

なないろ

nanaïro

なないろの喜びと笑顔を
みなさまにお届けします。

秋

vol.5



今号の1枚

ショートステイ虹の郷 栄養士 工藤由希さんのお子さん。(4面でも紹介)

ケンカもするけど本当は仲良し3人組！今年の冬には新しい家族も増え、ますますにぎやかになる予定です。

ママさんたちの座談会

本部 総務担当
司会進行



中村さん

障害者相談支援専門員
2児の母



萱森さん

介護福祉士
1児の母



齋藤さん

介護福祉士
3児の母



千代谷さん

介護福祉士
新婚



滝本さん

介護福祉士
妊娠中で育休検討中



須藤さん

事務委員会では働きやすい職場作りをめざし、さまざまな企画を進めています。今回は育児休業の感想交流のため、ママさん・ママさん予備軍による座談会を開催しました。その模様をダイジェスト版でお届けします。

産休・育休取得について



どのように相談しましたか？

妊娠が分かって、すぐに職場の管理者に報告しました。2人目の時は、管理件数が70件あったことや、その管理には資格等が必要で、引き継ぎには有資格の職員が別の職場から異動しなくてはならないので、とても緊張という不安の中で管理者に相談した覚えがあります。



妊娠が分かったのは月末の休日でしたが、翌月は夜勤を予定していたので、変更可能かその日に管理者に報告・相談しました。安定期に入った辺りからは、申し訳なから色々な仕事をこなしていたら、体調が悪くなって早めに産休に入る事となったので、引き継ぎができませんでした。無理はしない方がいいと反省しました。



1人目の時は違う法人の職場で妊娠し、夜勤もしていたので体が辛くなり、職場に迷惑をかけないよう退職しました。2人目

の時は産休はとらず、3人目の時は、急に妊娠が発覚し所長も驚かされていたのですが「おめでたい事だから」と仰って下さった事が印象に残っています。職場に復帰してからも、勤務時間前後の30分に育児時間を頂けたのが凄く助かりました。



育児休業を取得して良かった事、良くなかった事は？

自分の体が産後の状態から完全に良くなってから復帰できたのは良かったです。困った事はお金のことですね。前年度の税金は掛かるし、育児手当は2ヶ月毎に1ヶ月の給料の6割位なので、貯金を崩しながら乗り切りました。



良かった事は家事の時間を十分に持てたことと、子供に3回食を定着させてから保育園に預けることが出来たことです。他にも外出をしたり、色々な人に会ったり、ヨガに通ってリフレッシュもできました。反面私もお金には困りました。産休の時には6割分、育休になる

とその半分の手当は頂けませんが、子供の物には結構お金がかかるので、復帰してからも辛いかもしれません。



育休は3人目の時に1ヶ月程しかなかったのですが、もう少し取りたかったのですが、保育園から空きがなくなってしまうと言われ、復帰を早めました。保育料も高いので、休みなく働かないという気持ちもありました。子供が3人いるので、家族や親族の協力はいつも助けになっています。



少子化なのにどうして保育園に入れないんだろうって思います。



そうですね！



育児休業の期間は自分の希望で決められるのですか？



はい。現在1年以内(※)であれば大丈夫です。



保育園の事はすぐ気にしていたので参考になりました。10月に出産予定なので、今日

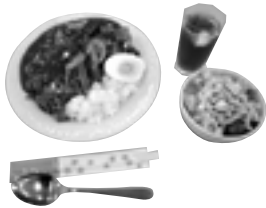
の話をご参考にこれから育休期間を考えたと思います。

(※)育児・介護休業法改正により、2017年10月1日より、延長が可能となります。



[ビストロ Hakko]

びすとろ はっこう



支援センターでは月に2回、利用者様・ボランティア様と一緒に「ビストロ Hakko」としてお料理をしています。

7月は大人気の夏野菜カレーを作りました。これまでには、かつ丼・焼きそば・ちゃんこ鍋・パウンドケーキ・いちご大福・パンプキンパイ等も作りました。年末恒例の忘年会ではケーキを4種類作った事も。(一番人気は抹茶味!) つゆ焼きそばなどのご当地メニューも取り入れたりしながら、皆でワイワイ楽しんでいます。

地域活動支援センター八甲
生活支援員/塩谷 聡子



夏のイベントでは職員の即興でスコップ三味線披露!

