あったかいがいいね

シャローム横浜通信 10月15日号

関係を築く

秋雨の日は肌寒さを感じるこの頃ですが、皆様いかがお過ごしでしょうか。東京では8月27日から、1886年の統計開始以降で最も長い、37日間連続して降水が観測されました。この異常気象の影響もあってか、シャローム横浜では9月に入ってから、ご利用者の体調不良が目立つようになりました。これからの季節は感染症も多く発生しますので、手洗いやマスクの着用等を心がけ、お体を大切にお過ごしください。

先日、ひかりが丘地域ケアプラザで、地域の支援者や施設職員を対象とした「その対応、これでいい?」という題名の研修会がもたれました。講師は、横浜市の寿町にある「ことぶき共同診療所」に23年間勤務されている鈴木伸先生です。認知症やアルコール依存症、精神疾患への対応等について専門的な内容のお話を伺いましたが、その中で共通していた重要なキーワードは、「相手との関係をいかに築くか」ということでした。

特に印象に残ったのは、アルコール依存症の方についてのお話でした。孤独や不安など、さまざまな問題から「生きにくさ」を感じ、その苦しさの中で生きるためにお酒を飲んでいる。だからこそ、まずは相手を受け止め、共感し、寄り添うことで信頼関係を築く。そして、本人の困りごとを一緒に考え、生きにくさを減らすことで本人自身が問題解決に向かえるよう支援することが大切であると学びました。

この学びを聞きながら、今年の6月20日に亡くなられた美輪明宏さんのことを思い出しました。美輪さんが、長年担当された朝日新聞「悩みのるつぼ」での人生相談で、「自分らしくいればいるほど浮いてしまう」という20代女性の相談に対し、「誰に恥じることもありません。浮いてしまう?結構なことです」と毅然とした態度で優しく答え、最後に「あなたはそれでいいのです」と伝えました。この世からあらゆる差別や偏見をなくし、すべての人が平和で明るく楽しく生きていける共生社会の実現を願った美輪さんの言葉には、愛があふれていました。

日々ご利用者と関わる中で、生きにくさを抱えている方は数多くおられます。その方のありのままの姿を受け止め、対等な関係を築くことで、少しでも手助けすることができればと願っています。

施設長　髙原　信夫

敬老のお祝いに、みんなでおはぎ作り

ひまわりでは敬老のお祝いで、お赤飯を召し上がっていただき、おやつには久しぶりに皆様とおはぎ作りをしました。ご飯をつぶすところから始めていただき、最後は周りにすりゴマかきな粉を選んで付けていただきました。「久しぶりだわ、美味しい」と喜ばれていました。

皆様からアイデアが次々と出てくるので、相談することもしばしばあります。これからも大先輩に教わりながら、新たな挑戦もしていきたいと思います。

ひまわり　金子　智美



第 313 号
令和8年 10 月 15 日発行
（毎月 1 回 15 日発行）

責任者:施設長　髙原信夫
〒241-0802
横浜市旭区上川井町 1988
社会福祉法人アドベンチスト福祉会
シャローム横浜
☎045-922-7333

編集委員　原田・石川・石橋

https://www.adventist-welfare.jp/yokohama/

あったかいがいいね

誤嚥性肺炎防止の取り組み





施設では「お口の中をきれいに」と意識するよう、取り組みを進めております。私たちにとってごく当たり前の何気ない歯磨きですが、施設で生活するご利用者にとってはなかなか困難なことが多いです。お食事をおいしく召し上がっていただきたい。栄養や水分をしっかり摂っていただきたい。そのためにもお口の中の健康状態は欠かせません。ご自分で磨くのが難しい方はお手伝いや仕上げ磨きを行っています。義歯の方は全員分を毎晩預かりし、消毒しています。また、毎食後預かって流水で汚れを取り除いている方もおられます。うがいがむずかしい方はクロスガーゼで汚れを拭き取っています。



歯科の定期的な往診や評価、相談、治療もおこなっております。歯が健康であると転倒防止や脳の働きへの影響など様々な効果があると言われていますが、誤嚥性肺炎含めてお口の中や歯を清潔にすることはとても大事なのだと、日々強く実感しております。

ケアマネージャー　富桝 建美

ラーメン屋台で秋の味覚を楽しみました

10 月の栄養課主催行事は「ラーメン屋台」でした。今回も定番の「醤油ラーメン」でしたが、具材は「チャーシュー・煮卵・わかめ・コーン・ネギ・もやし・きくらげ・なると・メンマ」と、普段よりも多く、豪華なラーメンとなりました。



ご利用者さまの目の前で麺の湯切りをし、盛り付けるライブ感も楽しんでいただけたかと思います。デザートには、手作りのレモンゼリーもご用意しました。

来月の栄養課主催行事はお休みです。12 月にはクリスマスディナーを予定しています。

栄養課　森田 ルミ

我が助けは、何処(いづこ)より来(きた)るか？　　第 223 回　チャプレン　上前 至

今年は気候変動の影響から季節の変わり目を感じにくい日が多くなっているかと思います。それでも 10 月に入り、秋の深まりを感じさせられる日も多くなってきているのではないでしょうか。私は今、そうした中で、その季節の到来を最も感じさせられている事があります。それは、夕暮れになると、私が今住んでいる職員宿舎の周りの草木から、虫の声、それも鈴虫の「リーン、リーン」という、すずやかな虫の音の合唱を聞く事が出来るという事です。百人一首に「きりぎりす 鳴くや霜夜(しもよ)のさむしろに 衣かたしき ひとりかも寝む」（藤原良経）という歌があります。意味は「きりぎりすが寂しく鳴いている。霜が降る程の寒い夜だ。私も、むしろの上に自分の衣をひいて一人寂しく寝ることだろうか」ということです。

ここに昔から日本人は、虫の音を単なる音としてだけではなく、そこに「声」として聞き、虫が何を人間に言わんとしているかに耳を傾けていくような文化が受け継がれていることを、日本人として誇りに思うものです。同時に、私はそこに聖書の神を知る者として、そうした虫や、その虫を活かし、保護している自然をも創造し、ひいては人間にも生命(いのち)を与え、生かしてくださっているヤーウェの神様の存在に感謝するものです。



「私は山に向かって目をあげる。我が助けは、どこから来るであろうか。我が助けは、天と地を造られた主から来る。」詩篇 121 篇 1、2 節