

フルライフ通信



各事業所より皆様へメッセージ

～本社～ 毎日暑い中の活動、本当に有難う御座います。新設した保土ヶ谷事業所も約半年が経過し、6事業所体制になって本社も少し落ち着いてきました。ヘルパーの皆様へ負けぬ様、気を引き締めて皆様の為に頑張ってお参ります！！

～FL横浜～ 日々の活動お疲れ様です。新スタッフと新冷蔵庫？が入りますます個性豊かなメンバーになった横浜です。暑い日々が続いていますが、負けずに頑張ってお参りしましょう！！

～FL川崎～ 皆様の御協力により「フルライフ川崎」はとても良い事業所になってきていると思います。「感謝の気持ちで一杯です。」まだ厳しい残暑が続きますが、体調を崩されることのないようご注意ください。10月より、介護保険制度が少し変わりますので皆で勉強していきましょう。

～FL鶴見～ 地球温暖化のせいでかなり暑い夏をお過ごしと思います。ご利用者様、ヘルパーの皆様、スタッフとも、水分を充分摂取し、熱中症にならないよう気をつけて、余暇を楽しみ、仕事を楽しみ、生活を楽しんでいきましょう。

～FL洋光台～ 先日、汗を拭いながらご利用者様とバスを待つヘルパーさんを見かけました。私も送迎サービス中でしたので声を掛ける事が出来なかったのですが、改めて「頑張らなきゃ！！」と気合を入れ直しました。残暑が続きます…ヘルパーの皆様、体調管理には十分お気をつけ下さい。

～FL本郷台～ 暑い中の活動ご苦労様です。6月より本郷台に平田、岩瀬2名のケアマネジャーが加わりました。宜しくお祈りします。ヘルパーの皆様、夏バテさせぬ様お体にはくれぐれもお気をつけ下さい。

～FL保土ヶ谷～ 残暑厳しい中、ヘルパーの皆様、日々の活動お疲れ様でございます。ご利用者様への声掛けの様に、水分補給、栄養補給、十分な睡眠をとって夏バテを克服しましょう！！日頃、サービスの事で疑問に思うこと、分からないこと等々気軽に声を聞かせて下さい。宜しくお願い致します。

☆ヘルパーさん直撃インタビュー☆



フルライフ鶴見
登録ヘルパー
小川 隆信さん

フルライフで働いているヘルパーさんをご紹介致します。次号は！？あ・な・た！お楽しみに！！今回は平成16年12月から現在までフルライフ鶴見で登録ヘルパーとして働かれ、数少ない男性ヘルパーの中で中心となって頑張っておられる、小川隆信さんにお話を伺わせて頂きました。日々のサービス活動の移動手段は愛用のマウンテンバイク！マウンテンバイクを使えば、鶴見区全域を30分以内で移動できるという、まさに「フルライフ鶴見の特急便」！！心強い方です！！

ヘルパーの仕事を始めたいきっかけは何ですか？
父子家庭になり、仕事と家庭の両立を考えていた時、一日に何度も家に戻れるこの仕事に出会い、始めたのがきっかけです。

ヘルパーの仕事をしていて良かったと思える時はどんな時ですか？
ご利用者様とご家族、そして同僚のヘルパーさんにこの仕事を選んだからこそ出会えた事です。フルライフの良いところってどんな所ですか？

会社全体が明るく、仕事に対するポジティブな雰囲気があり、仕事がしやすい所です。

□ 介護の知恵袋 □



このコーナーは知っている様で知らない介護等の知識についてご紹介致します。今回は食事介助について簡単に紹介致します。



詳しい事等お聞きになりたい場合は、サービス提供責任者までご相談ください。

食事の意味とは？：高齢者にとって、「食べる事」は楽しみの一つであり、また「生きる」ことへつながる大事なものです。体力の回復や褥瘡が出来てしまった場合にも食べて栄養をつけることで、治り方なども違ってきます。

食べやすいような工夫：「食事に茶やお味噌汁等の汁物、水分を必ず置いておく」、「先に口を湿らせてから食べる（飲み込み易くなる）」、「脂っこいものや塩辛いものは取り過ぎない（高血圧や動脈硬化の原因になる）」、「酢の物やゆず等で味付けて味にメリハリをつける」、「とろみなどを付ける（汁物でむせる時など食べ易くなる）」、「海苔巻きなどは海苔がのどにつきやすいので、むせやすくする為、注意する」等工夫をすると良いです。

食器や用具などの工夫：「スプーンやフォークの持ち手をゴムホースなどで太くする、補助具を使う（握力のない方でも握り易くなる）」、「スプーンや箸が使えない時は、おにぎりやパン等手で持って自分でも食べられるようにする」等の工夫をすると良いです。

食べるときの姿勢：食べる時は座位であごをひいて食べる事が出来る様にするとむせることが少なくなります。時間がかかっても出来るだけ自分のペースで食べられる様に介助する。

麻痺がある場合：麻痺のある場合は健側に食べ物を入れるようにする。麻痺側はどうしても動きが悪く、食べ物がたまりやすいです。

食欲がないとき：旬のものや季節のもので、季節感を感じられるようにする、「食器を少しかえてみる」、「本人の好物や食べたいものを作る」等の工夫を試みる。但し、どうしても食べないときは主治医に相談してください。

