

明日に

ASU ni EMI wo

笑みを

Nº.01 2020.09
TAKE FREE

医療機関から、在宅支援の看護師となり早五年、ある季節になると、毎年思い出すことがあります。

その方は私が訪問すると、「待ってっただよ」といつも明るい声と満面の笑顔で出迎えてくれて、たくさんのお話を聞かせてくれました。

「春」はお庭のハナミズキを眺めていつもの男気話、「夏」はテレビに向かって甲子園の球児たちの応援、「秋」は萩の木を眺めながら一緒に紅葉を楽しみ、「冬」は年に一度のご家族全員でのドライブの話。

寝たきりの日々で、お腹が張って強く痛んだり、痰が多くて息が苦しくなることもありましたが、ただ、あなたはどんなに苦しいときでも、いつも冗談を言ってお私を笑わせてくれましたね。



苦痛を伴うケアをおこなう日もありましたが、またその笑顔が見たくて、その冗談が聞きたくて、一緒に笑いあえる時間を私も大切に過ごしました。

ときは経ち、訪問する機会は失われましたが、その方と過ごした二年間で、看護師としての私の在り方はとても大きく変わりました。

今でもハナミズキの季節になると、「その気持ちを忘れないようにね」と、語りかけてくれているような気がします。

まるであの頃のような明るい声で――



本音でクロストーク

CROSS
TALK

第一回「クレド」

CREDD

「あなたの目標を3カ月以内に、一緒に達成します」
 「自然に身体を動かしたくなる空間作りをします」
 「熊本で一番の接遇でおもてなしします」

スマイレ光の森・イントラリーダーの瀬上さんと
 スマイレ大津・主任の中園さんに3つのクレドに
 ついて訊いてみました。

目標を3カ月以内に達成

CREDD
01

瀬上…これはご利用者のやりたいことを
 全員でサポートすることであり、スマイレが
 提供できる最大の価値だと思っています。

中園…そうですね。その人らしい生き方を
 ご利用者ができるように情報共有を意識
 していますね。

瀬上…セラピスト、インストラクター、相
 談員がそれぞれ違う立場や目線からご利用
 者のことを考え、どうやったら目標達成
 のお手伝いができるか話し合いながら動い
 ています。ご利用者から目標達成の報告を
 受けた時は最高に嬉しくて、思わずインカ
 ムで共有してしまうこともあります(笑)。

「クレド(credo)」とは、
 いつもスマイレの職員全員が
 心がけている行動指針のこと。

入職後の最初のオリエンテーションでも
 話し合う、とても重要な指針です。
 一度決めたらそれで終わりではなく、
 事業所の役割や時代の変化に合わせて
 意味を考え直す機会も設けています。

Smile



フィットネスインストラクター
 瀬上 恵梨



理学療法士
 中園 健太

自然に身体を

動かしたくなる空間作り

CREDD
02

中園…スマイレは運動サービスが中心なの
 でこれは特に強く意識しています。マシン
 の配置やスタジオ中のパフォーマンス、BG
 Mの選曲など、いまよりもっと良いものが
 届けられないかと日々模索しています。

瀬上…私たちインストラクターはグルー
 プレッスンの際に、空間全体が楽しい雰囲気
 になるように心がけています。

熊本で一番の接遇

CREDD
03

瀬上…定期的に接遇勉強会、時には外部か
 ら接遇マナー講師を呼んでスキルアップを
 図っています。私たちより年長者の方と接
 するので、上から目線だったり、慣れ慣れし
 くなり過ぎないように心がけています。

中園…ただ、礼儀正しさの中にも
 「ご利用者と打ち解けたら」「リラッ
 クスしてほしい」という思いがあ
 ります。素の状態が出てしまってもあ
 りますがそれは「愛敬」ということで(笑)。

瀬上…とにかく、接遇では熊本で一番の
 デイサービスだと聞いていただければいいが、
 私たちの目標ですね。

smile's
CREDD
talk!!

管理者希望で入職して、わずか半年で施設長に任命された有田さんにインタビュー。

— 管理職のどういうところがやりがいを感じていますか？

ご利用者や地域で困っている方々から感謝されることはもちろんですが、スタッフの生き生きと働く姿を見るとやりがいを感じますね。病院勤務時代は自分一人だけで患者様を良くしようとしたか考えていませんでしたが、今はスタッフと連携することで一人ではできなかったことまでできるのは強いですね。学生時代にバスケットをしていたこともあり、チーム全員で仕事をする楽しさを感じています。リーダーとしてはまだ未熟ですが、うまくチームで仕事が回ったときに喜びがあり、やりがいを感じています。

