— vol.26 —
2021年2月25日発行

グループホームさざなみ京都南　介護職

小栗栖（おぐりす） 好子（よしこ）

2017年に有限会社さざなみへ入社し、グループホームさざなみ京都南で介護職として勤務する小栗栖好子。絵画の講師やイラストレーターとしても活躍する小栗栖は、クリスマスなどのイベントで館内に飾る絵を描いたり、入居者様のバースデーカードにイラストを描いたりと、自身の才能をいかして仕事に貢献している。そんな小栗栖が介護の道を志した理由や印象に残っている出来事、この先の目標について話を聞いた。

学びを実践するため ダブルワークを決意

絵画一筋で歩んできた小栗栖が介護に興味を持ったきっかけは、両親の存在だった。両親がともに高齢になってきたため、将来を考え介護について学ぶことを決意。介護職員初任者研修を受けた際に、講師を務めていたのがグループホームさざなみ京都南の管理者、大山だった。

大山は「学んでも、実践しなくては意味がない」と小栗栖にアドバイスし、ダブルワークを提案。自宅から車で10分の位置にグループホームがあり、絵画の仕事の合間に勤務ができることにも後押しされ、小栗栖はさざなみへの入社を決めたのだった。

戸惑いながらも、多くを学んだ現場

研修を受けたとはいえ、介護の現場は初体験。当初は右も左も分からず、戸惑いも大きかったという。中でも、車椅子や寝たきりの方の支援に関しては、コツを覚えるまでに時間を要した。

「普段、絵画教室では自分が教える立場なのに、介護の現場では何もできず、誰よりも下からのスタートでした。その位置がとても新鮮でしたね」。

戸惑いや苦労もあったものの、介護の仕事を始めて良かったと思っている。現在両親は地域包括支援センターを利用しているが、これも勤務を開始するまでは知らなかったことだ。介護用品やデイサービス、支援の仕方など、現場だからこそ学べたことも多い。また、両親と同年代の入居者様に対しての親近感もある。今後も両親のため、そして入居者様のために、より知識を吸収して成長していくつもりだ。

絵を描くことで、入居者様に楽しみや活力を与える

館内で絵を描いていると、多くの入居者様が見学に集まり、口々に「きれいだね」「この絵がほしい」と褒めてくれる。小栗栖が絵を描くこと自体が、一つのレクリエーションになっているのだ。描きながら「これは何の絵でしょう」とクイズを出題することもあり、皆に喜んでもらえるのが嬉しく、絵画教室とはまた違った楽しみがあるという。

中でも、印象に残っている出来事がある。2018年頃、ジャーマン・シェパード・ドッグを飼っている入居者様から「シェパードの絵を描いてほしい」と頼まれたときのことだ。早速インターネットで検索し、描いて渡したところ「愛犬にそっくり」と喜んでくれた。その後、入院する際にも、入院先の病室に絵を持っていったほどだった。

「残念ながらその入居者様は亡くなられたのですが、後日娘さんから『母があのシェパードの絵をとても喜んでいました』とお聞きしました。私の描いた絵が、少しでも入居者様の希望や活力になっているのなら、嬉しいことです」。

2つの仕事を両立していきたい

この先の目標については、「絵画と介護、私にとってはどちらも大切な仕事なので、今後も両立しながら取り組んでいきたいと考えています」と語る。

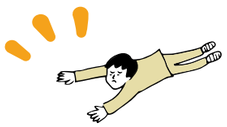
介護の仕事をする際に心がけているのは、入居者様を自分の両親と思って介助すること。両親にされたら嫌な言動は、絶対にしない。どんな入居者様に対しても、決して上からの目線にならず、常に尊敬の気持ちを持って寄り添うことを大切にしている。

