



# なごみ庵



## 今月のごあいさつ

新年明けましておめでとうございます。今年もよろしくお願いたします。新年最初の1月号を上田が担当させていただきます。

さて、皆様今年の年末年始はどのように過ごされましたか？今年は年末の連休が少なく出かけるのも迷いますね。今年は例年よりも雪が少なく、車の運転をするのにはいいですがスキーなどをさせる方によっては冬が来たとなんだか感じないですね。私は、休みの日映画が好きなのでひたすら引きこもり、映画鑑賞をして過ごすのが日課で、なかでもバック・トゥ・ザシリーズが好きで、その映画の中で描かれていた自動でひもが結べる靴が某メーカーから発売になり、少し前までは現実になるなど夢にも思わなかったものが次々と現実化し、日々技術が進化しているのだと感じました。そのうちドラえもんや鉄腕アトムが現実になる日も近いのかなと期待が膨らみ、ドラえもんが現実になればどこでもドアが無性に欲しいと思う今日この頃でした。（上田）



**シルバーとつぷ郡山**  
 福島県郡山市方八町2丁目1-37  
 TEL 024-941-1155  
 FAX 024-942-2258  
 福祉用具専門相談員 4名  
 社員数5名  
 ◆弊社の事業内容はホームページでもご確認頂けます  
<http://www.silvertop.org>

## 普及はすぐそこ 介護ペッパ

「こい」と驚きながら、触れたりするなど積極的な反応をするのも多いとか。ペッパの大きさも子供を彷彿とするサイズ感のため、孫のような親近感を抱いているのかもしれないね。

昨今、人手不足に悩む介護業界において、ロボット開発が進んでいます。その筆頭株がソフトバンクが開発する『ペッパ』でしょう。神奈川県・花織たま東では、アクティビティを通してペッパの実証実験が行われました。

最も効果が現れているのが、精神的に負担のかかる認知症高齢者の対応でしょう。「何度も同じ話ををされても、素直に聞き続けてくれる」といった現場担当者の声が挙がっております。

また、利用者がロボットを受け入れるかどうかについては、ペッパの動きや喋りに対し「すい、す



価格面では現在、月額5〜7万の価格設定ですが、ソフトバンクでは月額2万5千円程度まで抑えられるように提供できる仕組みを準備しているようです。

これからも車いす、ベッドだけでなくお客様視点に立った提案を続けてまいります！。  
 (事務管理部 小峯啓友)

# 算 一月は「睦月」(むつき)

1月から12月までの呼び

## 暮らしの足し

名には、一般的な数字表記の呼び方とは別に、太陰暦で使われた呼称を引き継いだ和名(和風月名)が定められています。今でも日常生活の中でよく耳にするのは、5月の「皀月(さつき)」、12月の「師走(しわす)」「などではないでしょうか。1月から12

月までを順に並べると、1月「睦月(むつき)」「2月「如月(きわげき)」「3月「弥生(やよい)」「4月「卯月(うづき)」「5月「皀月(さつき)」「6月「水無月(みなづき)」「7月「文月(ふみづき)」「8月「葉月(はづき)」「9月「長月(ながつき)」「10月「神無月(かんなづき)」「11月「霜月(しもつき)」「12月「師走」となります。1月を「睦



月」と呼び由来には諸説あります。例えば、稲の実をはじめて水に浸す月であることが



睦

ら、「実月(みつき)が転じたという説や、1年の元になる月なので、「も」とつきが転じたという説などです。中でももっとも有力なのが、「仲が良い」「関係が親密」という意味の「睦」という文字にちなんだもの。

正月や1年の始まりに親族一同集って宴をするという習慣「よひ睦び月(むつびつき)」「の意であるという説です。

この年末年始、家族や友人と楽しく交流し、懐かしさを感じたり、癒やされたりしたという方は少なくないでしょう。そんなひと時にエネルギーをもらい、素晴らしい1年をスタートできたらいいですね。

拍手されるより、拍手する方がずっと心が豊かになる。

高倉 健

高倉健さんは、日本を代表する名優。『日本侠客伝シリーズ』『網走番外地シリーズ』『八甲田山』『幸福の黄色いハンカチ』『南極物語』『鉄道員(ぽっぽや)』『あなたへ』などで、半世紀以上に渡って銀幕で活躍し、数々の功績を残しました。

2006年に文化功労者、201

3年には文化勲章を受章。日本アカデミー賞最優秀主演男優賞も史上最多の4度受賞しています。2014年11月、惜しまれつつこの世を去りました。83歳でした。

「健さん」の愛称で幅広い世代のファンに愛され、その温かい人柄や誠実さ、器の広さなど数々の感動エピソードが語りつがれています。

日本の映画界に多大な

影響を与えたスターとして輝き、多くの人から尊敬を集めたのは、俳優としての実績はもちろん、健さんが心配りの達人であり、有名人や芸能界の先輩・実力者に対してだけでなく、無名のスタッフやファンにも常に感謝や敬う心を表現し続けたことにあると言えます。

私たちも、高い評価を受けたり、豊かさを手に入れたり、人から賞賛されることがあるかもしれませんが、まごころ、実のほど頭を垂れる稲穂「のごとく、他人に対する尊敬・感謝といった真心を失ってはならないと教えられます。



## なごみひとさじ

シルバー

の

気持ち

今月は、当社のクレド『考え方とプロセス重視』について、スタッフとコンパを通して、クラウドの浸透を図りました。

### 【代表のインタビュー】

コンパは、各回のテーマに沿った代表・外山の体験談を共有するところから始まります。

外山は、28年前にエアマットの魅力に惹かれ、当時市場で認知されていないエアマットを多くのご高齢者様に使ってもらいたいという思いで、勤めていた会社を退社しシルバーとつづきを起