— 管理者になって良かったことはなんですか？

中国に研修にいかせてもらったことです。今まで見たことのない海外の医療・介護事情を学べて非常に有意義な時間でした。しかも会社のお金ですから(笑)。それと若い管理者ということもあり、友人や親族から「若いのにすごいね」「頑張ってるんだね」とたくさん褒めてもらったことも嬉しかったです。

— 逆にうらかったことは？

今まで医療分野で働いてきたので介護保険の制度や地域リハをゼロから勉強するのが大変でした。管理職の仕事も同時に



覚えなければならなかったのがかなり苦労しました。ですが、今までの人生でいちばんの成長を実感しています。

— 今後の目標は何ですか？

地域の高齢者にもっと元気になっていただきたいです。とくに今は新型コロナウイルス対策で外出を自粛されている方が増えて、自宅での転倒や慢性疾患の増悪による入院も増えていきます。そういった方々を増やさないためにもスマイレの存在を多くの方に知ってもらえるように積極的に啓発活動を行っていきたいと考えています。

あるご利用者の奮闘記

あの日、
あのとき、
あの場所で。

若い頃には自衛隊で激しい訓練も経験したK様。しかし、脳卒中を患われた後は病院以外の用事で外出する機会はなくなっていました。

スマイレご利用開始！

よく家の中で転んでいたK様は一念発起。奥さまに迷惑を掛けまいと『ひとり転ばず歩く』を目標にリハビリを開始。最初は杖を使って歩く練習や段差を登る練習から取り组まれました。

3ヶ月経過

この頃になると歩行が安定し、徐々に自宅で転ぶことが少なくなってきました。努力を続けるK様の様子に友人などの周囲の目も変わってきたのも

ちようどこの頃。自信がついてきたK様はより難易度の高い

『歩いて買い物に出かける』という目標に向けて再スタート。

6ヶ月経過

「自衛隊の訓練に比べれば簡単だよ」と笑うK様。ウォーキングマシンやバランストレーニングなど、難易度の高いトレーニングにも果敢に挑戦し、実際の買い物場面を想定した不整地や長時間の歩行練習にも取り組み始めました。

12ヶ月経過

リハビリ開始から約1年が経ったある日、ご家族と一緒にスーパーまで買い物に出かけられました。「やればできる」と力強く語る顔には自衛隊時代の面影が……。次なる目標は『映画館で好きな映画を観ること』。次々と難易度の高い目標に挑み続けるK様から、いつもスタッフの方が元気と勇気を頂いているのかもしれない。



ウォーキングマシン

歩行の持久力向上に効果的。一定時間歩き続けるため、リハビリでは難易度の高い種目に位置づけられる。



バランストレーニング

長時間の歩行に不可欠な体幹を鍛えるトレーニング。スマイレ利用者でも安定してできる方は少ない。



訪問看護ステーション
スピットの作業療法士、
岡田さんにクローズアップ!



— キャリアのスタートは? —

最初は病院に就職し、さまざまな病棟研修を経て通所リハに配属されました。1年目で在宅に携わり通所リハでの考え方やケアマネージャー、ご家族との関わり方・協力の大切さなど貴重な経験ができました。

— なぜ訪問リハに転職を? —

「もっとご利用者に近い環境での支援をおこないたい」と思うようになったのがきっかけです。同法人の訪問リハへの異動も可能だったので、病院の環境から離れて、より地域に密着した訪問看護ステーションの方が自分のやりたい支援に近いと考えました。

— 訪問リハの仕事内容は? —

主にご自宅や入居施設での活動動作訓練や機能訓練、セルフ

トレーニング指導といった内容で介入をおこなっています。時には家族や施設職員への助言もおこないます。また、訪問看護ステーションということもあり

り看護スタッフとの連携が重要です。ご利用者の状態など必要性によっては一緒に訪問介入をおこなうこともあります。以前の通所リハと比べて、生活場面により近い環境で個人個人の特性に応じた生活支援することができるところに楽しさを感じています。

— 仕事で心掛けていることは? —

ご自宅でのADLの再獲得やQOLの向上を主に考え、ご本人様のみならずご家族とのコミュニケーションや情報共有を大切に介入するよう心がけています。

小さなことから大きなことまで形はさまざまですが、ご利用者の生活に何か変化をもたらせた時に最高にやりがいを感じます。

— 今の職場の雰囲気は? —

女性スタッフが多いため、仕事だけではなくプライベートな相談もしやすく、お子さんがいる家庭でも働きやすい環境だと思います。また、スタッフ同士でも気軽に話せて、雰囲気明るい職場なので毎日楽しく働いています。

pick up!



STAFF COLUMN

今月のスタッフコラム

HOME SWEET HOME
今回のテーマ

「おうち時間」

遊び時間は無限大!

