

おれんじの屋根

施設長より

『ikigai (生きがい)』

NHKのBS1に、日本にいる外国人が見た日本の文化や習俗などをフリートークする「Cool Japan」という番組があります。「なるほど、外国の人からはこういうふうに見えるのか。」と毎回、驚いたり感心させられたりします。

先日は、「世界を変えた日本の大発明」というテーマで、ベスト10には家庭用ゲーム機やカメラ付き携帯などが入っていましたが、4位になんと、「生きがい」が入っていました。アメリカ人研究者が、沖縄の長寿の理由の1つとして「ikigai」(生きがい)を取り上げた著書を出し、欧米でも広く知られる概念になったとのこと、
「生きがい」に当たる言葉は外国にはないそうです。説明では、①好きなこと、②得意なこと、③社会から必要とされること、④収入が得られることの4つの輪が全部交叉したところが「生きがい」とされていました。

私も、教員時代から、こういった生きがいややりがいを持って仕事をしたいと思ってやってきて、今も、少しでも喜びを持って毎日仕事ができればいいなと思っています。

仕事はそんな甘いものではないし、仕事だからと割り切らなければならぬことも、もちろんたくさんあるでしょう。ですが、こと障がいのある人と関わる仕事は、やはり生きがいややりがいを大切にしたいし、それが大いに感じられる仕事だと考えています。

今月はじめ、新型コロナウイルス感染拡大で延期されていた育成会職員の全体研修会を開催しました。資質向上と育成会職員としての意識を高め、所属を超えた一体感を持つことを願って年1回行っているもので、研修を通して、会の理念や目標を共有し、利用者さんや障がいのある人とその保護者・ご家族の方々の幸福の実現を共にめざすうえでの共通理解を深めたところです。研修会の講師の方々の熱のこもったお話からも、職員は、前述の生きがいややりがいを感じ取ることができたのではないかとうれしく思っています。

午後のグループワークでは、「私たちが考える育成会のビジョン・将来像、中長期計画」というテーマでディスカッションを行いました。

育成会では、現在、ビジョン・中長期計画を1年かけて策定しているところで、そのビジョン・中長期計画(案)の柱の一つには、「働きやすい・働きがいのある職場環境づくり」を盛り込んでいます。規模の小さな法人ですが、障がいのある人とその保護者・ご家族の方々の幸福の実現をめざす会だからこそ、その仲間であり同志でもある職員の人たちの待遇を向上させ、障がいのある人たちと関わる仕事に、生きがいややりがいを持って存分に力が発揮できるよう、もっともっと「働きやすい・働きがいのある職場環境づくり」を進めなければならないと考えているところです。



お墓

ゆうゆう会会長の瀬上です。いつも皆様にはご協力いただき感謝申し上げます。

お墓を建て替えようと展示場へ見に行きました。思ったほど高くないので喜びましたが、何となく応対に不安を感じたのでそこはやめて、新聞広告にあったお店を探して行きました。ここでは最初から石の説明からはじまりました。墓石で一番大事なのは吸水率。安い石は水を吸ってカビが生えるとのこと。値段の違いは石材の質と量だと教えてくれました。良心的なお店だったのですぐ注文しました。

実はこのお墓は2度不運な目に遭いました。1回目は平成28年の熊本地震。幸い耐震構造で無事でしたが、周りは倒れて無残な状況でした。2回目はいたずらです。深夜にいくつも倒されニュースになりましたが、これも耐震用心棒のお陰で割られずに済みました運の良いお墓です。

おいせ

※熊本におけるコロナ禍の状況が不安定ですので、年内の家族会の会合は控えます。
来年、会場使用が可能になってから再開したいと思います。皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

令和2年度 職員全体研修会

令和2年11月7日(土)、今年で第4回目となる熊本市手をつなぐ育成会職員全体研修会がしょうぶの里にて行われました。

当初は8月の予定でしたが、新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い延期され、今回の開催となりました。

前々任"めいとく・アール"施設長の松村忠彦氏の「障害のある人に関する職員に一番伝えたいこと」の講演、その後、前熊本市発達障がい者支援

センターみなお所長の幅 孝行氏の「自閉症者の行動の理解と支援」の講義を受けました。

午後からはグループに分かれ、育成会のビジョン、将来像等々についてのグループワークをし、今年入職した3人のニューフェースたちがそれぞれのグループの報告をしました。

みんなの前で緊張するなあ...
ドキッ!ドキッ!



