

友愛

VOL.117

JULY.2019

特集

外国人スタッフも
生き生きと活躍しています

- ふれあい通信
- プロからのアドバイス
- スタッフエッセイ



外国人スタッフも 生き生きと活躍しています



介護福祉士の資格を持ち 日本語も堪能です

外国人の方が働く姿を見ることが、さまざまな職場で普通のことになりました。介護の現場もその例外ではありません。静苑ホームでは、昨年から外国人材を登用しています。

「日本語は通じるの?」「介護の技術はあるの?」という声もあるかもしれませんが、語学と介護福祉の専門学校で学び、介護福祉士の資格を取得した人材を採用していますので、まったく心配はありません。

静苑ホームの外国人スタッフ第1号となったのは、インドネシア出身のブディ・ヤントさん。旭川市の隣町・東川町の日本語学校で1年半、介護福祉の専門学校で2年間勉強しました。昨年4月に入職し、3階のチームの一員として活躍しています。周囲から期待される新人の一人です。

明るいキャラクターで 慕われています

「チームにどう馴染んでもらえるか、言葉や文化の壁があるので」と想像していました。

そう語るのは、3階の介護主任、田中美雪さん。しかし、ブディさんから積極的にコミュニケーションを取り、すぐにチームに溶け込んだそうです。職場ではインドネシアの宗教や文化のレクチャーを受けたり、お祈りのためのスペースを設けたりするなどの準備をしました。

ブディさんは向上心があり、日本語を正確に覚えたいと、今年から業務日誌も書いています。田中さんに難しい漢字の添削を受けながら、書く力も日本人とほぼ同様のレベルに近づいています。話し言葉は外国人と意識しないほど滑らか。明るいキャラクターで笑顔を絶やさず、目の前にいる人にきちんと向き合っており、ご利用者さんからも慕われています。これから増えていく外国人スタッフの採用として、ブディさんとてもありがたい先駆者。今後続く人たちのリーダーになってもえたらと、期待されています。



介護主任
田中 美雪さん

「外国の方は、インドネシアに限らず、さまざまな国から介護士を志し日本にいられています。異文化を受け入れるとともに、彼らが安心して働くことができる準備をしていくことが大切です」と、田中さんは心構えを語ってくれました。

祖母の認知症がきっかけで 介護先進国の日本へ

「私はジャカルタで生産管理の仕事をしていましたが、祖母が認知症になったのをきっかけに介護の勉強を始めました」

そう語る、ブディ・ヤントさん。インドネシアは高齢化社会になっていないため、「介護」という考え方もものがなく、施設もありません。そのため、日本に留学することを決意。外国人に対する支援制度の整った東川町の学校に来ました。



介護福祉士
ブディ・ヤントさん

「友愛福祉会には施設見学で訪れ、明るい雰囲気はひかれました。今は先輩たちから介護のやり方、考え方を一つ一つ教えてもらい、学んでいる日々です。ご利用者さんは一人一人個性があり、最初はどう対応すればいいのか戸惑うこともありました。少しずつ把握できるようになり、今では『その人にふさわしい介護』をするように心掛けています。

友愛福祉会でアパートを借り上げていただき、住み心地もいいですね。プライベートでは職場の仲間と、よく食事に行きます。みんな私の宗教を考え、豚肉やお酒が入っていないメニューを選んでくれます。日本で感じたのは、時間を守る文化と、オン・オフがはっきりしていること。いずれインドネシアも高齢化していくと思いますので、その時は母国に貢献できるようにになりたいと思っています」とブディさんは語ってくれました。

生活リズムにそったケアにむけて

ユニットケアで 落ち着いた 毎日を



3年前に計画が始まった4階のユニット化。去年6月に「なごみ」がスタートし、今春「えがお」も始まりました。各ユニットに食堂とラウンジを設け、少人数で過ごす環境が実現しています。

介護主任の田中恵さんは「認知症の周辺症状があり、周囲の音などに敏感なご利用者さんの場合、これまででは、大人数のフロアでは興奮しやすく、落ち着かず歩かれている方がいましたが、ユニット化でそのような皆さんも過ごしやすいになりました。落ち着いた静かな時間が増え、疲れにくくなる」とも、他の方々との関係やコミュニケーションも良くなっています」と、効果を実感しています。