小栗栖はこれからも自身の才能をいかしつつ、その深く温かい思いで、多くの入居者様に喜びを与えるに違いない。

◀入居者様と描いたクリスマスツリー

今だから話せる失敗談 Part 1

いつも入居者様に対して優しく、丁寧に対応しているスタッフの皆さん。そんな皆さんが昔の失敗から学んだこととは……？



さざなみ京都南

丸本（まるもと） さゆみさん

①入居者様に対して心ない言葉を使い、それを記録に残してしまいました。

②そのときは、自分の知識不足もあり、悪いことだと思っていませんでした。しかし、後になって気付き、大変申し訳ない気持ちになりました。

③しっかりと丁寧にお声がけをして、記録も他スタッフに確認を行いながら対応するべきでした。

④利用者様に向けたお声がけや記録の書き方など、改めて勉強することを心掛けましょう！

ヘルパーステーション わおん

参鍋（さんなべ） 敏子（としこ）さん

①洗濯機を回し終わり、蓋を開けると、いつもと違った光景が目に飛び込んできました。絞られた洗濯物が、なんとなく一面に白っぽくなっているのです。最初は何が何だか分かりませんでした。取り出してよく見ると、白い紙が洗濯物にへばりついていました。ティッシュペーパーを一緒に回してしまったのです！

②「どうしよう！どうすれば、元通りになるのか？元のままに戻すことはできるのか！？早くしないと！」とパニックになり、気持ちが焦っていました。

③何気なく、かごに入ったままの洗濯物を入れてしまいました。ポケットの中身を確認せずに……。なぜ確認しなかったのか、持ったときに確認しておけば良かったと思います。

④一に確認、二に確認、三四がなくて、五に確認！ 何を始めるにも、まずは確認から努めています。

たくさんの方から失敗談エピソードをいただきましたので、次号以降もご紹介していきます！

質問内容

①過去の「やってしまった」体験を教えてください！
②その時どのような心境でしたか？
③今だから思う、「あの時こうしておけばよかった」はどのようなことですか？
④その経験を踏まえて、皆様へのアドバイスをお願いします！

深掘り！

巻頭インタビュー

「小栗栖 好子」さんについて

今回は一緒に働く3名の方に、思い出のエピソードや印象についてお聞きしました。

- 第一印象はどうでしたか？また、現在その印象はどう変わりましたか？
- 印象深い思い出について、エピソードを教えてください！
- 最後にメッセージをお願いします！

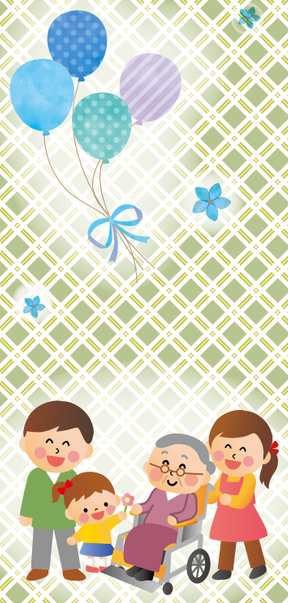
さざなみ京都南

小川（おがわ） 彩香（あやか）さん

初めは物静かそうでお話するのにも少し距離感がありました。一緒に仕事をしているうちに冗談話など話す機会が増え、自分の意見や意思をしっかり持っておられます。明るい性格な方だと感じるようになりました。

絵の先生をされていることもあり、イベント時には絵を描いてくださる小栗栖さん。その時の利用者様の笑顔は素晴らしいです！コロナ禍の中での昨年のクリスマスの絵を利用者様と描かれる姿には心温まる気持ちになりました。

イベント時にはフロア内の雰囲気を良くしてくださりありがとうございます！これからも利用者様と一緒に笑顔でフロアを明るくしていってくださいね。よろしくお願いします。



さざなみ京都南

田崎（たさき） 真依子（まいこ）さん

やさしさが表情に出ておられました。現在は第一印象以上に穏やかな方だと思います。

絵がとても素敵で、クリスマス・お正月とイベントの際には自作の絵をフロアに飾ってくださり、レクリエーションでウクレレを入居者様に弾いておられる姿に感動！！しました。

入居者様との穏やかな会話・姿を見習いたいです。時々小栗栖さんの面白い発言に癒されます。これからもよろしくお願いします！

さざなみ京都南

三山（みやま） 誠也（せいや）さん

少し物静かそうな方だと思っていましたが、利用者様と楽しそうに話されたり絵を描いたりされる姿を見て、明るくしっかりされている方だなと感じました。

クリスマスのときに利用者様と楽しく絵を描かれている姿が印象的です。同じレクリエーション担当としてすごく助かりました。

勤務フロアは違いますが、同じ事業所のスタッフとして一緒に頑張っていきましょう！よろしくお願いします！

働くママ特集

MAMA

愛しいお子様のプチ自慢から、
仕事との両立方法まで！
日々仕事に励む
ママ社員の皆さんに
聞いてみました！

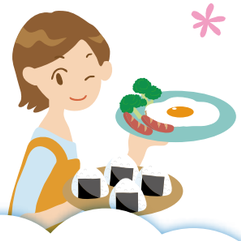
❶お子様の人数を教えてください。
　またお子様は何歳でいらっしゃいますか？
❷お子様のプチ自慢話を聞かせてください！
❸お子様・ご家族との休日の過ごし方を教えてください。
❹お仕事と家庭との両立で心掛けていることは何ですか？