松村忠彦氏



幅 孝行氏



コロナ禍の中、講演、講義をしていただきました両氏に感謝申し上げます。

うれしいお知らせ
第1弾!

松下高徳さん

おめでとうございます!

第6回 Art to You!

東北障がい者芸術全国公募展で
「厚生労働大臣賞」を受賞

いつもニコニコと穏やかな笑顔の松下さんが、黙々と釘を打ちつけて出来上がった作品の幾重にも折り重なって打ち込まれた作品には驚きと感動を覚えます。

作品は↓でもご覧になれます。

<https://www.art2you.org/kouboten/2020/>



給食室より

☆11月のイベントメニュー☆

- 11月 5日 リクエストメニュー(昼)
サツマイモごはん 香巻き
キャロットラペ 赤だし
- 11月 12日 リクエストメニュー(昼)
ちゃんぽん たこ焼き ねりごま和え
杏仁豆腐
- 11月 20日 誕生会(おやつ)
ケーキ

《ノロウイルス感染症》

しょうぶの里の給食室はただ今ノロウイルス対策強化月間です。

ノロウイルスは...

- アルコール消毒剤や熱に対する抵抗力がある。
- 感染力が非常に強い。
- 一度かかっても何度も感染する。

などの特徴を持っています。

もしも感染したときは脱水症状に注意が必要です。感染者の汚物にはノロウイルスが大量に含まれている可能性があるので、

- すばやく適切に処理する。
- 乾燥させない。
- 消毒する。

などのポイントを抑えることも重要です。

管理栄養士 厚地(旧姓 米村)

医務室より

頭痛について



頭痛には「群発頭痛」「緊張型頭痛」「片頭痛」などの種類があります。

「群発頭痛」とは激しい頭痛に襲われることがあり、20代~40代の男性に多く発症します。群発とは1ヶ所に集中的に痛みが発生することがあります。

「緊張型頭痛」は頭を締めつけられるような痛みが特徴的であり、プレッシャーやストレスを感じたときに発症します。

「片頭痛」は女性に多く発症し、左右の頭のどちらかが脈を打つような痛みを感じるのが特徴的です。季節の変わり目などの気圧の変化による頭痛は対処することが難しいですが、生活習慣の改善をすることで頭痛が起らないようにすることができます。

また血管を収縮させる効果のあるカフェインを含むコーヒーなどを飲むのもいいでしょう。逆に控えたほうがいいものとして、赤ワインやチョコレートにはヒスタミンやチラミンが含まれており、頭痛の要因と考えられています。生活リズムを整え、十分な睡眠をとることも大切です。

しかし、あまり症状が改善されないときは稀に脳腫瘍などの病気が隠れている場合がありますので、専門医を受診されることをお勧めします。



看護師 齊藤

《12月の行事予定》

- ☆ 1日(火) 訪問リハビリ
- ☆ 2日(水) 誕生会
- ☆ 3日(木) 訪問歯科
- ☆ 7日(月) 職員会議 給食委員会
- ☆ 8日(火) 訪問リハビリ
- ☆ 9日(水) 出前講座
- ☆ 10日(木) 訪問歯科
- ☆ 15日(火) 高野病院往診診療
- ☆ 17日(木) 訪問歯科
- ☆ 18日(金) 747526忘年会
- ☆ 21日(月) 人権研修会
- ☆ 22日(火) 訪問リハビリ
- ☆ 24日(木) 訪問歯科
- ☆ 28日(月) 仕事納め

※予定ですので変更になることがあります。
ご了承ください。



うれしいお知らせ
第2弾!

入籍しました♡

うれしいお知らせです。
いつもしょうぶの里の食事の管理している(旧姓)米村管理栄養士が11月11日に入籍しました。
新しい姓は「厚地(あつち)」さんです。
これからもよろしくお願ひします。

～編集後記～

先日、久しぶりに阿蘇方面にドライブに行きました。天気も良くこの時期にしては暖かく、絶好の行楽日和でした。紅葉もやることながら、見渡す限りのススキが夕日に照らされる光景は感動すら覚えました。

新型コロナウイルス感染症も落ち着きそうかなと思えばまた感染者数が増えたりと一喜一憂する状況です。

今からの時期はインフルエンザも多くなり始めます。より一層の感染予防対策で今冬を乗り切りましょう!

～～第43号～～

令和2年11月25日発行
発行元 しょうぶの里
熊本市西区小島9丁目14-58
Tel (096) 311-4588

