

# 胎内やすらぎの家

2020.vol.163

令和2年5月31日



満開のツツジに触れて笑顔の利用者さんご夫婦(胎内やすらぎの家中庭にて)

〒959-2823 新潟県胎内市熱田坂881-86  
TEL(0254)48-3134・3135 FAX(0254)48-3969 <http://www.tainai-yasuragi.com/>

●養護盲老人ホーム「胎内やすらぎの家」 ●特別養護老人ホーム「第二胎内やすらぎの家」



ホームページQR

心に愛の光を 胎内でやすらかな日々を



社会福祉法人

愛光会

胎内やすらぎの家  
公式SNS





















## スタッフエッセイ

毎年健康診断で生活習慣の改善が必要と言われ続けていました。昨年あたりから膝の痛みもプラスされ、これではいけないと思いなおし布団の上で出来る寝る前の軽い運動（10分～15分）を始め、1年になります。継続は力なりのおかげで身体も少し軽くなり、検診の数値もよくなりました。やはり、何事も続けることが大事だと改めて感じました。



特定施設入居者生活介護  
胎内やすらぎの家  
主任特定介護職員 鈴木 陽子

4月より介護主任をさせていただいております。利用者皆さんの笑顔が今まで仕事を続けてきたモチベーションとなっています。

利用者皆さんが安心して生活が送れるようにわずかな違いにも気づき、細やかな目配り、気配りをモットーに業務を行っています。家庭生活では現在夫と二人暮らしです。夫の言動には小さな事から大きな事にまで目をつぶり、気づかなかったコトに!(^^)! (笑) 円満に暮らしていきたいと思っています。



特別養護老人ホーム  
第二胎内やすらぎの家  
主任介護職員 渡辺 明美

寒い冬が終わり、日差しの暖かさが心地いい春の季節になってきました。

私は春になると山菜採りに出掛けます。採って楽しい、食べておいしい山菜です。苦くて食べられないなんて言う人もいますが、あの苦みや独特の香りが癖になり、たまらないですね。ふきのとうから始まり、コゴミ、ワラビ、ゼンマイなど様々な山菜を採ります。

スーパーや道の駅に行けば簡単に買うことができますが、自分で山に入り自分で採ったものは格別です。

山菜独特のアク抜きや調理は祖母にお任せですけどね。いずれは自分でもしたいと思っています。



特定施設入居者生活介護  
胎内やすらぎの家  
介護支援専門員 菅澤 祐太

私はこの春からケアマネジャーをやらせていただいております。まだ始めたばかりということもありますが、毎日毎日が勉強です。

正直言いますと以前は、ケアプランも大事ですが、まずは目の前の利用者をしっかり支えていくことのほうが大事なのではとの気持ちがありました。でも自分でやってみて感じたのは、この支えていく「方向性」を決めていくのがケアマネジャーの仕事なのではということです。そのためにはご本人だけではなく、ご家族の気持ちも欠かせません。この「気持ち」をいかに実際の介護に結びつけていけるのか、追求していきたいと思っています。



特別養護老人ホーム  
第二胎内やすらぎの家  
介護支援専門員 小田 慎

相棒のカメラと胎内山間の散策や読書をするのが心のメンテナンス!!自然の中で澄んだ空気に包まれて目を閉じゆっくり呼吸をしてから歩いていると、心穏やかになりますし偶然出会う動植物に心が癒されます。

恥ずかしながら最近よくカメラにカードを入れ忘れます。もちろん撮影できないので、この現実を突きつけられた時の焦燥感や悲壮感のなんたるや…。しかし、そんなミスも困ったと悩まず、柔軟に肯定的に捉えることでストレスを減らせるものです。

私達には忍耐の時が続きます。いまできることは何かを考え、多様な発想で実践する良い機会と捉えて精神や身体の状態を健康に保って過ごしたいと思っています。さて、カメラにカードを入れました♪行ってきます!!



養護盲老人ホーム  
胎内やすらぎの家  
主任生活相談員 忠 雅巳

仕事の疲れがたまると、甘いものが食べたくなります。インターネットやテレビを見て

