

宇部幸楽苑広報紙

幸 楽 苑 だ よ り



8 月号

発行元：介護老人保健施設 宇部幸楽苑
 発行日：令和6年 8月1日
 TEL 0836-51-3113 FAX 0836-51-5522

明るく優しく

敬意をもつて

宇部幸楽苑 介護主任

金山 徹郎

オムツ交換なんて「むしろ楽しいくらいだぜ」介護の仕事の「本当にしんどいところ」とは…職員のリアルな告白が話題 介護職の本当の大変さを知っていますか？という見出しで、介護職の実際の「大変さ」がSNS上で以前大きな注目を集めました。この内容がとも興味深いもので紹介します。

「友人の友人に、介護してます」と言ったとき、『大変ですよ』と聞かれたから、『逆に何が大変だと思います？』と聞いてみたら、『爺さんや婆さんのオムツ替えたり、抱えたりするところ』って言われて、やっぱり何も分かってないなって思った。介護の仕事のしんどいところとはそこではなく、転倒させてはいけないプレッシャーや、暴言、暴力のある利用者様の対応なんだよなあ。ニュースのせいで、介護職が虐待しまくってるイメージがあるけれど。その100倍くらい叩かれたり、罵られている職員がいることを忘れちゃいけない。オムツ

なんてむしろ楽しいくらいだぜ」という内容のエピソードです。

どんな仕事も表面的なイメージと実際の内容は異なるもので、今回紹介した「友人の友人」はおそらく介護職に興味はなく、介助作業以上に大変なことがあるなど想像もつかなかったのでしょうか。排他介助など世間から見えている部分は介護職員にとってはなんてことのない日常であり、転倒予防、利用者様からの暴力、暴言など世間が知らない部分こそが本当に辛い部分なので、そのギャップは大きいと感じています。

やはり、介護の仕事そのものと言うよりは、人手不足や低賃金など劣悪な環境にもかかわらず、高い質を求められたり、それができないことが原因で責められ、悩んだり苦しんでいる人が本当に多いということ。そんな現実の中で自分の責務を全うしようと努力している人たちが全く注目されないことが悲しいし、もどかしいと常々感じています。

高齢化が著しい日本において介護職は極めて重要な職種と言えます。待遇の改善はもちろん、世間の理解やリスペクトが深まることを期待したいです。

《基本理念》

私たちはサービス提供者として、常に、地域社会における入所者様・ご家族並びに利用者の立場に立って考え、最善の行動を致します。

《運営方針》

- 1.常に笑顔で誠意のある対応を心掛けます。
- 2.説明と同意の実践に努め、納得いただける施設サービスを実施致します。
- 3.人権を尊重し、入所者様・ご家族と共に職員が一丸となって自立生活の支援を致します。
- 4.個人の尊厳とプライバシーの保護に努めます。
- 5.疾病や障害の予防と適切な施設サービスを提供致します。
- 6.地域社会と連携して質の高い施設となるよう努力し、職員は日々研鑽に努めます。

『勉強会を行いました』

7月24日にボディメカニクスの勉強会を行いました。ボディメカニクスとは、「body身体」と「mechanics機械学」の造語で、人間が動作するとき骨や筋肉、関節が相互にどのように作用するかといった力学的関係を活用し、余分な力を使わず、無理のない姿勢かつ安全に介護することができるのが、ボディメカニクスです。これらを活用し、腰痛の軽減・予防をしていきたいと思えます。



『夏バテ対策してますか？』

八月に入り酷暑が続いておりますが皆様、如何お過ごしでしょうか？

茹だる様な暑さにうんざりし、『夏バテ』になってはいませんか？今日は『夏バテ』対策についてお話ししたいと思います。

暑さ対策のための冷房は勿論大切ですが、室内外の温度差が激しいと自律神経の乱れを生み出し体力が低下したり、食欲不振などの不調を感じ、これがいわゆる『夏バテ』の兆候になります。この『夏バテ』の対処法として環境省が推奨する冷房温度を28度に設定しての睡眠法があります。

あとは食事療法として生姜や大葉といった香辛料の活用はオススメで、要はカレーのような香辛料を使った料理は食欲を増進してくれるので『夏バテ』防止料理にピッタリです！今夜は夏野菜たっぷりでもいつもより少し辛めのカレーなんていかがでしょうか？



『徒然なるままに・・・』

介護福祉士 小川 七重

いつのまにか苑で最年長になってしまいました。老体に鞭打って利用者様、職員の皆様にも励まして頂きながらの今日があります。

何ら取り得のない私ですが、唯一好きな事が園芸です。鑑賞する事も育てる事も大好きで娘達に遠出して植物園に連れて行ってもらうたり、一人でもあっちこっちに出かけます。

我が家には春チューリップから始まりバラ、牡丹、あじさい、朝顔、ひまわりと一年中お花が咲き誇っています。

今はゆりのカサブランカが立派に綺麗に咲いてくれました。お花は綺麗ですが、お世話は大変です。

水やり草取り消毒と休日は時間を忘れてやってしまいます。そんな私を主人は「もうやめたら？」といつも心配してくれます。

そんな私の為、苑でも園芸係をやらせていただいております。お花を見ると、どの利用者も笑顔で「きれいねえ」と喜んで下さいます。

その笑顔はとても嬉しく又頑張ろうと思える毎日です。

