



手書きで作成、印刷も院内で。手作り感満載の創刊号です

芸西病院の広報誌である「芸西病院だより」が、今回200号発行を迎えることができました。これもひとえにお読みいただいている皆様方のご支援とご指導の賜物と感謝しております。

200号の発行ということで、今回、過去の病院だよりを創刊号から見る機会を得ることが出来ました。1980年4月に発行された創刊号は、企画室・相談室の紹介やOB会・家族懇談会のお知らせ、また病院行事の案内が記事となっていました。手書きで作られていたことを知り、ある種懐かしさを覚えました。今ではパソコンやスマートフォン

オンなどの普及により、手書きの印刷物を見る機会はめっきり少なくなりましたが、手書き文字の親しみやすさ、温かみを感じることが出来ました。その後、第8号よりB5サイズの白黒印刷となり、第30号よりカラー印刷がスタート、2000年5月発行の106号から紙面がA4サイズに変更され、現在の形式に引き継がれることとなりました。

過去の記事を見直す中で印象深かった記事がいくつもありました。その中で、第45号には芸西病院のシンボルマークについての記事が載っていました。マーク決定にあたっては、当時の院長の発案で広く内外に公募することとなり、元芸西中学校の美術の先生のデザインに決定されたことでした。このようなエピソードの他にも、これまで知らなかったことを知ること



白熱の運動会！南駐車場がグラウンドの頃

が出来ました。「昔、藤戸せつ先生は金曜日と土曜日の外来をしていた」「大学病院のあの先輩医師も芸西病院で勤務されたことがある」など過去のエピソードですが、私にとっては新しい発見がいっぱいでした。他にも私事ですが、現在の病院南駐車場で行われていた納涼祭や運動会の写真を見て、幼少期に父に連れられて参加させていただいたのを思い出して懐かしむことが出来ました。当院に着任された医師の巻頭言や病院行事の報告を

「芸西病院だより」はご利用される患者様やご家族の方々、そして地域のみなさまや他の医療機関と芸西病院とを結ぶ「コミュニケーション」の場となる事を目指して制作し発行しています。芸西病院やリゾートヒルやわらぎ等の関連施設を広くご理解いただくため、院内の情報や身近な出来事など、できるだけ多様な情報をわかりやすく、親しみやすい内容で提供していきたいと考えています。今後ともどうぞよろしくお願致します。



1987年頃、敷地内には噴水のある中庭がありました



発行所  
安芸郡芸西村  
芸西病院  
TEL0887 (33) 3833

発行責任者  
岩村 久  
http://okura-kai.com/  
geisei/



納涼祭も患者さんと一緒に作り、楽しみました。

外来診察担当医

令和2年4月1日～

	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内科	山崎(第1)	岩崎(第3)	八木	清藤(第1・3)	山崎	八木	大西(第1)	山崎	山崎	山崎	麻生	休診
	八木(第2・4・5)	八木(第2・4・5)	八木(第2・4・5)	八木(第2・4・5)	八木(第2・4・5)	八木(第2・4・5)	八木(第2・4・5)	八木(第2・4・5)	八木(第2・4・5)	八木(第2・4・5)	八木(第2・4・5)	八木(第2・4・5)
精神科	野瀬	岩村	岩村	岩村	藤戸良輔	野瀬	三宅	三宅	三宅	船楳	交代制(第1・3～5)	休診
	野瀬	岩村	岩村	岩村	藤戸良輔	野瀬	三宅	三宅	三宅	船楳	村上(第2)	休診

芸西病院



# 「芸西病院だより」紀行 — 200号分を振り返って —

芸西病院だより編集委員会 委員長 診療放射線技師 廣地 禄代



開設同時の芸西病院

芸西病院  
だよりが始  
まったのは  
今からおよ  
うど40年前  
の昭和55年  
4月。藤戸  
せつ先生の  
精神科医療  
への大きな  
志のもと、

美しい海の見えるこの丘で診  
療をスタートした、その翌年  
のこと。

「芸西病院だよりが始まった  
理由?…その当時の看護部  
長がアナタちよつと書いてみ  
なさいって。書いたらお小遣  
いあげるわって、ウフフフ」  
「へえー、それで書いたんです  
かーで、お小遣いも?」  
「買った!それも看護部長の  
ポケットマネーで」  
何とものんびりした時代であ  
る。記念すべき第1号の編集  
執筆者は今も現役師長として  
勤務中。取材と称して詰所に  
出向くと、師長は18歳当時そ  
のままの乙女のような笑みを  
浮かべつつ、溢れるような勢  
いでその頃の話を話してく

