

パルケアあきた訪問介護ステーション 事務長
ナヅキ ヒサト
鈴木 久人



2

017年に株式会社きららホールディングスに入社した鈴木久人さん。異業種からの転職という面で戸惑うこともありましたが、現在はパルケアあきた訪問看護ステーションで事務長を務めています。日々やりがいを感じながら仕事と向き合っているという鈴木さんに、これまでの道のりについて伺いました。

「介護業界で働くこうと思ったきっかけを教えてください。」

林業を営む会社で総務として働くなかで、他の業界にも挑戦したいと転職を考え始めました。当社からお世話になっていた鈴木社長に相談したことがきっかけとなり、入社が決まったのです。きららアーバンパレスに配属となった入社時は、初めての介護に戸惑いも感じましたが、さまざまな人との出会いを積み重ねながら技術を習得していきました。

「福祉職に就いて印象深かった出来事がありますか。」

入社したばかりでショートステイに配属になったころは、右も左も分からない状態で仕事をしました。ある日、とある利用者様が「介護が初めてなのだね」と声をかけてくださり、以来私をたび

たび指名して介助のコツを伝授してくるようになったのです。どうしたら利用者様が楽に動けるか、また、トイレの際はどこに車いすを置くかと無理な体勢を取らずに済むのかなど、確かなアドバイスをくださり、非常に勉強になりました。それからは利用者様目線で介助の方法を考え、一人ひとりに合わせた接し方を意識するようになったのです。自分にとって貴重な成長の機会だったと思っています。

「事務長として心がけていることはありますか。」

今は事務方となったので、第一線のスタッフを支えるのが私の仕事です。そこで大切なのは、いかにスタッフが気持ちよく働ける環境を整えるかという点であり、何をすることもそこを最優先にして業務を進めています。スタッフが出かけるときや帰ってきたときには「いってらっしゃい」「お帰りなさい」と元気に挨拶をする。また忙しいような様子であれば、自分にできることを探し率先して動くことを心がけ、皆が明るく前向きに仕事ができる職場作りを目指しています。

「休日の過ごし方を教えてください。」

実家が農業を営んでおり水稻栽

培をしているので、土日のどちらか一方は田んぼで過ごし、もう1日はしっかり身体を休めて仕事に備えています。ただ、4月から10月までの米作りのシーズン以外は雪深く、あまりアクティブに動けません。そういう時期は取りためた洋画を、脳のトレーニングも兼ねて字幕で見るのが定番の過ごし方です。

「最後に、今後の目標をお願いします。」

これまでと変わらず、スタッフの働きやすさを最優先に心地よい職場作り尽力していくつもりです。コミュニケーションを大切にしながら、できることがあれば積極的に動き、皆さんの力になっていきたいと思っています。

スタッフへの深くあたたかい気持ちに胸に、鈴木さんはこれからも一歩一歩、着実に歩みを進めていくことでしょう。



8月生まれの皆さん、お誕生日おめでとうございます！誕生果は、日本の果物に携わる団体により、「誕生花」や「誕生石」と同じように、身近に果物を触れて欲しいとの願いを込めて定められました。誕生果で知った果物を、誕生日パーティーのお祝いで食べるのも、楽しいかもしれません！

項目

- ①誕生日の果物
- ②果物言葉

8月1日

ふるき
古木 ひかるさん
かまだ ゆう
鎌田 優さん
あいぎょくし
①愛玉子 ②努力家

8月3日

みうら ひな
三浦 陽菜さん
りゅうがん
①竜眼 ②豊産・豊穣

8月4日

たかだ みよこ
高田 美代子さん
①ハミグワ ②熱愛

8月5日

たむら のりこ
田村 紀子さん
くろべすいか
①黒部西瓜 ②母性愛

8月6日

おの じゅんこ
小野 順子さん
ながしま まお
永島 真央さん
あさの なつこ
浅野 奈津子さん
①フィサリス ②可憐

8月7日

みうら なつみ
三浦 夏実さん
①ダブルココナッツ
②成熟した愛

8月8日

あべ だいち
阿部 大地さん
さとう みつき
佐藤 映樹さん
①シーグレープ
②誘惑・節制

8月10日

すずき だいち
鈴木 大地さん
①ピンポン (デンジソウ)
②幸

8月11日

すやまとおる
陶山 亨さん
①マスカット・オブ・アレキサンドリア
②高貴・永遠

8月13日

いとう みか
伊藤 美佳さん
①ケルシージャパン
②隠れた愛

8月14日

しもまかなみ
下間 夏菜実さん
①あかつき
②変わらぬ愛情・優しい心

8月16日

いしおか ゆみ
石岡 由美さん
ぼんとう
①蟠桃
②約束・永遠にあなたのもの

8月17日

いとう ゆうこ
伊藤 裕子さん
たかはし すずほ
高橋 澄々保さん
①マスカット・ベリーA
②飾らない心



しし座の神話 (7月23日~8月22日)



