



# ムストホフ志木だよ

～ 愛 と 感 謝 と 奉 仕 ～



## 『一年が過ぎて』



特別養護老人ホーム ブロン  
介護職員 H・N

初めまして。今月号の表紙を担当する特養ブロン・介護職員のH・Nと申します。

入職してから早くも一年が経ちました。入職したばかりの頃は分からないことだらけで、一つずつ先輩方に教えてもらいました。それでも上手くいかないことや失敗することも多くありました。最初は「早く仕事を覚えなければいけない」と焦り、その焦りが失敗の原因になっていると考えられるようになり、段々と「焦っても仕方がない、時間をかけて覚えていこう」と意識が変わっていきました。意識が変わったことで失敗したり焦ることも少なくなっていき、介助も他の業務も、少しずつですが滞りなく行えるようになったと思います。

仕事に慣れてきたことで心に余裕ができ、他のことにも気を配れるようになっていきました。入職して半年ほど経ち、居室担当の業務に本格的に携わるようになると、ご利用者に対する意識だけでなく、居室にある物品や衣類の確認など、色々なことに目が向くようになってきたと思います。また、ご家族との電話対応にも慣れていきました。

はじめて夜勤に入ることになった時、やはり少し不安がありましたが、これまでと同じように「焦っても仕方がない」と自分に言い聞かせ、日中の時間に行っている業務と共通することも多かったので、焦らずに一つずつ覚えていくようにしました。

この一年を通して「焦ったり、急いだりすると失敗をし、余計に時間が掛かってしまう」ということを学びました。焦らずに落ち着いて行うことで、ご利用者に対して丁寧な介助と声かけを意識することの方が大切であり、また、落ち着いて行なうことこそが一番の近道なのだと気づきました。

また、この一年で気づいたことは他にもあります。それは「いつも仕事のことを考えていると気が滅入ってしまい、疲れもたまってしまう」ということです。休日はしっかり休み、気分転換をした方がストレスもたまりにくくなるのだと感じました。私の趣味はゲームをすることなので、休日は自宅でゲームをしたり、友人とどこかへ遊びに行ったりすることで、ストレスを発散しています。

しっかり働くためにもしっかり休むことを意識して、これからも頑張っていきたいと思えます。

## 【5月のご様子】

5月に入りブロン周辺の新緑も美しさが増すとともに、最高気温が25℃を超える日も増えてきました。5月8日(日)の母の日には、女性の皆様に花束と職員からのメッセージカードを贈らせていただきました。また22日(日)の誕生会では、5月生まれの方々をお祝いいたしました。皆様の笑顔がとても印象的で、私達職員も元気を頂きました。まだまだ寒暖の差が激しい日が続いておりますので、皆様の体調管理には引き続き万全を尽くしてまいります。

介護職員：T・I 記

### 《 母の日 》



『母の日の記念でパチリ📷』



『大好評だったイチゴのロールケーキ』



『お花をいただきました☺』

### 《 誕生会 》

## 特別養護老人ホームブロン6月の予定

■ 父の日 19日(日) ■ 誕生会 26日(日) ■ 理美容 6日(月)・13日(月)

## 厨房だより

### 「非常食」を用意する時のポイント

大きな地震や大規模な自然災害が頻発し、人々の防災意識が高まっている中、日頃から備蓄品や避難用具などを用意されている方も多いかと思えます。今回は「非常食」を用意する時のポイントについて、いくつかご紹介させていただきます。

#### 【 お湯、水を使わないもの 】

お湯を使わなければ食べられない非常食はなるべく避けましょう。また、非常時には水を確保することが難しい場合もあるため、水分も一緒に摂れるような非常食が望ましいでしょう。



#### 【 栄養やカロリーを考えて用意する 】

非常食といえば、ご飯やパン等をまず思い浮かべますが、野菜や甘い物などを備えておくことも大切です。



#### 【 ゴミが少ないもの 】

震災時、カップラーメンのスープが大量に出て困った、という話がありました。また、魚の缶詰などは食べた後に異臭を放つこともあるので、きれいに食べ切れて、ゴミの処分に手間のかからない物が理想的です。

