

あゆみ

ayumi

vol.115



ごあいさつ

令和7年度は、新入職員7名と昨年12月から入職しているインドネシアからのEPA介護福祉士候補生3名も合わせると、10名を迎えてのスタートとなりました。年々採用が厳しくなっていく中で、本当にありがたいことです。昨年度は大きく人員体制が変わったことで、ご利用者やご家族だけでなく働く職員にも大きな不安を与えることとなってしまいました。入職した職員に長く勤めてもらうことが、ご利用者やご家族の安心感につながり、安定したサービス提供の実現が可能となり、結果的に利用者サービスの向上につながっていくと考えます。

新型コロナウイルスが5類になったことで、季節の行事や世代間交流が以前のような活気を取り戻しつつあります。面会は4月からはコロナ前と同様にご予約不要となりました。あゆみえんを利用されるご利用者やご家族、あゆみえんで働く職員たちが「あゆみえんで良かった」と思えるようなサービスの提供を目指していきます。

引き続きみなさまのご指導、ご鞭撻のほど、どうぞよろしくお願いいたします。

あゆみえん 園長 岸田和代



法人理念

「働き易い職場を創り、快適なサービスを提供する。」



EPA職員紹介

令和6年12月から特別養護老人ホームあゆみえんに3名のEPA職員が入職しました。初めての日本での生活、言葉の勉強、介護の仕事と日々一生懸命頑張っています。どうぞよろしくお願ひいたします。



サンティさん 介護事業部2課

サンティと申します。料理をすることと音楽を聞くことが好きです。日本語は最初難しかったですが、だんだん楽しくなりました。今、仕事と生活に少しずつ慣れていきます。日本語と国家試験のために勉強も頑張っています。仕事は楽しいです。毎日色々なことが学べます。優しい介護士になりたいです。利用者さんが安心してできるように頑張ります。



イスラさん 介護事業部3課

イスラと申します。スポーツをすることが好きで特にバドミントンとバレーボールは小学校の頃からしています。日本での生活はとても快適で、楽しく平和です。日本では時間をとても大切にします。文化の違いはたくさんありますが、やっていて楽しいと思います。優しい介護士になりたいです。ご利用者の日常生活を支援していきたいです。



ナビラさん 介護事業部4課

ナビラと申します。音楽を聞くこととスポーツをすることが好きです。日本の生活は規律正しいが楽しいです。日本には四季があり、美しい観光地や美味しい食べ物があります。特に利用者さんから「ありがとう」と言われると、仕事がとても楽しくなります。丁寧なケアができる介護士になりたいです。



相談課 課長 諸江光宣

在宅事業部

柔軟な働き方ができる ケアマネジャーの魅力

ケアマネジャーの仕事は、ご利用者やご家族の相談に応じ、最適な介護サービスを調整することです。「ご利用者がどのような生活を望んでいるのか、どのような介護が必要なのか」を考えて、具体的な「ケアプラン（介護計画）」を立てていきます。実際にサービスを利用できるまでにすることを「ケアマネジメント」ともいいます。

ケアマネジメントを行うケアマネジャーの仕事は自分でスケジュールを調整しやすいという特徴があります。特に、事務作業や訪問の予定を自分で組み立てやすく、仕事と私生活のバランスを取りやすい職種です。平日に休みを取って趣味を楽しんだり、子どもとの時間を大切にしながら働いている方も多くいます。



平日の公園はひろびろ♪

ケアマネジメントは人と関わるやりがいのある仕事ではありますが、反対に大変な仕事でもあります。自身のライフスタイルと仕事のバランスを上手に取り、ご利用者が安心して介護サービスを受けるために、福祉・介護保険の専門的知識を生かしてサポートしていくことが魅力だと感じます。

在宅事業部 第2課 吉田優佑



趣味の登山でカモシカ発見♪

あゆみ保育園だより



桜やチューリップのつぼみも少しずつふくらみ、春らしくなってきましたね。保育園でも新しいクラスのスタートです。子どもたち一人ひとりの気持ちを受け止め、大切にしながら楽しく過ごしていきたいと思ひます。子どもたちは日々色々なことを吸収し、心も体も大きく成長する1年だと思ひます。そんな子どもたちの成長を保護者の皆様と一緒に見守り喜び合っていけるよう一日一日を大切に保育していきます。ご協力いただくことも多々あると思ひますが、笑顔の絶えない保育園にしていきたいと思ひますので、一年間よろしくお願ひいたします。また、今年度もあゆみえんのご利用者の方と世代間交流で楽しい時間を一緒に過ごせるように計画しています。1年間よろしくお願ひいたします。



あゆみ保育園 園長 濱中美穂

👧 × 👷 + 1年間よろしくお願ひします! + 👷 × 👧

デイサービス センター

あゆみえんです!