【参考資料：高齢者福祉のページ あったか はあとHPより】

○ 簡単お料理レシピ ○

簡単に作れておいしい料理を紹介致します。皆様も是非お試しください！！

メニュー：肉じゃが〔一人分〕

材 料：薄切り肉・60g〔豚or牛〕
ジャガイモ・皮付き中1個
タマネギ・1/2個、油・大1/2個

めんつゆ・3倍濃縮タイプ大1/2
酒・大1/2、水・大1/3、七味唐辛子・少々

作 り 方：ジャガイモは洗って濡れたままラップに包みレンジで加熱（煮汁が短時間で浸透）し荒熱が取れたら皮をむく。肉は一口大、タマネギは繊維に直角に1cmで切る。（火の通りが早い）小鍋（14～16cm）に油を熱しタマネギをよく炒め、肉を加え肉の色が変わったら鍋内の材料を加え湯と煮る。水とジャガイモを加えてふたをして3分程煮る。上下を返し、七味唐辛子を振る。出来上がり！



フルライフ横浜
横 佳子

ケアマネジャー・（管理栄養士）





今号では開設して約3年半を迎えたフルライフ鶴見をご紹介します！！開設当初は小さい事務所で、スタッフも少なかった事業所ですが、現在では年々事務所の机の数が増え、スタッフも総勢約60名(社員含む)となり、活気のある事業所となっています。事業所の特徴は、支援費サービスの利用者数がフルライフの中でも特に多く、「障害をお持ちの方々へのサービスはどこにも負けない！」というヘルパーさんが数多くいます。また、開設当初からの現役のヘルパーさんが多く、事業所を力強く引張っています。「ご利用者様一人一人を大切に・・・より良いサービスを」との意気込みで、若い力とベテランがうまく融合され、頑張っております。

皆様、お近くに来られた際には是非お立ち寄り下さい！！

フルライフ鶴見スタッフ



赤城 上野 佐藤 赤藤(左上から)
佐野 鈴木所長 木村(左下から)



フルライフ鶴見

事業所のある鶴見区鶴見中央は駅から徒歩5分程に位置し大変利便性の良い所です。また、石原裕次郎のお墓があることで知られる大本山総持寺にも近く、鶴見川が近くを流れ、都市的な背景と閑静な背景の2つの顔を持つ町です。

【鶴見区】・・・横浜市 of 北東部に位置し、北と東が川崎市、西が神奈川区、北西が港北区に隣接している。区内には、横浜市内唯一の一級河川鶴見川が、北から南に蛇行しながら流れ、東京湾に注いでいる。地形的には北西部の丘陵地、鶴見川流域の低地、臨海部の埋立地の3地域に分けられる。この様に鶴見は“山あり、海あり、川もある”変化に富んだ地形で、気候も一般に温暖であり、自然環境や景観に大変恵まれている。【参考資料：鶴見区HPより】

↓ 大本山総持寺 ↓



～ 石原 裕次郎 の墓 ～



～残暑お見舞い申し上げます～



夏真っ只中、皆様汗だくでの仕事ご苦労様です。日々感謝しております。寝苦しい夜が続くと、色々な事を考えてしまいます。世の中様々な事件や出来事が起きています。大地震の恐怖、自民党の大分裂、読売ジャイアンツの体たらく、騙し騙される事件の多いこと...弊社も「フルライフさん大丈夫？新介護保険制度乗り切れる！？」と聞かれる事があります。

心配御無用、弊社には仕事出来る人材が多い！「仕事」と「処理」の違いを解ってくれている。

仕事：制度・環境を十分理解し、必要情報を自分で集め、自分で加工し、自分で判断して、実行し、結果を残してそれに責任を持つ。
処理：言われた事を言われた方法で短時間に無駄無くこなす。工夫なし、結果責任なし。
(参考資料：生産性新聞)

「仕事」はご利用者様に満足を与え、「処理」は空しさを残す。当然、「仕事」の方が処理よりも社会や会社への貢献度は高くなる。世の中には「処理」すら出来ない人が多いと聞いている。その点「フルライフには仕事出来る社員、ヘルパーさんが多い！」「ウン、確かに多い」「心配ないなあ・・・」「寝るか・・・」今、毎日よく眠れています。ありがとうございます。

代表取締役 植田 昭憲

～お知らせ～お知らせ～お知らせ～お知らせ～お知らせ～

ヘルパー全体研修を開催致します！！

平成17年10月に登録ヘルパーの皆様を対象としたヘルパー全体研修を開催致します。多くの方々のご参加を心より楽しみにしております。〔能力開発部スタッフ一同〕

開催日：平成17年10月11日(火)、20(木)

時間：9:30～15:30

会場：ウィリング横浜
(京急・市営地下鉄上大岡駅徒歩3分) 詳細は別紙をご参照下さい

ガイドヘルパー養成講座を始めます！！

平成17年9月末よりガイドヘルパー養成講座を始めます。まもなく、受講者募集を開始致します！

資格取得をお考えの方は是非、弊社講座をご利用下さい！！

詳細は本社・河端まで

編集 熊猫 後記

今年の夏ももう終わりを遂げようとしていますが、皆様はどんな夏を過ごされましたか!?海や山などへ行き夏を満喫された方、猛暑で「エアコンなしでは生きていけない！」という方など様々だと思います。私は最近まで少し夏バテ気味でしたが、総持寺に行った時、元氣な蝉の鳴き声、風に揺れる木々の音を聞き、夏を感じながら涼む事が出来ました。

残暑が続きますが、皆様くれぐれもお体にはお気をつけ下さい。また、サービス活動中の怪我や事故が最近多発していますのでご注意ください!!