元タインドア派なので、おうち時間は得意です。我が家では子どもたちが家でも飽きずに過ごせるようにジャンブルジムやダンボールハウスなどの遊具で遊び場を充実させました。ベランダにはプールも広げ、夏らしい空間も作りました。ついでにベランダのお掃除もしちゃうので二石二鳥です!せっかくなら思いつきり遊んでもらいたいので防音のためのジョイントマットも追加で購入しました。



文・写真 山邊 莉奈

家族で楽しむ時間を

おうち時間ではアロマオイルを使って手指消毒用のアルコールスプレーやマスク用スプレーを作っています。これまでは自分ひとりで手早く作っていましたが、子どもたちとゆったりと色々なものを作るのは楽しく、ストレス解消になっています。キャンプや野球観戦には行けなくなりましたが、庭でバーベキューをしたり、テレビで一緒に野球観戦をしたり、形は変われど、家族で楽しむ時間を持つことができています。



文・写真 安部 文

明日話せる
良い加減な

新

ハナシ

今回の
テーマ

前向きな気持ちは
アレルギーを改善する

論

文検索の合間で個人的に興味深いと感じた最新論文や研究成果に対して、私見をかなり多めに交えながら解説していくコーナーです。

今回は山梨大学の研究成果である「前向きな気持ちはアレルギーを改善する」をご紹介します。サブタイトルは「脳内ドーパミン報酬系の活性化はアレルギー反応を抑制する」——（むむむ、かなり難しめの専門用語で書いてありますね、）

この研究内容、私なりに理解した中身をもっとごく簡単かつ大雑把に説明すると、「マウスに遺伝子

変更やら投薬やら甘いもの（！）を使用して脳内をハッピーな状態にしておくというの（！）というもの。遺伝子変更や投薬はわかりませんが、甘いものでハッピーになるのはヒト（女子）もマウスも変わらないんだなあとしみじみしたり、世界「ハッピーなマウスとも言えるディズニーランドの」あの

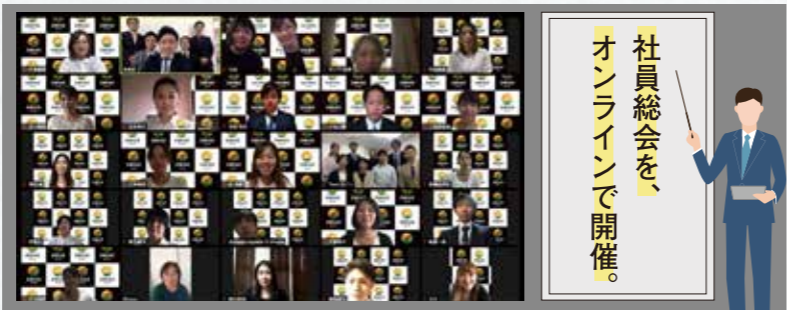
マウスは花粉症やアトピー性皮膚炎とは無縁なんだろうなと妄想が膨らむ研究でした。

それはさておき、この研究がさらに発展して確かなものとして認められれば、病院でお薬を処方されるほかにも「常に前向きでいてくださいね」なんて言葉をお医者さんから言われる未来が来るかもしれませんね。

了
Hello!

書いた人 馬場 大輔

訪問看護ステーションspito-スピット-所長。仕事ぶりはいたってマジメ(本人談)。ディズニー映画「アラジン」の作中歌『アラビアン・ナイト』を歌わせるとかなりのモノらしい。好きなスイーツはアップルパイ。



社員総会を、オンラインで開催。

会

社や事業所のビジョン、ミッションに引き合う社員総会。例年は5月に全員で会場に集まり開催するところですが、世の中の情勢を考慮して、今年は7月にオンラインでの開催となりました。

オンラインの良い点は、自宅など場所を選ばずに参加ができる点。産休・育休中のスタッフが子供を見ながらでも参加できるというメリットもあります。

いざ、総会当日

初めてのオンライン総会ということで不安もありましたが、大半のスタッフが自宅参加とは思えないほどの一体感で総会を進めることができました。会社や事業所の目標達成や自分自身の成長に向けて今やるべきことを再認識する素晴らしい時間となりました。

最後はお揃いのバーチャル背景で記念撮影。いつもとは一味違う総会でした。新型コロナの流行を踏まえ、開催中止も考えましたが、こんなときだからこそ、より一層印象に残る社員総会となりました。

Zoom+コメントアプリの活用

01.恒例の社内評価優秀賞・永年勤続者などの表彰をおこないました。 02.模範となる行動の実績のあった選抜メンバーによる「プレゼンテーション」。 03.「スポットライトビデオ(一人だけを表示)」と「ギャラリービュー(全員の顔を表示)」を切り替えながら開催しました。タイミングよく進行させるために担当者はTVディレクターばりに大忙し(汗)。



01

02

03