



あさぎり だより

令和5年 夏号



あさぎりホームページ



あさぎりInstagram

〒673-0851

明石市朝霧北町3777番地の87

TEL. 078-920-9962

7月：七夕、利用者様の誕生日会

8月：お盆、利用者様の誕生日会

9月：敬老会、利用者様の誕生日会

★訪問美容は、感染症予防を徹底して毎月実施しています。
※面会は感染症対策を行い、面会室で対面にて可能です。
(衣替えも実施しています)

グループホーム「朝霧」
小規模多機能型居宅介護「朝霧」
樽屋町介護相談室

◆これからのイベント



～スタッフの素顔～



「介護職の母や、親友の勧めで資格取得」

介護福祉士 上西裕子

資格は、母や親友の勧めで20年前に取得したんですが、子供がまだ小さくて実際にお仕事はできませんでした。それから10年後に子供も手が離れてきたので、改めて本格的に資格取得し、特養、サ高住、グループホームと施設中心にお仕事してきました。

Q:実際に、現場で仕事をしてみてどうでしたか？

思っていたよりも「奥が深い」と感じました。現場に入ると、それまで気づかなかった転倒のリスクや、入浴介助の難しさなど、実際の仕事に入らないとわからない事が多く、神経を使ってお仕事しないと改めて責任感を感じました。

Q:仕事をしていて、印象に残っている事を教えてください

昔、厳しい利用者さまからの「キツイ言葉」で辛い思いをしていました。でも、その利用者さまが終末期を迎えられていた頃に「ごめんなあ・・・」とポツリとおっしゃった時に「ジーン」とした事がありました。今でも覚えています。

Q:お休みには何をしていますか？

ダイエットでジョギングしたり、買い物で三宮をぶらぶらしたり、料理が得意なので、家にお友達を招いて食事したり、お酒を飲んだり、おしゃべりして、楽しい時間を過ごしています。

Q:ちなみに、一番得意な料理は？

酢豚かな

◆この時期、あさぎりの取り組み◆

- 理学療法士の入職により、リハビリによる廃用症候群や下肢筋力の低下に努めて、生活の質の向上を目指しています。少しずつ確実に向上しています。
- “フジタ歯科さん”による定期的な歯科医師往診と歯科衛生士の来所により口腔衛生の向上に努めています。
- 飲み物の種類を増やして、こまめな水分補給を行い脱水予防に努めています。
- 体操の先生を招いて、いきいき体操教室・音楽教室を月2回実施中です。夏の歌で季節を感じています。
- 施設内勉強会を毎月開催しています。7月はプライバシー保護・褥瘡予防、8月は事故発生・急変時の対応、9月は移乗・移動・服薬管理です。
- 7月に求職者向け施設内見学会を開催予定です。
- 運営推進会議・家族会を6月に3年ぶりに集まって開催しました。次回は8月開催予定です。
- 小多機では午前に脳トレをして、午後に皆さんで体を動かしたり頭を使ったレクレーションを実施しています。
- 6月の家族会の中で、「職員さんの名前を知りたい」とのご意見より、7月1日より小多機の職員の名札着用を開始します。

●ケアマネ奮闘記●

皆さんは毎年、暑い時期に食べたくなる「夏を乗り切る」メニューはありますか？

私はこの時期になると、夏野菜カレーと夏野菜を大量に使った酢の物が無性に食べたくなります。

暑さによる食欲不振から栄養不足になると、体力・気力共に減退し、ふらつきから転倒や熱中症など、思わぬ体調不良や怪我を招きかねません。

好きな物をしっかり食べて、これから来る夏と一緒に乗り切りましょう！



◆月の空き状況◆

グループホーム「朝霧」 _____ 室

小規模多機能型居宅介護「朝霧」 _____ 人

◆アクセス◆

公共機関でお越しの方

JR「明石」駅またはJR「朝霧」駅より
明石市バスで「朝霧小学校前」下車徒歩2分

お車でお越しの方

第2神明道路から「大蔵谷IC出口」信号を左折後直進、朝霧小学校前の信号左折、すぐに左折
※「大蔵谷IC出口」信号より1.5km 約3分



TEL. 078-920-9962

〒673-0851

明石市朝霧北町3777番地の87