れた。

精神科医療への偏見がまだ  
まだ強かった当時「ここにこ  
んな病院があることを知って  
ほしい。患者さんはスポーツ  
や作業療法に取り組んだりし  
て日々を過ごす。そんな院内  
での、当たり前前毎日“を、  
なかなか会いに来られないご  
家族や地域の皆さんに伝えたい”  
そんな看護部長の強い思  
いはまるっとした手書き文字  
とイラストでやわらかく彩ら  
れ、学校通信のような趣きで  
届けられ始めた。

紐解いていくと、運動場  
のソフトボールの様子や「カ  
ウンセリングって何?」と会  
話形式で綴ったもの、はたま  
たレクリエーション療法と称  
し患者さんのみならず職員総



運動会の仮装行列

出で仮装して楽しむ様子を

「当院の女性は男性を女装さ  
せるのが好きらしく、必ず珍  
妙でギョッとする麗人が出沒  
する。かくして替では芸能病  
院と噂されているらしい…」  
と苦笑する当時の院長のボヤ  
キまで掲載されている。「そ  
んなの!院長にも他の先生達  
にもこじやんとやっつき」と  
師長は笑い飛ばした。



病院の田んぼでの稲刈り

まだ珍しかった開放病棟な  
ど色々手探りの中で、患者  
さんに良いと思うことはどん  
どんやるうという勢いは院内  
だけにとどまらない。

幼き藤戸良輔少年も楽しん  
だという納涼祭や運動会をは  
じめ文化祭、村民会館でのフ  
リスマス会、稲の世話、ひと



面河溪谷へキャンプ

夏に5回  
も行った  
キャンプ  
バレー、  
お料理、  
書道、俳  
句…時間  
は賑やかに  
加速し  
ていく。

「大丸に出かけて大好物の大  
丸焼を買いたい」という患者  
さんの夢を叶える為に奔走  
し、当日、大丸焼を大きく頬  
張った患者さんが本当に嬉し  
そうな笑顔を浮かべた瞬間の  
感動を綴ったものや、医師を  
はじめ栄養士や診療放射線技  
師による時事ネタを挟んだの  
専門コラム、村の保健師さん  
より寄稿された芸西村がん検  
診の様子など、紙面には様々  
な記事が躍った。



嬉しそうな表情を手描きイラストで

「私達は患者さんのお母さん  
にも兄弟にも、学校の先生に  
もなった。その思い出がここ  
に全部ある。スゴイね。今じ

や色々難しくても何でもかんで  
もは出来にくくなったけど、  
こうやって経験した精神科看  
護の楽しさや面白さを若い人  
達に伝えていきたい。今も毎  
日一生懸命よ!

セピア色に変わった芸西病  
院だよりの紙面を愛おしげに  
何度もながめながら、師長はい  
つもの師長の顔に戻り、自ら  
の言葉に頷いた。  
芸西病院だよりの編集作業  
は職員が1年ごとの持ち回り  
で行っている。メ切迫り「ヤ  
バイ!」と焦るのもいつもの  
ことだ。そんなバタバタを繰  
り返しながらも手書きの頃と  
同じように患者さんや利用者  
さん、そして職員の「当たり  
前の毎日」を詰め込んで今後  
も発行していく。院内の日々  
を患者さんの御家族や地域の  
皆さんにお伝える、日常に  
寄り添った芸西病院だよりで  
ありたいと願いながら。



バックナンバーはファイル3冊に



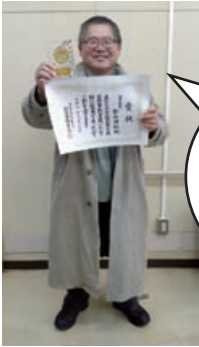
# 精神科デイケアの芸術あれこれ

## 第32回 国際架橋書展

公認心理師 石丸 茂偉

少し時は遡りますが、令和元年12月11日(水)〜12月23日(月)の期間、国立新美術館(東京都港区)にて展示された標記の書道展において、利用者の影山博和さんが福祉部門にて見事『理事長賞』を受賞されました。出展タイトルは『命』。『出会いの数だけ別れもある』という風に思っていたけど、母が亡くなったことや自分も年齢が高くなってきて、一人の命の代わりは中々埋め尽くせれないことを実感してきたから」と、以前影山さんがこの字に対する想いを話されましたが、その後、熱心に書き続け、その姿をいつも近くで見えてきた私も、今一回一緒に喜ぶ機会に巡り合え、とても嬉しかったです。