テーブル拭きや洗い物など、職員の仕事を自発的に手伝ってくださいご利用者さんも増えました。こうした家事などを少しでも担うことが、居心地の良さにつながっています。また、自室とコミュニケーションスペースのどちらで過ごすか、自分で場所を選べることも、落ち着いた暮らしの実現に役立っています。





FUREAI TSUSHIN

ふれあい通信

北海道友愛福祉会とご利用者の皆さんの日々のふれあいを、あふれる笑顔の写真と一緒にご紹介します。

ケアハウスゆうあい



みんなで歌って！ ストレス発散！！ カラオケサークル

ケアハウスゆうあいには防音設備が整った「カラオケルーム」があり、毎日ご利用者さんに開放され、カラオケが好きな方々が集まり楽しんでいます。カラオケは身体的にも精神的にも良い効果がたくさんあり、大きな声で歌うことでストレス発散！！皆さんの健康と若さの秘訣になっています♪

静苑ホーム



年を重ねる、そんな1日を幸せな日に

元気で大きな病気もなく、誕生日を迎えられたことを皆でお祝いし、幸せな日にしたいという思いから、静苑ホームではご利用者さんの誕生日をお祝いしています。職員、ご家族、仲の良いご利用者さんから「おめでとう！」の声。そして「一緒にお祝いができて良かった。また来年もだね」と1年後の約束も交わしました。笑顔があふれ、時には涙もある、ご利用者さんに幸せな1日と感じてもらえる誕生日会を今後も作り上げていきます。

恵明園



月に1回、居酒屋「喜楽亭」

「ただ今より、喜楽亭を開店します。たくさんの方のご来店をお待ちしております」。この放送と同時に、喜楽亭は満席に！「ビール1つ」、「ホットコーヒーお願い」などの声が飛び交い、酒のさかなは、最近のこと、自慢話などさまざま！笑いが絶えない楽しいひと時には注意してくださいね(笑)。

たのしく学ぼう！ 正しい交通ルール☆

今回のこぐまクラブは、信号機のある道路の正しい渡り方を楽しいパネルシアターで学びました。指導員の方のお話を聞いて、「とびださない」「道路であそばない」「横断歩道をわたる」の道路の3つの約束をしっかりと確認した子どもたち！その後の練習では、教えてもらった渡り方をバッチリ☆と上手にできました。保育園でのお散歩はもちろん、お家でも教えてもらった交通ルールを忘れずに、元気いっぱい外遊びを楽しみたいと思います♪



愛保育園

友愛ナーシングホーム



ボランティアさんと 盛大にお祝い♪

毎月の誕生会で江別市高齢者クラブ連合会様から、ご利用者さんに絵手紙のプレゼントを頂いています。また、ボランティア団体様による、お祝いの余興で大盛り上がり！一緒に歌って、踊って、汗をかいて！毎回、全力で余興を披露してくださるボランティアの皆さんに感謝でいっぱいの私たちです。誕生者をお祝いしながら、ご利用者さん、職員共に全員で楽しい時間を過ごしています♪

人生100年時代、いつまでも
元気で過ごすために

人生100年時代といわれています。皆さんは、どのように過ごしていきたいですか? もちろん、元気でいたい!と思うのは、誰しも願っているのではないのでしょうか。

元気で過ごすためのポイント

- 1 食をしっかり食べる
- 2 しっかり食べられるお口の状態でいる
- 3 足腰を丈夫にする

膝や腰の痛みなどから外出がおっくうになり、外出が減り筋力が低下し転倒、骨折などで介護が必要な状態にならないために、筋力をつける運動が大切になります。

江別市が作製したDVD「元氣アップ体操」Eリズムくらぐらくイス編」をご存じですか? DVDを見ながら、取り組める体操です。近所の方や友達、サークルなどで一緒に体操を続けて、元氣アップな生活を送りませんか? DVDは、介護保険課、地域包括支援センターで配布しています。



