

あおば だより

No. 41

2021年1月15日発行

発行：医療法人社団 あおば会

仕事と家庭を両立！働くママさん職員を紹介します！！

作業療法士

山本 典子（やまもと のりこ）

Q：癒しの時間はありますか？

A：息子達も小3と年中に成長し、兄弟揃って空手を始めました。今までべったりだった子育てから、少し子供と離れる余裕ができ、空手を頑張っている姿を見ている時が最高の癒しの時間です。結局、準備や送迎…付き添いなどやる事が多くて自分の首を絞めています（笑）分刻みのタイムスケジュールにも徐々に慣れてきました。

Q：周りの理解は得られていますか？

A：子供が小さい頃は、急な発熱などで仕事に行けない日も多かったです。仕事に穴を開けることが申し訳なく、自分を責めることも…。そんな時『仕事の代わりはいるけど、お母さんは一人だから。家庭優先で！』という同僚からの言葉で気持ちが救われました。優しく理解ある同僚達がいってくれたから、仕事を続けていくことができました。リハビリでは新米ママも増えるので、これまで皆に助けてもらった分、精一杯仕事で恩返しをしていきたいです。



2階フロア介護職員

松林 冬萌（まつばやし ともえ）

Q：出産前と育休復帰後で何か変わりましたか？

A：出産前は正規職員で夜勤もしていましたが、育休復帰後は夜勤ができない事もありパート勤務に変更しました。子供中心の生活に変わり、仕事以外は常に子供と一緒に生活しています。以前はプライベートが息抜きでしたが、今は仕事が息抜きに逆転してしまいました。

Q：ママをしながら働いてよかったと思うことは？

A：育休中はずっと子供と一緒にだったので、仕事に復帰した時、一番に思ったことは子供のことを気にせず自由に歩けることに感動しました。また、あおばで働いている他のママさんに子供の事を相談したり話を聞いてもらえるので、この職場で復帰をすることができて良かったと思っています。



フロア看護師

田中 真衣（たなか まい）

Q：息抜きできる時間はありますか？

A：子供を寝かしつけてからが自分の時間。趣味の手芸で子供グッズを作っている時が楽しみの時間です。最近では子供達がハマっている「鬼滅の刃」のマスクやポーチを子供用に作ったりしています。変わったところと言うと、お菓子の空袋をリメイクして絆創膏を作りました！

Q：育児で大事にしていることはありますか？

A：仕事をする上で大事にしていることと通じる所があると思いますが、子供とコミュニケーションを積極的にとるように心掛けています。夜勤がある仕事をしている為、限られた子供との時間の中でも、保育園の話を聞くようにしたり“お帰りのハグ”や“おやすみのハグ”を必ずするようにしています。身体に触れると、幸せホルモン“オキシトシン”が分泌されて幸せな気持ちになりますよ！



3階フロア介護職員

栗田 絵里香（くりた えりか）

Q：ママをしながら働いていて大変なことは？

A：高校卒業後から正規職員として働いていましたが、結婚し子供が生まれ、仕事と家庭を両立するためパート職員になりました。仕事復帰をしたばかりの時は、思うように両立することができず、悔し泣きをする日もありました。2年が経ち、徐々に息子の手も離れてきた今では仕事と家庭の両立も楽しく感じる毎日です。

Q：あおばケアガーデンのここが魅力！

A：色々な悩みを親身に聴いてもらえることです。急なお休みになった場合でも嫌な顔せずフォローしてくれる介護士さん。子供の体調が悪くて心配な時は看護師さん。色々相談してみると、皆さんそれぞれ同じような悩みを抱えていたり、苦労して乗り越えていたりしていると気持ちに楽になります。利用者様も「（子供さん）元気かね？」と声をかけてくれるので、コミュニケーションが広がって楽しいです。



● AEDを使用し、一時救命の勉強会を行いました！

AEDを使用した一時救命の勉強会を行いました。マニュアルに沿った救急の流れを確認しながら、胸骨圧迫・AEDの実技を行いました。初めて胸骨圧迫（心肺蘇生法）を体験したスタッフもいて、かなりの労力を要することを実感できたと思います。施設内だけでなく、地域の中でも救命の場面に遭遇することも考えられ、地域で暮らすひとりの生活者として一時救命の知識は必要不可欠です。今後も定期的に勉強会ができればと考えています。



● 歯科衛生士による専門的口腔ケア

希望する利用者さんを対象に、3ヶ月に1回を目安に衛生士による専門的口腔ケアを行っています。1人約1時間、ハブラシでは落とせないプラークと歯石の除去や自分で磨く時のブラッシングの指導を行っています。プラークや歯石はバイ菌の塊です。ついでしまうとハブラシでは落とすことができません。3ヶ月に1度、衛生士がしっかりと口の中を清掃することにより口腔内の細菌の量はかなり減らすことができます。又、何度もつづけて行くと歯石になる前に汚れを落とすことができ、口腔内の状態もよくなってきます。専門的口腔ケアを行ったあと利用者さんは皆さん、口の中がスッキリしたと喜ばれています。



介護職による毎食後の口腔ケア

市野歯科医院（提携歯科医院）
歯科衛生士

永田玲子さん

口腔ケアは、むし歯・歯周病・誤嚥性肺炎の予防になります！

フレッシュな介護職員を紹介します！



（左から）井上まりんさん、浅美緒さん、原田愛梨さん

井上さん、浅さんは今春で丸3年。介護福祉士取得に向け勉強に励んでいます。原田さんは8ヶ月が経ち、夜勤業務をできるようになりました。これからも一緒に頑張っていきましょう。よろしく願います！！

～ご面会について～

当施設では、コロナ対策としてガラス越しの面会を実施しています。電話での通話も可能なので近くでお互いの顔を見ながらお話ができ大変喜ばれています。ただ、屋外になり寒いので暖かい服装でお越し下さい。面会をご希望の方は事前に施設までお電話でご予約ください。

