容な・・・目からウロコでありました。

一方我が日本は「恥の文化」と言われます。迷惑をかけることを何よりもよしとせず、そして人にも求める。そして、正しいかどうかで行動を決めるのではなく、世間がそれをどう思うかが規範となります。（いわゆる同調性バイアスですね）

迷惑をかけない、そして他人様に委ねるということが苦手で・・ある外国のライフセーバー（海や水辺で溺れた人の救助を行う人）が言うに、「日本人は自分が危険な状態なのに、ギリギリまで助けを求めない・・・危ないと思ったらすぐに助けを呼ぶべきだ！」と申しておりました。

そして（困っている）人を助ける、ということですが・・・日常の中での人助け、これは無理のない範囲で、自分が負担に感じない程度、というのが妥当ではないでしょうか。



人を許すことや、気に掛けること、そして時には相手に花を持たせるなど、これらは心にゆとりがあるからこそできることだと思います。(余裕がない時はごめんなさいしちゃいましょう ❤)

私たちケアマネジャーの仕事においては、手を差し伸べやすい空気、雰囲気を生み出すことなど、とても重要と考えます。いつも心にゆとりを持てるよう、時には寛容なインド人を見習ってしまいましょう・・・　私も迷惑をかけてきた、と・・・💧

インド人の親子

介護支援専門員　浅津 朗　　オーマイブーッダ❗

たんぽぽ介護

訪問介護サービス
☎ 03-5318-5731

一晩寝かせるのは要注意!? カレー の食中毒

日に日に気温が上がって来て、何だか刺激のあるものが食べたくなる時。
一度にたくさん作って、何日かに分けて食べられるカレーはもってこいですよね。
それに、一晩寝かせたカレーはより美味しくなっているので、作った翌日に召し上がるという方も多いのでは？
しかし、**作ってそのまま一晩置いといたカレーにはなんと、食中毒を起こす可能性があるのです。**
どうすれば一晩寝かせたカレーを安全に食べられるのかを、解説していきましょう。

カレーの中で発生する食中毒の原因とは？

調理後、そのまま置いたカレーには、ウェルシュ菌という細菌が発生することがあります。
ウェルシュ菌はもともと、動物の腸管内や土壌等の自然界に多く存在しているもので、腹痛や下痢などの症状を引き起こします。
ウェルシュ菌は、加熱調理をしても【芽胞】という殻を作って生き残る性質があります。
このため、カレーなどを調理した後、常温で保存していると、芽胞となって生き残ったウェルシュ菌が、増殖に適温となった食品の中で活発に増えてしまいます。
これを食べることによって、食中毒が起こるのです。
カレー以外でも、シチュー、肉じゃがなど、大鍋で作る料理はウェルシュ菌が増殖しやすい状態になります。
なのでカレーに限らずそのほかの料理でも、「一度加熱したから大丈夫」と過信はせずに、調理した食事は常温でなるべく置いておかないようにしましょう。

ウェルシュ菌食中毒の予防法

1. ウェルシュ菌を増やさない
食品がウェルシュ菌を最も増殖させやすい温度は、12～50℃、特に43～45℃で活発になります。なので、加熱後はなるべく早く食べることと、保存をする場合は小さい容器で小分けにして早いうちに冷蔵庫へ入れましょう。

2. 増えたかも知れないウェルシュ菌を減らす
ウェルシュ菌は、加熱後温度が下がった食品の中では、芽胞ではなく栄養体という形で生存しており、この形態だと熱に弱いとされています。
なので、加熱で菌の数を減らすことが出来るのです。
一度保存したカレーなどを食べる前には、殺菌の為にグツグツするまで再加熱しましょう。
また、全体に熱が行き渡るようによく混ぜながら加熱しましょう。

福祉用具レンタル・販売　住宅改修

介護用品のレンタル・販売、住宅改修
☎ 03-5318-4007

こんにちは！福祉用具専門相談員の佐藤英郎です。
ベッドなどの上で長く同じ姿勢を続けると、身体の一部に圧力がかかり続け血流が悪くなり床ずれが発生しやすくなります。床ずれ防止用具を使用して、リスクを軽減することが重要です。どんな事に気をつけて選べば良いのか、ポイントを３回に分けてお話ししています。第２回のテーマは**「床ずれ防止用具のタイプ」**です。

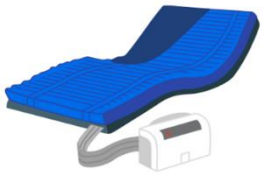
■床ずれ防止用具には、どんなタイプがあるの？

静止型マットレス
やわらかな素材を使うことで体圧がかかる面積を広げます。

静止型マットレスの中身はウレタンフォームやゲルなどのやわらかな素材。そのため、マットレスが体を包み込むようなかたちになり、体圧が分散され、床ずれができにくくなります。ほかに弾力性が高い高反発タイプもあります。