栄養課：K・I 記

## ケアハウスリヒト

### 【5月のご様子】

リヒトでは5月中旬よりご家族との面会を再開しています。面会には一部制限がありますが、お互いの元気な姿を見せていただければと思っています。面会の際は事前にいらっしゃる日時をお電話にてお知らせください。

5月5日(祝)には皆様が健康でお過ごしいただけるようにと、今年も「しょうぶ湯」に入っていました。続く8日(日)、「母の日」のお祝いと誕生日会を開催いたしました。日頃の感謝の気持ちを込めてカーネーションをプレゼント。また、厨房手づくりの「苺のロールケーキ」を召し上がっていただきました。これからもお変わりなく、元気でお過ごしくださいね。

相談員:M・M 記

#### 《 入居者懇談会 》



『毎月開催しています』

#### 《 母の日 》



『感謝のカーネーション♥』

#### 《 誕生日会 》



『手作りのケーキ、厨房に感謝です♪』

### ケアハウスリヒト6月の予定

- 入居者懇談会 10日(金)
- 父の日の祝い・誕生日会 19日(日)
- 理美容 6日(月)・13日(月)

## グループホームブロン

### 【5月のご様子】

ホールから見える景色も新緑が綺麗な季節となってまいりました。もうすぐ川辺の紫陽花も咲きそうです。

グループホームでは5月8日・母の日に、皆様にカーネーションを贈りました 皆様笑顔で受け取って下さり、私たちもとても嬉しかったです。また5月は4名の方々がお誕生日を迎えられました。あらためまして「おめでとうございます!」。当日は美味しいケーキとプレゼントでお祝いをさせていただきました。これからも楽しくお過ごしいただけますよう、職員一同一丸となって頑張ります。

介護職員:N・I 記

#### 《 母の日 》



『いつもありがとうございます♪』



#### 《 誕生日会 》



『HAPPY BIRTHDAY♥』

### グループホームブロン6月の予定

- おやつ作り 18日(土)
- 理美容 6日(月)・13日(月)
- 店屋物(釜福) 30日(木)

## 【5月のご様子】

今年の母の日もご利用者のみなさんが笑顔になれるような企画にしようと、職員の中でいろいろ話し合いを行い、今回はフラワーアレンジメントを飾らせていただくことにしました。また、「母の日パネル」を作成して、フラワーアレンジメントと一緒にご利用者お一人ずつ、記念の写真を撮影しました。みなさまとても素敵な表情をされていらっしゃいました。

介護職員：M・M 記

### 《 母 の 日 》



『 いつもありがとうございます ！ 』

## デイサービス6月の予定

■ 父の日週間 13日(月)～18日(土)

## ルストホフ志木 トピックス

### 新入職員紹介

今年の4月1日付でルストホフ志木に入職した職員をご紹介します。二人ともこの春に秋草学園福祉教育専門学校(東所沢)を卒業したばかりの新人です。みなさま、あたたかい目で見守っていただけますと幸いです。



M・O

特養ブロン／介護職員

尊敬する人物は？

【 マザー・テレサ 】

趣味、好きなこと

【 クロスステッチ 】

これまでの一番の思い出は？

高校2年生の時、修学旅行で行ったニュージーランドのこと

読者のみなさまへ

まだまだ未熟ですが、ご利用者の方々お一人お一人に寄り添える介護士になれるよう精一杯頑張りますので、どうぞよろしくお願い致します。



N・Y

特養ブロン／介護職員

【 両 親 】

【 マンガを読むこと、音楽鑑賞 】

友達とディズニーに行ったこと

読者のみなさまへ

小さな変化にも気付けるように周りをよく見て、思いやりをもってご利用者に接していくことを心掛けながら、日々精進してまいります。よろしくお願ひいたします。