春の訪れとともに外出レクも行いやすくなりました。先月行われた外出レクでは、隣町の瑞穂町郷土資料館に「かざり雛」の展示会を觀賞しに行っていました。江戸時代末期のかざり雛やつるし雛がたくさん並べられていて、ライトアップされた郷土資料館の中は歴史を感じさせる蔵造となっていました。みなさま懐かしい雰囲気、昔を思い出しながら感傷に浸っていたようです。春の雰囲気、春の訪れがもっと深まる4月は、近くの神社や公園に桜を見にお出かけします。また今年の春も楽しんで参りましょう。 介護事業部1課 リーダー 金子知雄

医務課便り

心のバランスを保つ秘訣

春は気候や環境の変化が大きく、体温調節や心の疲労に順応できず、心身の不調を起こしやすいシーズンでもあります。寒暖差や新年度で環境が変化することで、心身に大きな負荷がかかり、自律神経が乱れてしまうためです。

さらに、花粉や黄砂の飛散もあり、気がつかないうちにメンタルと身体に大きな負担がかかっています。自律神経は、血圧、呼吸、消化、体温調整など無意識のうちに体の機能をコントロールしている神経で、昼間の活動時に働く交感神経とリラックスするときや夜に働く副交感神経があります。この2つの交感神経がバランスを崩すと心身の不調が生じるのです。

自律神経の乱れによる心理面の変化として、不安、いらいら、落ち込み、不眠や怒りなどが生じます。それによって暴飲暴食や喫煙量の増加、暴言暴力の多発などが起き、生活の乱れにつながっていきます。



心のバランスを保つために

- 1 生活リズムを正しくする
 - 2 食事内容を見直す
 - 3 運動と休養のメリハリをつける
 - 4 花粉症対策をしっかりする
 - 5 気候の変化に対応する。
- ストレスを溜め込まないためには、日常的なケアが大切です。ストレスを溜め込まない工夫をして、健やかに日々を過ごしましょう。 医務課 入山奈央

ショートステイ便り

ショートステイでは「雛祭り」の外出レクとして、瑞穂町にある「郷土博物館 けやき館」に吊るし飾りを見に行きました。外出レクならではの「外の空気」を味わいながら現地に到着をすると、目の前にはきれいな吊るし飾りが目広がり、みなさまから絶賛の声をいただくことが出来ました。園に帰った後も「気分がリラックスできたわ。」などと好評の声もいただきました。



ショートステイでは外出レク以外にも、様々なイベントを考えております。職員一同心よりお待ちしておりますので、ぜひお越しください。

介護事業部第2課 関根蓮馬



青梅紹介

将門誓いの梅

今回は青梅市の名前の由来について改めて調べてみました。

当然植物の梅が関係しているだろうな…と想像はしていたのですが、実は歴史上有名な人物も関係していると知り驚きました。その人物とは平将門です。

伝説によれば 931年～938年の間に青梅市天ヶ瀬にある金剛寺を訪れた平将門が、使っていた馬の鞭として使用していた梅の枝を植えました。そこで「願いが叶うのなら栄え、叶わないのなら枯れよ」という願掛けをしました。植えられた梅の枝は見事に根付きましたが、梅の実は熟さず青いままだそうです。それが由来となり「青梅」という名前になったと言われております。

平将門の乱が始まり、国司を追い出して関東全域を平定した将門でしたが、将門の行為を見過ごすわけにはいかない朝廷に集められた討伐軍により、志半ばで討たれて無念の死を遂げることになります。もしかしたら梅はそんな未来を予測していたのかもしれませんが。

総務課 山城 瞳



□ あゆみえんインフォメーション □

詳しいお問い合わせは、あゆみえん、相談課まで
電話 **0428-30-5550**

あゆみ VOL.115

発行 社会福祉法人 徳心会
特別養護老人ホーム あゆみえん 広報委員会
〒198-0024 東京都青梅市新町9丁目2153番地3
TEL.0428-30-5550 FAX.0428-30-5570

発行人 園長 岸田和代
編集人 広報委員長 諸江光宣
発行日 令和7年4月15日
E-mail ayumien@tokushinkai.jp
H P https://tokushinkai.jp/



※写真につきましては、ご利用者およびご家族の了解を得て掲載しております。
※撮影のため一部マスクをはずしております。

春が来ました!

春の青梅は、つつじまつり、しょうぶまつり、青梅大祭、新緑祭など地域のお祭りがたくさんあります。私たちは5月の青梅大祭にはご利用者のみなさまと一緒に参加したいと思います。お祭りが今から楽しみです。



介護事業部5課 久保田萌奈