①結果の返事が来たか職員さんに何回も聞いたくらい待ちわびた賞で、(受賞の知らせを聞いて)驚きと嬉しさでいっぱいだった。



チャンスを再び手にする日を夢見て、これからも一日一日書道を頑張っていきたいと思います。



②お金に余裕があれば(東京で開催される)授賞式、懇親パーティにも出席し、数々の名作を書いた書家の方達と知り合えるチャンスと思っていたので残念でした。

と、後日率直な感想も聞かせていただきました。本当におめでとうございました。

令和2年1月末、県立美術館にて開催された第23回スピリットアート展(高知県障害者美術展)に出展した共同作品の部で昨年に続き見事入選しました。今年の立体作品は、松ぼっくりをモチーフに花かごを作りました。自然豊かな芸西の松林に落ちている松ぼっくりをメンバーさんと職員とで拾いに行き、消毒等の処理をしました。絵具は4色(赤・青・黄・白)を混ぜ合わせ、それぞれが色々な色を作り塗りました。一つ一つが他にはない美しい色です。花かごの大部分は新聞紙や広告を編んで仕上げています。デイケアでの作品作りは、それぞれが得意とする作業を分業する事が多く、作品が出来上がる頃には職人の様に作品作りをしているメンバーさんもいます。創作活動を通して作業しながらコミュニケーションをとる事で普段の会話ではなかなか出てこない話題について

## 第23回 スピリットアート展

看護師 志磨村 透江

会話がはずんだりすることも多いです。それぞれのメンバーさんの新たな能力を発見することも多くあります。創作活動を通して他者から認められ自信を持ち次のステップに繋がるのではないかと私は思っています。デイケアでは、メンバーさんと一緒に職員も作品作りに関わります。職員の役割は、それぞれのメンバーさんの能力を引き出せる作業を見つけ、提案する事です。他にも限られた物(予算)や時間・環境でいかに人を惹きつける作品を作るかをメンバーさんと試行錯誤しながら考えていくことも共同作品を作る醍醐味だと感じています。職員もメンバーさんの作品作りを楽しんでいます。



受賞作品「平和につなぐ花かご」です。

松ぼっくりに絵具で色付けしていく制作過程の一場面です。





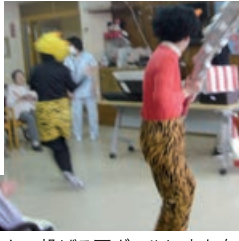
# 季節の行事 節分&ひなまつり

2B病棟看護師長 堀田 典子

2月。立春を前に行われる節分の豆まき。新しい年を迎える厄払いの行事ですが、皆様はどのようにされましたか？2B病棟では『鬼』の登場と共に豆に仕立てた手作りのボールで『豆まき』を行いました。



患者さんたちのパワーに鬼達は負けてしまいました。厄除け効果抜群です。



患者さんの投げる豆ボールに立ち向かっていく鬼たちですが、

「豆まきのかけ声はやっぱり「鬼は外！福は内！」。老いも若きも童心に戻って「鬼は外！福は内！」。ある方は優しく控えめに、ある方は元気に力強く、鬼をめがけて「鬼は外！福は内！」。鬼に扮した職員は、豆が当たっても当たっても粘り強く駆け回り：ついに退散。短い時間でした。

3月はひなまつり。『鬼』かと思えば今度はお内裏様とお雛様。役者のレパートリーには事欠かない当病棟の年中行事です。ひし餅や白酒はありませんでしたが、担当者が用意してくれたのは選りすぐりのプリン・アラ・モード。おいしいごちそうに皆さんまたまた笑顔でいっぱいになりました。



今年はお内裏様とお雛様もマスク姿です。

が皆さんの笑顔や笑い声が病棟いっぱいに広がりました。

入院生活は、ややもすると単調になりがちですが、行事を通して季節感を味わい、入院されている方も職員もみんなが楽しく交流できる時間をこれからも大切にしたいと思っています。