さざなみ城東
小島 陽子さん

❶22歳（長女）と7歳（長男）の2人です。
❷一番最後に家を出る一年生の息子は、時間まで留守番し、鍵をかけて出かけます。仕事柄仕方ないのですが、よく頑張ってくれていると思います。そんな息子ですが、尊敬する人は野比のび太くん。少し変わった息子です(笑)
❸基本的に私は家事、息子はゲームと個々の時間を過ごしています。気が向けばダンボールなどで小さな基地を作り中でお菓子を食べて楽しみます。他はゲーム対戦です。悔しいですが、1年生の子ども相手に一度も勝つことができません……(笑)
❹無理はしない。たくさん睡眠をとる。気持ちに余裕がないと、子どもに対して厳しくあたってしまいます。

さざなみ松屋町
玉井 慶子さん

❶長女（5歳）、次女（4歳）、三女（3歳）の3人です。
❷3人ともみんな優しくて、ママのことをいつも思ってくれている自慢の娘たちです。全てが愛くるしく癒されます。
❸体を動かす遊びが大好きなので、公園でよく近所の子どもを交えて、鬼ごっこをします。
❹「まっ、いいか」と思える心の余裕を持つことです。頑張りすぎず、子どもと笑顔で過ごすことを第一に思っています。子ども心を忘れず遊ぶときは一緒に楽しむ。いつも全力で子どもと遊びます。また、いつも笑顔を目標に自分の機嫌をコントロールできるように心掛けています。イライラするくらいなら、家事はほどほどに手抜きをします(笑)



さざなみ加納
森西 朋子さん

❶男の子13歳 女の子10歳の2人です。
❷2人とも素直で、人の悪いところを言わないせいか、お友達が多くいます。中学校2年の息子は、友達の誘いをセーブしながら、受験に向けて勉強を頑張っています。どうなることやら……。
❸コロナ禍になるまでは、よく田舎やUSJに行っていました。今は、子どもも大きくなり各部屋で過ごすことが多いですが、手作りお菓子や料理対決をしています。「勉強しなさい!」が口ぐせなので、土日は仕事に行ってほしいようです。
❹家が近いので、子どもたちは小さいときからさざなみの行事に参加し、皆さんに助けられて、子育てを楽しませてもらい、感謝しています。子どもは、親がどんな仕事をしているのか、理解でき、安心しているようです。また、「自分のことは自分で」と厳しく言っています。さざなみで調理をして帰宅後、ゆっくりせずに夕食作りに取り掛かります。一度にたくさん作り、冷蔵庫にストックし、休みに片付けと掃除をします。しんどい時は、無理せず、手抜きをしたり、夜に自分の時間を作り韓流ドラマを観てリフレッシュしたり、楽しく職場と家庭を過ごせるよう心掛けています。

さざなみ京都南
小川 彩香さん

❶男の子(7歳)です。
❷小学生になり外ではお兄ちゃんぶりますが、家ではまだまだ甘えん坊で1日1回はほおずりをしてきます。寝るときもまだ一人では寝ず、手を繋いで一緒に寝ています。世間では「1年生やのに」と思われるかもしれませんが、母親としては今だけだろうなと思い愛しくて仕方がありません。
❸父親が変則勤務なため、2人で過ごす休日が多くあります。できる限り子どもの希望に応え、買い物や公園に行くなどします。今の状況コロナで出掛け先には悩みます……。家では子どもが好きなオセロや、トランプに付き合っています。たまにオセロに負けてしまうのが悔しい(笑)
❹平日はほぼ仕事ですので、必ず夜の内に明くる日の準備はしています。洗濯も必ず夜にしておき、朝も早起きを心掛け帰宅後少しでも楽できるように夕食の下準備をしてから出勤。朝は少しでも余裕を持って子どもを学校に送り出すように心掛けています。

