



## 施設内研修で感じたこと

2月27日、3月27日(木)「ケアセンター成瀬の目指すケアと人権 1、2」が行われました。研修内容としては初めてのテーマでした。ヘルパーステーションでは多数の出席がありました。「なんだか重いテーマ?」と思いがちですが、講師の土岐祥子先生の独特の進め方でグループワークでは思わぬ発見もありました。地域の湧き上がるようなエネルギーでできた施設である我が創和会。理念は「共に支え、共に生きる」です。自分の大事に思っていることと施設の理念が近いほど確信がもてるし、それが心地よくなっていき、それによって理念が大事になっていくそうです。「本日の仕事15分分析」(本日の同じ時間の15分をきりとして、何を行動し、どう考えたかをグループで発表した)では分野は違っても、意志の疎通が図れている施設、理解できる施設は本当に共に支えあい共に生きることができるといことがわかりました。

また、2回目の日には**各部署の共通言語**はなんでしょうの時に「**状況報告だと思えます**」とあるヘルパーさんから答えがありました。なんと素晴らしい答えでしょう!日頃から意識してくださっていることと分かりました。

### 掲示版



創和会の広報誌、「**けあなる**」(春号)をステーションのカウンターのコーナーに置いてあります。  
今回はカラー版で、「創和会3ヵ年計画」「特養 暖家の家族会特集」など盛りだくさんです。  
カラーで見ると、ご利用者皆様お表情も一段と明るく幸せそうにみえます。どうか遠慮なくお持ち帰りください。

### 業務連絡



(5月は登録ヘルパーさんの施設内研修はありません)

#### 次回予告

6月26日(木) 17:40~19:40

「リスクマネジメントと  
感染予防」

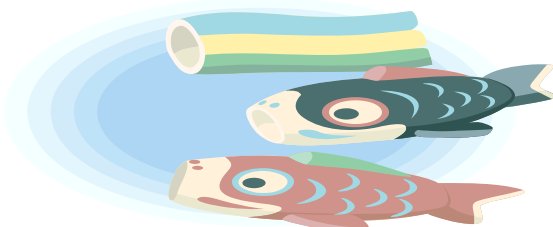
## 便のお話

「一日おきに便が出ているのに、便秘(?)」「コロコロした便しか出ない」など、便の悩みは数々です。  
あるケアマネから、「便は出ていない訳ではないが、ご本人が納得することも大事だそうです」とアドバイスをいただきました。まさにそうですね。

**硬い方** 水溶性の食物繊維をとったほうがいい  
わかめ、オクラ、玉ねぎ、さつまいも など

**便の量を増やす** バナナ、じゃがいも、きのこ類 など  
※発酵食品(納豆、チーズ、ヨーグルト、漬物)なども、併用してみることも

※今後も時々排便のお話ができればと思います。



### 編集後記

先日、皇居の桜の一般公開に行ってみりました。桜の種類も数々で、お堀越しに見える桜は散っているのが多かったですが、係の方が「昨日陛下も、この桜を見られたそうです」と言われると、「どれ?どれ?」とついミーハーに(〃ω〃)  
秋も予定があるとか by tojima