去る2月23日に、田野町総合文化施設ふれあいセンターにて、第33回高知県理学療法学会が開催されました。本学会のテーマは「ジェネラリストとスペシャリスト〜キャリアデザインを考える〜」でした。ジェネラリストとは、分野を限定しない広範囲な知識・技術・経験を持った人のことを指し、スペシャリストとは、特定の分野に深い知識や優れた技術をもった人を意味します。患者さんに対し、リハビリテーションを行うセラピストとして、前者であるべきか、後者であるべきかといった議論は他の学会や、講演会でよく目にします。「そのとき理学療法士はこう考える〜事例で学ぶ臨床プロセスの導きかた〜」という書籍には、ジェネラリストを基盤としたスペシャリストとして成長することこそが重要である」と記載されています。もちろん一人に考えがあり、答えがなかなか見つからない難しい問題だと感じます。この文章を読んでくださっている皆様



は、もし自分自身が、もしくは大切な人がリハビリテーションを受けるのであれば、どのようなセラピストのリハビリテーションを受けたいと思いますか。私は学生時代から「良いセラピスト」の定義を考え続けています。その定義付けはまだ完了されていませんが、今思うことは、大切な人に対して、自信を持って自分自身のリハビリテーションを提供できる人だと考えています。最後に私事ではありますが、発表させていただいた演題が学会長賞に選出され、表彰式にも参加させていただきました。今後も初心を忘れず、「良いセラピスト」とはなにかを考え続け、研鑽を積んでいこうと思います。

# 第33回高知県理学療法学会に参加して

訪問看護ステーションげいせい 理学療法士 山中 遼平

は、もし自分自身が、もしくは大切な人がリハビリテーションを受けるのであれば、どのようなセラピストのリハビリテーションを受けたいと思いますか。私は学生時代から「良いセラピスト」の定義を考え続けています。その定義付けはまだ完了されていませんが、今思うことは、大切な人に対して、自信を持って自分自身のリハビリテーションを提供できる人だと考えています。最後に私事ではありますが、発表させていただいた演題が学会長賞に選出され、表彰式にも参加させていただきました。今後も初心を忘れず、「良いセラピスト」とはなにかを考え続け、研鑽を積んでいこうと思います。

看護師 准看護師 介護福祉士 ヘルパー2級



☆院内研修が充実しており、未経験の方も歓迎です。  
☆24時間院内保育もあり、子育てしながら勤務可能。  
☆勤務は2交代制で、働きやすい環境が整っています。  
☆高齢者ケア、精神科看護、地域保健福祉に関心のある意欲的な方、応募をお待ちしています。

現場栄養士 調理師 調理員 急募 !!

料理に興味のある方、未経験者の方も大歓迎 !!



みずき祭延期のお知らせ

5月24日(日)に開催を予定していましたが、新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため延期といたします。開催時期につきましては流行情況を見ながらの判断とさせていただきます。



### 『足達賢祐が選ぶ2020年 龍馬マラソンエイド食べ物ランキング』

リハビリテーション部 作業療法士主任 足達 賢祐

2020年2月16日に第8回龍馬マラソンが雨天の中開催され、私は3回目の参加となりました。今回私がお伝えしたいのは、マラソンの大切なオアシスともいえるエイドステーション（以下エイド）についてです。エイドとは主にマラソン大会に設置されている給水・給食施設のことです。完走を目指すランナーを後押しする形で水やスポーツドリンク、おにぎりやバナナなどを支給するもので当龍馬マラソンでは15か所設置されておりました。

今回、『足達賢祐が選ぶ2020年龍馬マラソンエイド食べ物ランキング』と題しまして独占と偏見で1〜3位を決定したいと思います。まずは第3位「十市のちくきゅう（15.1km地点）」です。これはちくわの塩気ときゅうりのみずみずしさで疲労感がかなりやわらぎました。続いて第2位「仁淀かつおめしおにぎり（32.2km地点）」です。このおにぎりを食べたいという、後半のモチベーションになる一品だと思えます。最後に第