おとめ座の神話 (8月23日~9月22日)

8月18日

こんの ちさき
今野 千咲さん
はくとう
①白桃
②率直・純真



8月19日

きくち あさみ
菊地 麻美さん
しばやま みゆ
柴山 未由さん
①タコノキ (アダン)
②集い

8月22日

さいとう ゆきこ
斉藤 悠紀子さん
①スターフルーツ
②偽りの魅力・淡泊

8月24日

さいとう かおり
齋藤 香里さん
いらい
①祝 ②聡明

8月25日

さくらば ともや
桜庭 智也さん
くこみ
①枸杞の実
②変わらぬ信頼

8月26日

たかはし さとみ
高橋 里美さん
おおた さとこ
太田 智子さん
①スペイン産レモン
②素晴らしい美

8月27日

役員
たけうち たかふみ
武内 孝文さん
①キャンベルアーリー
②無邪気

8月29日

なかじま あきひこ
中嶋 昭彦さん
あさひ
①旭 ②希望

8月30日

なかかわ あいみ
中川 愛海さん
①オリンピア
②自然愛・戦い

8月31日

さが はるか
嵯峨 晴香さん
さとう りん
佐藤 凛さん
しゅうほう
①秀峰
②移り気



しし座は、ギリシア神話の英雄ヘラクレスの12の冒険話に出てくる人食いライオンが元になっています。人食いライオンの退治を命じられたヘラクレスは、苦しみながらも自らの怪力を活かし、人食いライオンの首を三日三晩絞めつけ続けました。ヘラクレスを憎んでいた女神ヘラは、この様子を見てよく戦った人食いライオンを称え、星座にしたのです。

しし座の性格は **感性豊かな自由人**

おとめ座は農業の女神デーメーターの星座です。ある日、娘のペルセポネが冥土の神ハデスにさらわれました。デーメーターは悲しみのあまり神殿にひきこもり、地上では作物が実らなくなってしまう事態……。そこで神々は、1年のうち4か月はハデスのもとへ、8か月は母のもとで娘を生活させました。作物が育って実る春、夏、秋と、枯れる冬ができた由来とされています。

おとめ座の性格は **分析的な知性に優れ、親切で、奉仕精神に富んだ人**

プライベートを覗き見!

個性豊かなスタッフを紹介するこのコーナー!

今回は4名の方が夏の楽しみや、興味のあることについて語っていただきました。



きららアーバンパレス
ショートステイ
すがわら はづき
菅原 初雪さん

挑戦してみたいこと

バイクです。まだ免許もっていませんが、近いうちに取得して、色々なところをバイクで走り回りたいと思います。



おすすめの映画

『SUNNY強い気持ち・強い愛』という映画がおすすめです。この映画は1990年代のコギャル文化を謳歌した女子高校に通う生徒6人が20年ぶりに再会し、当時の思い出や成長した今の彼女たちが抱える問題をおもしろく、せつなく描いた映画です。私は普段、最初と結末だけ観て満足するタイプなのですが、この映画は全部観ることができたのでおすすめです。

夏と言えば……

たくさんお祭りに行きたい!2022年から制限つきではありますが、お祭りが再開されたので、友達と浴衣を着て行けたら良いと思います。

今後の目標

2023年で入社して2年目になります。様々な経験ができ、介護の楽しさ、やりがいを感じながら仕事をしています。まだまだ介護に関する知識・スキルは浅いので、先輩職員の良いところを吸収しながら、笑顔を絶やさず、思いやりのある介護士になりたいと思っています。また、長期的な目標にはなりますが、介護福祉でケアマネの資格をとりたいと思っているので、取得を目指し頑張りたいと思います。

きらら保育園
すずき さとみ
壽松木 聡美さん



挑戦してみたいこと

長年挑戦したいと思っていることが、お酒を飲むことです。年に1回飲むかどうかで、なかなか好きになれずにいるので、少しずつおいしくいただく練習をしたいと思います。目標は「とりあえずビール」と言うことです!