## 傍を楽にしていますか？

業しました。

しかし、順風満帆の船出とは行かず、以前勤めていた会社から嫌がらせを受けたそうです。外山はそれに憤慨し「今に見てろ！見返してやる！」という気持ちに駆られます。その瞬間から、設立時の「高齢者様に対する熱い思いよりもギラギラした強烈な野心が芽生えてしまいました。

そんな外山の変わりぶりに一括してくれたのが、とある老人ホームの理事長でした。「お前は何の為に仕事しているんだ！」と。

その一言で外山は「「高齢者の役に立ちたかったのではないか」と起業した思いを再認識し、気持ちをリセットすることがで

きたそうです。

### 【履歴書を活用】

グループワークでは、外山が自分を取り戻したエピソードを、履歴書を使ってスタッフも疑似体験をします。多くのスタッフに共通する志望動機は「誰かの役に立ちたい」ということ。当時の志望動機と今の自分を重ね合わせながら、自分を見つめなおして頂きました。

また、働くというのは「傍を楽にする」と言われるように、誰かの役に立たなければ評価されませんし、お金をいただくこともできません。

「自分の仕事は誰を楽にしているか」「楽に出来ないなら、これから何をするか」を3人1組で1時間ほど話し合い、コン

パは終了。参加者のアンケートでは・・・

・「初心に立ち返ることが出来た」

・「当時の志望動機と比べて、自分が成長していることに気づくことができた」

・「社歴の長いスタッフの新たな一面を再発見できた」

等の意見が寄せられています。

### 【皆さんを楽にしていますか？】

お客様からのお便り、お電話、フィードバックを通し、日々お役に立てるようサービスを改善しております。これらのサービスにご満足いただけておりますでしょうか。

今後も忌憚のない意見をいただきます様宜しくお願い致します。

(コンパ設計者 小峯啓友)

# 人生を開く扉



うれしいとき、楽しいとき  
そして、悲しいとき  
思い浮かぶ人はだれですか？  
その人はあなたにとって  
とても大切な人  
「ありがとう」と  
感謝の気持ちを伝えましょう

参拝するときは、まず、鳥居の前で立ち止まり、一礼します。そこから先は聖域となります。次に参道を進みますが、真ん中は神様の通り道なので、真ん中を避けて歩きます。手水舎で手を清め、口をすすいだら、いよいよ神殿に。賽銭箱の前で会釈をしたら賽銭を静かに入れます。そのあと、二度深くお辞儀をし、次に二回柏手を打ちます。このとき、神様への感謝と願い事を唱えましょう。そして最後に一度お辞儀をします（二礼二拍手一礼）。帰の道も、鳥居をくぐったら一度振り返り、一礼します。参道の道は福を落とすまいと祈る心で歩きましょう。



## ほのぼのの開運術

### <正しい初詣で運氣アップ>

お正月の行事として欠かせないのが初詣。正しいお参りのしかたで、運氣がぐっとアップします。  
毎年ニュースで取り上げられるような有名な神社に詣でる方も多いかもしれませんが、まずは自分が住む地域の守り神である氏神様や、自分が生まれた地の氏

## ★「かえる」を使い分けよう★

次の文の「かえる」には、どの漢字を用いるでしょう？

「あいさつに「かえる」」

- A. 変える      B. 替える      C. 換える      D. 代える

【正解】 D

【解説】 「変える」は前と異なる状態にすること（変更、変化）。「替える」は新しく別のものにすること（交替、代替）。「換

える」は、同種のものや等しいものをやりとりすること（交換、換金）。そして「代える」は、ある役割を別のものにさせることです（代用、代理、代役、交代）。

## 今月のアロマポイント〈鼻づまりや咳に効果を発揮〉



### 「なごみのアロマライフ」

### 一月は「イニユラ」

イニユラはキク科のオグルマ属の宿根草で、夏に黄色い可愛らしい花を咲かせます。

アジアからヨーロッパに広まり、現在は主にフランスで栽培されている植物です。

香りの効能など、あらゆる面でユーカリによく似た精油と言われています。風邪や、花粉症などのアレルギーによる鼻づまりや、のどの不調には、ティフューザーを使って精油を拡散さ

せ、芳香浴を行うと、症状が軽くなる場合があります。たんを取り除く働きもあるので、

慢性気管支炎・喘息などの呼吸器障害にも優れた効果を発揮すると言われています。

また、ホホバオイルやスイートアーモンドオイルでごく低い濃度に希釈したもののマッサージも有効です。

鎮静作用もあるため、怒りを感じてイライラしている気持ちを静め、心を落ち着かせる効果が期待できます。抗炎症作用は、肌の炎症の改善に役立つとされています。

同じく「イニユラ」という学名をもつ「エシキャンペーン」と区別するため、「スイートイニユラ」と呼ばれることもあります。

### 管理者の独り言

2016年最初のなごみ庵となります。今年も1年間お付き合いください。

シルバーとっぴ郡山のホキヤマです。

年末年始の忙しさから解放され、お正月も過ぎ、国保連請求も終わり、稼働日の少なさに嘆いておられる方も多いと思います。

そんな時は、このなごみ庵を読んでいただき心の落ち着きを取り戻していただけたらと思います。

昨年11・12月頃よりスキー場へ行きたいとお伝えしておりましたが、未だに行けておりません。

理由として、雪の少なさにより、スキー場のオープンが延期になり、いつの間にか2016年になってしまいました。

1月・2月は2016年スキー場デビューしたいと思っております。

ここ数年、滑りながら考える事は、大怪我をしない様に心がけております。

学生の頃と違うのは、『無茶をしない』『限界まで攻めない』ところでしょうか。

やはり、年齢を感じる今日この頃・・・。



浦喜山 純一