事業所紹介 ヘルパーステーション はるかぜ

当事業所は訪問介護事業所です。利用者様のお宅へ訪問しサービスを提供しています。

私達は利用者の皆さんの立場に立ち、声に耳を傾け、やすらぎと希望の中で在宅生活が送れるよう、日々奮闘しています。

開設から11年目を迎え、現在職員数は総勢63名。20歳から70歳代まで幅広い年代の職員が在籍しており、アットホームな雰囲気当事業所の強みです。人生経験豊富なベテランのスタッフ達には仕事だけでなく日々色々な場面で助けられ感謝しています。この強みを利用者様へのサービスに繋げ、信頼される事業所となるよう努力して参ります。

ヘルパーステーションはるかぜ 所長/村瀬 達也

ユマニチュードの講演に参加

フランス生まれの優しい認知症ケアの方法「ユマニチュード」を日本に伝える第一人者、本田美和子医師による講演をお聞きし、何とも言えない心地良さを覚えました。

「見る」「話す」「触れる」「立つ」というコミュニケーションの4つの柱を基本にし、「同じ目線の高さで」「20cmほどの近距離で親しみを込めた視線を送り」「たえず話しかけ」「常にポジティブな言葉を加え」、ケアをする時「今からお口を綺麗にしますね、お口を開きます、さっぱりしますよー」などとゆつくりと声かけをします。心の通ったケアはまるで魔法のように患者様ご本人の自立を促します。

ユマニチュードの技術はご本人の心を開く効果だけでなく、介護をする側の心も落ち着き、さらにご本人に優しくできる効果を発揮することが分かりました。これからも仲間と学び合い、技術を身に付けながら切磋琢磨していこうと思えました。

居宅介護支援事業所野いちご
介護支援専門員/小濱 良子

妹が大好きな
お姉ちゃん♪

へが顔の子ども

EGAONO KODOMO

3人とも何気にお
お楽しみしています。



「よ〜い、ドン!」の掛け声で走ってきます。妹はズルをして途中でUターン(笑)「勝った〜と、とても嬉しそう♪毎回負けたフリしてくれるお姉ちゃん。

笑顔の子どもたちに毎日癒されています。

デイサービス虹のひろば新城 介護職員/若木 綾

長男はさすがの寅年、狙った獲物は逃がしません。次男は何を考えているかわからない不思議肉食。長女は三人の中でも一番強く、しっかり肉食。

強くたくましく育ててほしい珍獣でした。

デイサービス虹のひろば 介護福祉士/千代谷 芙美枝

メタボ解消
頑張ります!



食べすぎます...

no.4 職員休憩室。

食べることが大好きです。特に気に入った物ができると、それを食べないと落ち着かなくなります。どうしたらそれを食べられるか、今度いつ食べられるか、ぐるぐる考えを巡らせてしまいます。

物心がついて最初にはまったものは「雪見だいふく」というアイスクリーム。お小遣い全てを費やしても満足出来ず、お手伝いしたり、買い物に一緒に行ったりしてねだったものです。どれほど食べたか分かりませんが、あれから30年以上経った今でも商品名を聞くだけで胸焼け

がします。性格は直らず、その後も「はまっては飽きて」を繰り返しています。青森で買ったお土産のおやき(10個)を弘前に着く前に食べてしまったり、つけ麺にはまって1ヶ月の半分以上通いつめたり...我ながら呆れてしまいます。

40歳も半ばを過ぎて、天罰が下ってしまいました。健診で医師からこってりしぼられました。メタボ解消は夢のまた夢ですが、子どもの行く末も見たいので健康には気を付けたいと思います。

ショートステイ虹の郷 事務長/佐藤 真人

●ご意見・ご要望をお待ちしております。

この機関誌に関する、ご意見・ご要望、読者様の俳句・川柳・その他ご趣味などがございましたら、ぜひ下記までお寄せ下さい。



なないろ vol.5 2017年9月発行(次回発行予定 2017年11月) 発行部数/1,000枚 発行責任者/山崎繁喜

発行元/社会福祉法人「虹」 〒030-0131 青森県青森市問屋町1丁目15-10 TEL 017(738) 1133 <http://nijiweb.net/>

配布先/社会福祉法人 虹 本部・デイサービス虹のひろば・デイサービス虹のひろば新城・ショートステイ虹の郷・ヘルパーステーションはるかぜ
・居宅介護支援事業所 野いちご・地域活動支援センター八甲・自立訓練所 ほのぼの寮・グループホームあおぞら