1位「蒸しパンとコーラ（37.9km地点）」です。とにかくマラソン中のコーラは最高です！また甘くておいしい蒸しパンと相性は抜群で残りの距離を走り切る大きな力となりました。以上ランキングをお伝えしましたが、何より疲労感と足の痛みの戦いの中、完走できた一番の力は雨にもかわらずエイドの対応をされていたスタッフの皆さまの笑顔と心遣いです。感謝しかありません、本当にありがとうございます。



### リレーエッセイ No.61 「私と花粉症と焼酎」

訪問看護ステーションげいせい 作業療法士主任 森 恒太

今年も悩みの季節がやって来ました。皆さんは花粉症をお持ちでしょうか？私はもう30年の付き合い合いです。離れられない腐れ縁となっていますが、毎年「今年が多い」との情報で、本当にお別れしたいです。また今年に関しては新型コロナウイルス対策とやらで薬局にマスクがない！状況。花粉症コーナーに少し残してもらいたいものです。

花粉症症状もいくつかありますが、私はほぼ最強のフル装備となっています。息ができなくなる程の連発のクシャミ、猛烈な目のかゆみと悲しくないので出てくる涙、呼ばなくても勝手に出てくる鼻水と逆の鼻つまり、鼻がつまると耳も聞こえにくい等々。共感される方、もう少しだけ耐え忍びましょう。

そういえば10年くらい前、通院リハビリにいられている方に鼻づまりの対処法を教えてくださいました。鼻がスッキリするそうなんです。しかし、焼酎は買いませんが10年経ってもまだ試せていません。だって全部呑んじゃうもん……ごめんさい。



第1回 「春の一冊」 天璋院篤姫

1階内科病棟 看護師 角谷 由美子

『天璋院篤姫』上・下巻 著者・宮尾登美子 発行：2007年（1984年刊行の新装版）、講談社

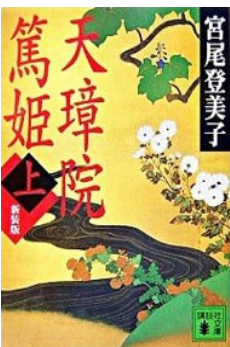
景子さんが演じた篤姫の印象が残っている方もいらっしゃるかもしれません。

こんには！本好きが高じて本の紹介コーナーを担当させていただきました。楽しくお付き合いいただけると幸いです。本を読むことの魅力は、自分とは違う人間の人生を追体験できることではないでしょうか。平凡な毎日に刺激が欲しい時や、日常の悩みから少し距離を置きたい時などにもお勧めです。本を開く前よりも気持ち軽くなっているかもしれません。

今回ご紹介するのは、2008年度大河ドラマの原作となった作品です。作者は高知市出身の直木賞作家、宮尾登美子さん。実は当法人の元理事、佐藤いづみ先生は宮尾さんの高等女学校時代の国語教師だったそうです。卒業後もずっと親しくご交流をされていた縁があります。

「天璋院篤姫」と聞いて、皆さまはどのようなイメージをお持ちでしょうか？公家から武家に嫁いだ皇女和宮のお姑さんの印象が強いかもしれません。また大河ドラマ「西郷どん」で北川

この作品は歴史だけでなく、主人公篤姫の生き方や考え方に学ぶものも多いと思います。篤姫を取り巻く幾島や滝山らの人柄や力量も並々ならぬものがあり、賢くたくましい女性の生き様に勇気をもたらせる一冊です。



# やわらぎ通信

リゾートビルやわらぎ  
運営理念  
その人らしさを尊重し  
人と人とのつながりを大切に  
明日につなげるケアをめざす

## 「持ち上げない・抱え上げない・引きずらない」 ノーリフティングケア」

施設長 中本 雅彦

「ノーリフティングケア」ご利用者やご家族の皆様には、聞きなれない言葉かもしれません。高知県内の介護現場では全国に先駆けて「持ち上げない、抱え上げない、引きずらない」がモットーの「ノーリフティングケア」が浸透しています。日本ノーリフト協会高知支部の下元佳子氏が旗振り役となり、高知県行政や関係諸団等々の多くの賛同を得、ノーリフトケアをする人づくりから始まり拡がり、現在は高知発信で全国に普及しているといっても過言ではありません。芸西周辺ではウエルプラザ洋寿荘さんが先駆的に取り組まれ、安芸圏域ではリーダー的な役割を担っています。