夏と言えば……

やっぱり「花火」です。花火大会に行ったり、どうしても行けないときにはテレビやYouTubeでライブ動画を見たりと、夏に花火は欠かせません。

おすすめの映画

私が子どもの頃から大好きな映画の1つに『ハリーポッターシリーズ』があります。あのファンタジーな世界観に憧れて、今でもよく観ています。繰り返し観ているせいで、いくつかの呪文を唱えられるようになりました(笑)

今後の目標

今後は様々な研修を受けたり、新しく資格を取ったりと保育者としてのスキルをさらに高めていきたいと思っています。日々学びを深めながら、子どもたちと楽しく、たくさん笑って過ごしていきたいと思っています。

夏と言えば……

「スイカ!」毎年夏になると羽後町までスイカを買いに行きます。なかでも「紅まくら」という品種のスイカが甘くておいしいのですが、ここ最近買いに行っても売り切れていることもあり、2023年は食べられたら良いなと楽しみにしています。

おすすめの映画

2010年に上映されたレオナルド・ディカプリオ主演の『シャッター アイランド』です。考察しながら見るのが好きなのですが「そういうことだったのか!」と思うような結末で、もう一度この結末を思い出しながら観ないと気が済まない映画でした。

挑戦してみたいこと

家庭菜園です。毎年挑戦したいと思っているのですが、なかなか実行できずにいます。孫とできた野菜をもぎとって食べるのが夢です。

今後の目標

入社してもうすぐ1年になりますが、周りの皆さんに助けられ、励まされ、ここまでやってこられました。今やっていることを精いっぱい頑張り、いつかは皆さんに頼られる存在になれるよう日々努力していきたいと思います。

本部
さいとう じゅんこ
齋藤 淳子さん



きらら通所介護事業所 竿燈通り

たかはし たく
高橋 卓さん

夏と言えば……

スイカ! デイサービスでも、利用者様のご家族からご提供いただいたスイカで、スイカ割りをしたことも。最近は大玉のスイカを買わなくなっているので、2023年は大玉スイカを購入したいと思っています。

おすすめの本

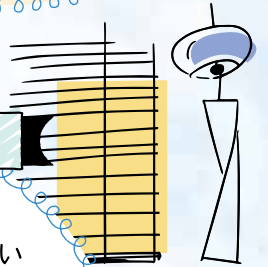
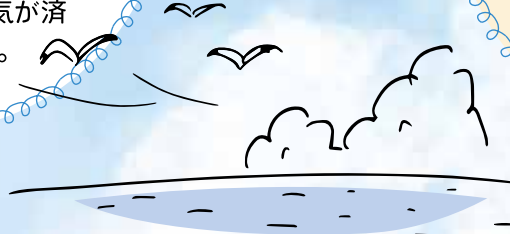
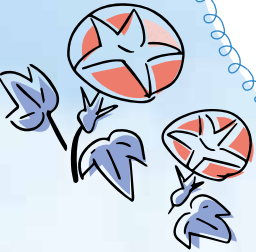
貴志祐介という小説家の『クリムゾンの迷宮』がおすすめ。ジャンルはサバイバルホラーで、読み始めると止まらない面白さです。貴志祐介の特長は引き込まれる世界観の作り方の上手さ、予想外の展開です。好き嫌いが分かれるとは思いますが、私が初めて買った小説でもあり、特におすすめです。

挑戦してみたいこと

レザークラフトに興味があります。革は長年使い込めば色味もよくなり、メンテナンスすれば10年以上使えます。使い捨てが多い今、リユース・リサイクルが改めて注目されているので、ロングウォレットや、ちょっとした小物のレザー品を作りたいと思っています。

今後の目標

認知症加算をとっているデイサービスとして、現在は認知症介護実践者を取得していますが、認知症介護実践リーダー研修を受講し、さらなるスキルアップを目標にしています。より一層理解を深め、大勢の利用者様に楽しんでいただき、さらに多くの利用者様にご利用いただきたく思います。