就任あいさつ
「お互いさま」の精神で地域とより深い関係を



恵明園 施設長
前田 顕

私は北海道友愛福祉会の理念「和顔愛語」にひかれて入職いたしました。以来、26年間、静苑ホームで介護士として務め、仲間たちと「お互いさま」の精神で協力し合ってきました。このたび恵明園の施設長を拝命し、環境が変わった中でも、この気持ちを忘れずに職責を果たしていきたいと存じます。恵明園のご利用者の皆様は、これまで自立した生活をされてきましたが、高齢化などに伴って入所されるなど、さまざまな背景をお持ちです。そうした生活史も配慮しながら、お一人お一人の気持ちに寄り添って、楽しく生活できるように、職員一同、チームワークを大切にしていきたいと思っております。

また、恵明園は当法人の原点であり、豊幌町内会「豊寿会」や豊幌小学校の皆さんと、「カラオケ交歓会」や「施設訪問」などの交流をしております。今後は施設を活用して地域のサポートをしたり、若い人たちにアルバイトや体験などの場を提供し、福祉の理解につなげて、より深い交流ができればと思っております。「お互いさま」の精神で、今後とも施設の充実と発展を目指してまいります。どうぞよろしくお申し込み申し上げます。

新役員
決定!

理事長に中田清、
常務理事には笠羽範夫を再任

役員のリニューアルに伴い、新たな役員が選任されました。なお、中田清が理事長に、笠羽範夫が常務理事に再任されました。

高齢者福祉、児童福祉、医療、保健サービスの拠点として、地域の期待に応えることはもとより、人権を尊重し、充実した生活支援と高品質なサービスの提供を目指し、より一層の機能充実を図っていくうえで今後の法人の役割に期待が高まります。

理事長(再)	中田 清
常務理事(再)	笠羽 範夫
業務執行理事(再)	久田 康由喜
業務執行理事(再)	市川 茂春
理事(再)	原 利明
理事(新)	前田 顕
理事(再)	佐々木 修司
監事(再)	吉田 満
監事(再)	坂倉 二二夫

友愛ナーシングホーム
リハビリスタッフが
教える

椅子に座ったままできる簡単ストレッチ

リハビリ解説
筒井理学療法士



1 足踏み 30回



2 背もたれに押し付ける 5秒*



3 つま先を触る 5秒*



4 左右に体を伸ばす 5秒*



5 左右に体をひねる 5秒*



6 左右に首を傾げる 5秒*



7 前後に首を傾げる 5秒*



8 手首を上下に反らす 5秒*



9 片足を伸ばして、つま先を触る 5秒*



10 背中を丸める 5秒
背筋を伸ばす 5秒*



11 足踏み 30回



12 深呼吸 30秒

*5秒のストレッチは5セットずつやってみよう!



友愛ナーシングホーム リハビリスタッフ

筋肉を伸ばして
動きやすい体をつくりましょう

体を動かすことは良いことだと分かっていても、運動を習慣化することは難しいと感じることが多いと思います。上記の運動は家で座ってできるものばかりなので、気軽にチャレンジしてください。全部やろうとせず1〜2種目だけ選んで継続するのがお勧めです。体を動かすと血流が良くなり疲労も回復しやすく、認知症予防にもなります。筋肉は水分を貯蔵する役割も持っているため、筋肉が増えると脱水症予防にもなりますよ。

栄養士さん完全監修
園児に大人気!
お菓子レシピ
保育園の子どもたちが大好きなお菓子のレシピを紹介します。
レシピ監修 高橋尚子栄養士

[りんごマフィン]

◆材料(4人分)

りんご..... 1/8個
卵..... Sサイズ1個
砂糖..... 大さじ1+小さじ1
油..... 大さじ1+小さじ1
小麦粉..... 大さじ3+小さじ1
ベーキングパウダー..... 小さじ1/4
牛乳..... 大さじ2

◆作り方

- 1 りんごをいちょう切りにする。
- 2 ボールに卵を入れ泡立てる。
- 3 ②に砂糖を加え、もったりとするまで混ぜる。
※「の」の字が書けるようになったらOK。
- 4 ③に油を入れて混ぜる。
- 5 小麦粉の中にベーキングパウダーを入れ、④のボールにふるいながら入れて、ゴムベラで混ぜる。
- 6 りんごを入れて混ぜる。
- 7 牛乳を入れて混ぜる。 ※りんごの水分によって牛乳の量は加減する。
- 8 アルミカップに入れる。
- 9 オーブン180℃で、10〜15分焼いて、出来上がり。