ノーリフトケアとは、高齢虚弱となり足腰の筋力が低下した方や、更には要介護高齢者など、椅子からの立ち上がりや車いすからベッドへ移乗することが一人では不十分な方などの介護において、リフトや様々な福祉機器・介護用品を適切に使い、介護を提供する側、介護を利用する側の双方の負担が軽くなるケアの方法です。職員の腰痛予防、そしてご利用者の安全で安心した快適な移動・移乗を実現することができます。

高齢者を「どっこいしょ」と抱え上げたり、両手を引っ張り起こしたり、前から横から抱え上げたり、ベッド上で引きずったり等、まさしく気合と力で「どっこいしょー よっこいしょー！ せいーのー！」をしないケアを目指します。またこうした従来の力任せな中腰姿勢のケアは、私たちの気づかぬうちに、「腰痛」「ご利用者の心身の負担・不利益」につながりかねません。

当施設やわらぎでは、平成二十六年度より、「やわらぎ腰痛予防対策委員会」が主となり委員会活動や施設内外での研修を重ね、高知県の補助金等を活用しながら、ノーリフトケアに必要な「人とも・技術と機器」の体制整備と実践に取り組んできました。現在も毎月の委員会にて施設内ケア全体の実践検証を繰り返し日々のケアをチェックしています。

導入しての効果は絶大！今やご利用者・職員にとってはなくてはならない技術と機器、職員とご利用者・ご家族をつなぐ要の一つとなりました。地域包括ケアの視点では、老若疾病障がい問わず、ご家族による在宅ケアも含め、ケアを必要とするすべての人の安心安全自立生活につながると信じています。興味のある方はお気軽に職員にお尋ねください。実際にご覧いただき体験もしていただけます。四月を迎え、新たな職員がやわらぎへやってまいります。職員一人ひとりが「持ち上げない、抱え上げない、引きずらない」ノーリフトケアを習得し、令和一年度も高知県の補助金を活用しながら、職員の体に優しく、ご利用者が安心安全にサービスを利用できる体制強化に取り組んで参ります。



すすすすグローブ



横滑りして楽々移動



ゆっくり安心リフト



## 第19回 認知症を考える会に参加して

介護士長 吉川 和寿

令和2年2月9日(日)に香川県ユープラザうたづで開催された、第19回認知症を考える会に中本施設長・野町看護師長と共に参加させて頂きました。研修主催の香川県三豊市立西香川病院は、認知症疾患医療センターも担う病院であり、専門職への認知症ケアに対する研修の開催や、認知症について地域住民の方々への啓蒙活動など幅広く熱心に取り組んでおり、チャンスがあれば参加させて頂きたいと以前から思っていました。

研修は、認知症になっても本人が希望を持って前向きに生きられる社会を作ろうというテーマが掲げられ、いろんな分野の方々が認知症ケアについて講演があったり、午後からの分科会でグループワークを行ったりして学ぶことが出来ました。そんな中でも湘南いなほクリニック院長で横浜市立大学医学部臨床准教授でもある内門大丈先生による基調講演が特に印象に残りました。内門先生は、認知症の人を地域でどのようにサポートするべきか、認知症になっても地域住民であることに変わりはない、地域の人と人が世代や資源も分野も越えて繋がる共生の社会の構築が大事であり、そうなることで認知症になったとしても地域で暮らすことが可能になる。また、そういった社会実現の為に、認知症の啓発活動を医療・福祉の専門職が行うべきであり、それも我々の仕事と考えなくてはならない。と仰っていました。

数年前から「地域共生」という言葉をよく目にするようになりました。この言葉は様々な分野で言われている言葉ですが、認知症ケアに携わる専門職の中でも耳慣れた言葉になってきています。認知症の人もそうでない人も一つの地域で共に生きていくという意味が込められています。わたしはこの「地域共生」という言葉が好きです。認知症になっても住み慣れた地域で暮らしていける優しい社会を実現することが今後非常に大事になってくると考えています。社会と言えば大きいですが、町や村単位の自治体での社会という意味です。専門職の一人として地域との繋がりについて考える機会を頂いた研修になりました。

## 令和元年度高知県介護老人保健施設協議会東部ブロック研修会

「コミュニケーション力向上研修」

2019年11月24日に参加して

介護福祉士 西岡 薫

コミュニケーションは、人と人との信頼関係を築き、人生全般を豊かにするための大切なものであり、私たち介護職がサービスを提供する上で欠かせない技術の一つでもあります。研修会では、「人・みらい研修所」代表の筒井典子先生の講義を受けました。