マル秘 仕事術！

入社年
2020年7月1日

グループホーム
ささなみ大池橋
高見（たかみ） 巧美（たくみ）

介護歴24年の高見さんの仕事術！
ささなみでの素敵なお話や仕事で
意識していることを伺いました。

趣味、特技、最近ハマっていること

昔は歌を歌うのが好きで、カラオケによく行っていました。今は毎日、仕事して帰宅の繰り返し……。休日は小学校4年の女の子の孫の面倒を見ています。孫も楽しみに待ってくれているので、それが唯一の楽しみです。

達成感を得られたこと

ある男性の利用者様のこと。その方は、誰に対しても暴言暴力が多く、スタッフも対応に困っているほどの状態でした。私はなぜそうなった原因を考え、接するときの優しさが足りないのではないかと気づき、行動を変えました。食事を拒否されたときには、「食事しなかったら体に悪いですよ」「美味しいおやつ食べましょう」など根気よく声を掛け続けました。２か月以上かかりましたが、その結果徐々に私の言葉を聞き入れ、食事をしてくれるようになり、性格も穏やかになったのです！最近では、私が年始に4日ほどの休みに入る前に挨拶に行くと、握手をしながら「寂しい」と泣いておられました。「こんなにも私を思ってくれていたんだ！」と感じ、私も同じように嬉し涙がこぼれました。

この出来事は、自分自身に経験と余裕があっての考えと行動だったと思います。一生懸命利用者に接することは、介護者としての務め。介護歴24年の中で様々なことがありますが、さざなみでの7か月で、お仕事に対して非常に達成感を得ています。

お仕事で意識していること

いつも明るく、コミュニケーションを取ることを大事にしています。私が入社する前は、利用者の方々の多くがフロアには出てこない状態でした。しかし、声掛けをすることで多くの方がフロアに自然と出てこられ、音楽を聞きながらお話をするようになりました。また、皆さんの性格もとても穏やかになられたと感じます。自分自身に、今まで培ってきた経験と余裕があるからこそ、どのようなお話が適切かわかり、コミュニケーションも取れていると感じています。

若手社員に向けてメッセージやアドバイス

特別なことをしなくても、皆さんと一緒に仕事をすることで、普段の私の働く姿から、何かを伝えられたらいいなと思います。

入居者様の声

今回は、濱口様のご家族からいただいた温かい声と濱口様のケアに携わっている鶴見事業所の亀井さんと辻元さんにエピソードをお伺いしました！

濱口様のご家族
杉原（すぎはら） 絹代（きぬよ）さん

さざなみに入居を決めた理由を教えてください。

母親の入居先を探していたところ、グループホームさざなみ城東よりこちらを紹介していただき知りました。体験入所での印象が良かったのでここにしようと決めました。

ご家族から見た入居者様の様子はいかがですか？

医療的な面も含めて、生活全般においてよく見ていただいていると思います。

今後のさざなみへ期待していることなど教えてください。

職員の方が皆さん優しく、家族への対応も良いのでとても安心しています。
これからもよろしくお願いします。

濱口様のケアに携わっている社員へインタビュー！

亀井さん

濱口様とのエピソード

お部屋に伺って排泄介助やバイタル測定などを行ったりすると「ありがとう」と言っていただけて、何気ないことですがいつも嬉しく感じています。
体調が急に変化する日もあるので、業務に入っていない日の記録を見たり1階の職員さんに様子を伺ったりしながら最近の様子を把握しつつ対応しています。お部屋にいらっしゃることが多いので、こまめにお部屋に伺い少しでも元気に過ごしていただけるよう、今後もお声をかけるようにしていきたいと思います。

辻本さん

濱口様とのエピソード

濱口様は、入居当初は自分でできることは自分で行い、不安があることは職員に声をかけてくださっていました。最近は体調が落ち着かないこともあり、お部屋から「お母さん」「しんどいよ」と職員を呼ばれることが増えましたが、安心していただけるように声かけを行うと笑顔で答えてくださいます。

日頃意識していること

ここに入所して良かったと思って頂けるような支援を継続していくために、ご家族様・入居者様の意向をしっかり聞き取り、入居者様の普段の生活の様子を踏まえたプラン作成に努めています。