スタッフエッセイ

～STAFF ESSAY～

去年、友人と高校の卒業旅行でディズニーランドに行き、旅行の楽しさを知りました。今年もまた東京に旅行の予定があるので、東京ならではの場所を堪能し、ディズニーランドにもまた行きたいです！それを楽しみに貯金を頑張ります！

友愛ナーシングホーム 佐々木 めい



自己紹介やアンケートなどで必ず聞かれる「趣味は？」という言葉。趣味らしい趣味を持っていないのでいつも答えに困ってしまいます。趣味とまでは言えないのですが、温泉が好きで、仕事が休みになると温泉に行つてリフレッシュしています。江別近郊にもたくさん温泉があるので、いろいろな温泉を巡っていきたくと思っています。

ケアハウスゆうあい 斉藤 匡範



休日のリフレッシュは「宝塚歌劇団」のDVDを観賞することです。清く正しく美しくがモットーの劇団の皆さんのすてきなレビューやお芝居に心を打たれ、男役さんのカッコ良さに癒やされています。大劇場に足を運ぶこともあり、美しいタカラジェンヌさんを見ては、エネルギーもらっています。恵明園の地域交流ホームの大きなスクリーンで、ご利用者の皆さんと観賞会ができたらいいな♪と考えています。

恵明園 片山 直子



平成30年2月に初孫が生まれました。「オギャー」と産声を上げたかと思ったら早くも1年以上が過ぎ、今では一人でしっかり歩くようになり、子どもの成長の早さに日々驚きと感動がたくさんあります。私も体力をつけて、運動会で孫と一緒に走れるおばあちゃんではないかと思っています。

野幌第一地域包括支援センター 鈴木 あゆみ



スポーツ大好きです！中でも中学から始めたバスケットボールが得意です！専門学校生のときには北海道選抜として大会に出場し、全国3位になったこともあります！
保育園でも体を動かして子どもたちと毎日楽しんでいます。これからは運動を通じて子どもたちの成長する過程を見守っていきたくです。

愛保育園 楢坂 治希



中学1年生の頃、誕生日にギターを買ってもらい、うれしくて毎日ご飯を食べるのも寝るのも忘れて一日中弾いていた♪「いつか絶対ライブがしたい！」そんな夢を持ちながら社会人になり、今年の2月ついに夢をかなえることができた★初めてのライブは緊張したが楽しい思い出となった。「音を楽しむ」音楽の良さをこれからもたくさんの人に伝えられるよう、歌い続けていきます♪

静苑ホーム デイサービスセンター友愛野幌 百井 陽太



社会福祉法人 北海道友愛福祉会 <http://www.yuaifukushi.net>

介護老人福祉施設・特別養護老人ホーム
短期入所生活介護
静苑ホーム

〒069-0806 江別市新栄台46番地の10
TEL (011) 389-4165 FAX (011) 389-4166

友愛野幌

TEL (011) 391-3540 FAX (011) 389-4170

- 通所介護 ●訪問介護
- 居宅介護支援・在宅介護支援センター
- 福祉移送サービス

児童福祉施設
愛保育園

〒069-0812 江別市幸町8番地の9
TEL (011) 384-0330 FAX (011) 382-6587

江別盲人養護老人ホーム・
特定施設入居者生活介護・短期入所生活介護
恵明園

〒067-0027 江別市豊幌美咲町23番地の8
TEL (011) 383-3351 FAX (011) 383-3598

友愛江別

- 通所介護

江別市受託事業
野幌第一地域包括支援センター

〒069-0801 江別市中央町31番地の6
TEL (011) 381-2940 FAX (011) 381-2941
●介護予防支援

軽費老人ホーム
ケアハウスゆうあい

〒069-0806 江別市新栄台46番地の12
TEL (011) 382-1123 FAX (011) 382-1022

介護老人保健施設・短期入所療養介護
通所リハビリテーション・居宅介護支援
友愛ナーシングホーム

〒069-0806 江別市新栄台46番地の12
TEL (011) 382-1110 FAX (011) 382-1022

認知症対応型共同生活介護
グループホームゆうあい

〒067-0027 江別市豊幌美咲町23番地の14
TEL (011) 383-3378 FAX (011) 383-3356