圧切替型マットレス
電動で空気を送り込み、体圧がかかる位置を変えます。

圧切替型マットレスは「エアセル」と呼ばれる空気の筒でできています。エアセルに電動で空気を送り込み、内部の空気を定期的に入れ替えることで形状を変え、圧がかかる部位を移動させていきます。



車いすクッション
お尻にかかる体圧を分散し車いすでの床ずれを予防します。

素材にはウレタンフォーム、ゲル、その両方を組み合わせたものや、空気を入れて調節するものなどがあります。厚み・形状・重さはさまざま。
長時間使うなら、ウレタンフォームよりもゲルタイプが向いています。

シニアハウスコム

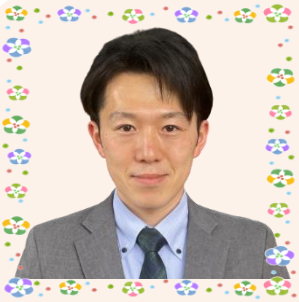
有料老人ホーム　サービス付き高齢者向け住宅
ご相談・ご紹介　0120-5318-77

新・相談員のご紹介

5月より新しい相談員が加わりました！新しいメンバーを迎えた「シニアハウスコム」を今後ともよろしくお願いいたします！

大塚（おおつか）ちがや

【出身地】 福岡県
【趣味】 読書
【好きな言葉】 やらない後悔よりやる後悔
【ひとこと】
相談者さまの御不安や心配を少しでも和らげ安心してご利用頂けるよう誠心誠意頑張らせて頂きます。



小島（こじま）勇人（ゆうと）

【出身地】 千葉県
【趣味】 ものづくり、散策
【好きな言葉】 勇往邁進
【ひとこと】
相手の「心に寄り添う」気持ちを忘れずに相談者さまの居場所を一緒に探していきたいと思います！よろしくお願い致します！

株式会社アスモリンク

総合サポート
☎ 03-5318-0309

介護費用にこんな不安はありませんか？

公的な介護保険だけで、両親の介護費用が足りるのか不安

介護施設に入居するには、どのくらい費用がかかるの？

毎月国に介護保険を支払っていれば、安心してていいの？

介護の事は必要になってから考えても遅いと言われたけど本当？

ファイナンシャルプランナーに介護費用の相談をすると…

- ✓ 公的な介護保険と民間の介護保険の違いがわかる
- ✓ 将来の介護に備える方法がわかる
- ✓ いつまでにどのくらいの資金を準備していればいいかわかる
- ✓ あなたに合った介護資金の準備方法がわかる

アスモグループでは、ご相談者とその
ご家族の「笑顔」と「安心」の為に
様々な角度から
皆様を支えていきます。
お気兼ねなく何でもご相談下さい。

アスモと地域～MIKANのご紹介

私たちは、安心して住み続けられる街づくりを目指しています！

みかん
MIKAN

～認知症と地域づくりと健康福祉～

私たちMIKAN（みかん）は2015年、中野区で誕生しました。認知症に伴う困難を理由に孤立する人を減らしたいという思いから、“認知症と地域福祉”これらの課題への取り組みを通じ、誰もが生き生きと暮らせる中野区の実現を目指してきました。

しかしながら、認知症にとどまらない数多くの地域課題に直面し、困っていても助けを求められない状況にある人たちに対して「1人でも多く手を差し伸べたい」という信念から、2021年、活動の場を広げることを決めました。

人と人の支え合いを後押しし、難しい状況にある人を誰一人孤立させないことを目指して活動してまいります。

ネットワークづくり

あらゆる分野に対応可能な人材をMIKANに集め、誰一人取り残さない地域を目指します。

【認知症サポーター養成講座】
専門家を含むMIKANメンバーが寸劇などで認知症を分かりやすく伝える「認知症サポーター養成講座」(認サポ劇団)を各地で出張講演。これまでに養成したサポーターは2,000名を数えております。

MIKAN ～認知症と地域づくりと健康福祉～ **お気軽にお問い合わせください**

MIKAN
お電話：**03-5356-5447** 月-金 9～17時（土日祝除く）
担当者：白岩（しろいわ）
メール：shirasagi-sakuraen@m-kamisagi.jp
ホームページ：https://mikan-nakano.org/
FaceBook：https://www.facebook.com/nakanomikan/
拠点：〒165-0035 中野区白鷺1-14-8 しらさぎ桜苑内

明日も笑顔
アスモ

株式会社アスモ
〒165-0026　東京都中野区新井1-26-4　2F
TEL　03-5318-4007　　FAX　03-5318-4008

株式会社アスモ

在宅介護センター・アスモ
■ケアプラン作成
■福祉用具レンタル・販売　住宅改修

アスモ・テクノサービス
■建物設備保守管理・コスト適正化事業

シニアハウスコム
■有料老人ホーム紹介

アスモエージェント
■人材紹介

アスモカレッジ
■介護人材養成・開発

たんぽぽ介護
■訪問介護