今月の キラビト

ケアセンターきらら 通所介護
介護職員

すずき りゅうこ
鈴木 竜子さん

「この仕事はやりがいも楽しいこともあります、悩むことも多いのです」と、語る鈴木さん。鈴木さんのお話には気持ちの切り替え方のヒントも!ぜひご一読ください。

仕事内容

利用者様の生活に関わること全て、お手伝いを

まずは利用者様をお迎えする準備から。曜日ごとにいらっしゃる方も異なるため、テーブルに個人のお名前をつけてわかりやすくしています。その後、到着した利用者様の体調チェック、バイタルチェック。入浴・食事・トイレ誘導の介助、移動されるとき付き添いや見守りなど、業務内容は多岐にわたります。午後は皆さんで集団体操や軽いレクリエーション、ゲームを行うためその準備や進行を担当。16時半からは帰宅の準備をし、お見送りをします。

少しの変化にも臨機応変に対応することが大切

いつもどおり接していても、状況によって利用者様の感じ方や受け取り方は異なります。過去にも利用者様が落ち込まれた様子のおきに原因がわからず関係修復に時間を要したこともありました。そのときは周りの職員に「普段どおりに接した方が良い。辛いことがあればまた相談してください」とアドバイスをいただき実際にその結果、関係が修復できたのです。それからは普段どおり接しつつもその日の体調や気分の違いを早い段階で気付けるよう声を掛け、対応の仕方を変えるように意識しています。

難しいこと

やりがい

心から大笑いできる場所を提供できていること

利用者様ときちんと意思疎通ができ、最後に笑って「ここに来て楽しかったな」と喜んでいただけることが何よりのご褒美です。来ることを楽しみにしていた様子をうかがえるとこの仕事をしていて良かったと感じます。

スタッフも一緒に楽しめることをどんどん提案していく

利用者様一人ひとりに合わせた関わり方をし、利用者様がいつも笑顔で明るく過ごしていただければと思っています。私自身は年齢的に新しいことに挑戦するという歳ではありませんが、自分も一緒に楽しみながら皆さんが毎日楽しいと思えることを模索していきたいと考えています。入社して7年になりますが、先輩方から教えていただいたこともたくさんありますので、それを後輩にもきちんと伝えていきたいと思っています。

今後の目標



きらら掲示板



熱中症から ペットを守れ!

protect your pet

🐾 熱中症の代表的な症状

以下のような症状が見られたら、熱中症を疑いましょう。可能であれば、なるべく体温測定をしてください。深部体温の測定ができるよう直腸（肛門）で測定し、40°Cを超える場合は熱中症の疑いが濃厚です。

🐾 これらの症状に要注意

- 「ハアハア」と激しい呼吸（パンティング）
- 落ち着きのない様子を見せる
- 自分で水を飲みに行かない、食べない
- ボーっとしている、フラフラしている
- 横になって起き上がろうとしない
- ぐったりして元気がない
- よだれが多い
- 舌や口の中が赤い



🐾 屋内の熱中症リスク

暑い時期、エアコンのついていない室内や車内に残されて熱中症を発症するケースがあります。室内では風通しを良くし、温度を25~28°C、湿度は45%~65%に保つようにしましょう。ペットが自由に居場所を選択できるような環境づくりや、大理石や冷却マットを置いてあげることも大切です。また、外気温が25°Cを超えるような環境下では、締め切った車の中に置くことは避けましょう。車内では常に水分補給ができるよう、水を持ち歩くことも忘れずに。

🐾 屋外の熱中症リスク

暑い季節のお散歩はやお出かけは、外出時刻に注意しましょう。真夏のアスファルトの表面温度は50~60°Cにもなり、肉球を火傷してしまう可能性があります。朝夕涼しく感じても、お散歩の際にはアスファルトをさわって、熱いと感じたら時間をずらすようにしましょう。また、お散歩時にも水分補給ができるように、飲料水をもっていくことも重要です。

🐾 熱中症リスクの高い犬猫の種類

犬はフレンチブルドッグ、バグ、シーズーなど、猫はペルシャ、エキゾチックショートヘア、ヒマラヤンなどの短頭種は、特に熱中症にかかりやすいため注意が必要。また、循環器や呼吸器疾患などの病気を患っている場合や、肥満、シニアの場合には種類に関係なくリスクが高まります。

皆さんの大事な家族が安全に元気でいられるよう、気をつけていきましょう!

きららホールディングスの情報が SNSで見れるように!



日々のイベントの紹介やお知らせなど、
たくさんの情報を発信しています!ぜひチェックしてみてね!