サービスとは、どんなお客様に対しても「一律の価値」を提供することであり、これからの時代、サービスの目指すところはホスピタリティの追及にあります。ホスピタリティとは、思いやりやおもてなしなどお客様に喜んでいただく為の心です。そのためには、お客様をよく見て、同じ目線で、お客様の望むことに気づく力が必要だそうです。ある空港のレストランの事例として、妻を亡くされた男性が一人でテーブルに妻の写真置き食事をされていました。その様子を見た入社まもない若い女性スタッフが、2人分の食器をそっと用意してくれたことにいたく感動されたという新聞への投稿記事の話がありました。高い接客技術ではなく、新人スタッフのマニュアルにはない相手を思う気持ちがそういった接客につながったのではないかと感じました。

アンガーマネジメントについても話がありました。怒りをコントロールするには、まず怒りに気づく事、原因を理解する事、対処できるやり方を実践する事です。相手を責めるのではなく、自分も相手も理解し尊重したうえで、「私」を主語にして言葉を作り、建設的で肯定的な言葉を使うことがポイントとなります。一方的でなく前向きな意図を伝えることが大事です。

一方で怒ることが成長の機会になるというメリットも生まれます。失敗することで人は学び成長し、そして感謝に目を向けていくことで人生は豊かになっていきます。

「人生は喜ばせ「こた」という漫画家のやなせたかしさんの言葉があります。やなせさんは、人はなるべく楽しく暮らした方がいい、その楽しさの最大のもは他の人を喜ばせることだと言われています。私のこれからの業務の中にも活かしていきたいです。

### 令和元年度 楽々介護教室 支援相談員 山本彩加

今年度も芸西村村民会館にて楽々介護教室が開催されました。第1回は緒方管理栄養士による「食事の大切さ」しっかり食べて病気と介護予防〜、第2回は吉川介護士長による「認知症の方の接し方」介護のコツを学びましょう〜、第3回は野町看護師長による「排泄ケアのポイント」家族で！自宅でも！できる「コツ」を学びましょう〜の講演がありました。

私は、第1回に司会として参加しましたが、ほぼ毎年司会をしているおかげか、あまり緊張することなく務めることができました。ここでは第1回についてお伝えしていきたいと思えます。講演では、体の変化についてや自宅で簡単にできる筋力強化運動、フレイル(虚弱)やサルコペニア(筋力、筋肉量の低下)の予防などについての話がありました。□から食べる

と多くの身体機能を使うので、全身によい影響を与え、食べる喜びは生きる意欲につながるそうです。バランスよく食事をとるために『さあにぎやかにいただく』という言葉で、「さ…さかな、あ…あぶら、に…にく、ぎ…ぎゆうにゆう、や…やさい、か…かいそう、い…いも、た…たまご、だ…だいでず、く…くだもの」という覚え方があるそうです。これらのうち1日7項目をバランスよく摂取することがフレイルの予防になるといふことなので、ぜひ参考にしてみてくださいと思います。

毎回たくさんの方々に参加していただき、参加された皆様の感想の中から「自宅での困りごとなど、いろいろなことを教えていただいています。今後も地域の方々と交流を大切に、より一層研鑽していきたいと思えます。



### 令和2年2月8日 ふくし就職フェアに参加して 2階介護主任心得 田中淳一

令和2年2月8日に高知市文化プラザかるぼーとで開催された「ふくし就職フェア」に参加してきました。就職フェアのブースには70事業所の参加があり、関係者の方でいっぱいでした。「きつと、沢山の就職希望者の来所があるに違いない」と期待を膨らませ、ワクワクと緊張感、舌が回るように発声練習、そしてパンフレットを握りしめブースで待ちわびていました。今年例年よりフェアへの来所者が少なく大変残念でしたが、私たちのブースは6名の方に来所いただけました。

就職フェアを振り返ってみると、例年の半分以下の来所だったことから、やはり介護現場の人材不足を伺い知れるような気持ちになりました。いかに福祉の仕事に興味を持ってくれるか？また長くながく介護現場で働いてくれる人材をどう確保するか？などを検討するとともに、次回の就職フェアには大勢の方の来所を期待しつつ、仲間となる人材をゲットしたいと思います。

