

なごみ庵

月第54号



今月のごあいさつ



いつもなごみ庵をご愛読頂きありがとうございます。3月号は上田が担当致します。

今年も3か月が過ぎ、最近は時間の流れが早く感じるなど感じます。花粉症の方にとっては、あまり好きになれない月でもありますが、みなさまは3月と言うと何を思い浮べますか？卒業式や、ホワイトデーなどがありますが、ひな祭りが1番思い浮べる方が多いのではないのでしょうか？ふと、ひな祭りってなぜ始まったのかが気になったので、調べてみましたが、ひな祭りの起源は、季節の節目や変わり目に災難や厄から身を守り、よりよい幕開けを願うために始まったそうです。昔と今とは同じ祭りでも意味合いが変わっているのは面白さもあり、同時に伝統として祭りが継承されてきたのはすごいことだなと思います。父親がひな祭りの生まれで、いつも複雑な誕生日を迎えていたと話をしていたので昔は女の子の祭りじゃなかったんだと、そっと父親に伝えたいと思う今日この頃です。(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>

LGBTを ご存知でしょうか

側から職場環境の説明を聞きました。

昨今話題の“LGBT”皆さんはご存知でしょうか。いわゆるセクシャルマイノリティである、レスビアンや性同一性障害などの頭文字をとって、LGBTと呼ばれています。

女性から男性に戸籍変更した都内の専門学校生は「過去に勤務していたマッサージ店では女性の肌に触れることに葛藤があった」と明かし、「施設側からはトイレや更衣室の使い方を改善すると聞き、気持ち良く働けそう」と期待を示しました。

ひょっとしたら、皆さんと一緒に働くスタッフの中にいらっしゃるかもしれません。彼らは安定した仕事や理解のある職場を見つけれがなかなか難しいとされています。

一方で港区の介護施設の担当者は「LGBTを問わず、良い人材ならば歓迎したい」と好意的に参加を受け止めていました。イベントは今後も継続的に行われるようです。

このほど、彼らと人手不足に悩む介護業界とを結び付ける就労支援イベントが東京・渋谷で開かれました。老人ホーム紹介サービスの『笑美面(えみめん)』(大阪市)などが主催。LGBT向けの就労支援イベントの開催は都内で初めてになります。性同一性障害や同性愛の人ら約五十人が参加し、介護施設

LGBTの割合は、人口の3〜5%いると言われており、他人事ではありません。一人ひとりが理解を示すことで、信頼関係を築き、高いパフォーマンスを引き出せるかもしれません。

また、彼らに対する理解が介護業界で働く新たな魅力に繋がるのではないのでしょうか。

(事務管理部 小峯啓友)

算し足の暮らしの 鍋でごはんを炊く

「ごはんは鍋で炊くほうが早くておいしいからいいじゃないですか？」 しかも、炊飯器のように場所をとることもありません。とくに子どもが巣立って家族が少なくなると、炊飯器を小さいものに買い替えようか迷ったときは、鍋での炊飯を試してみてください。



基本的な炊き方を紹介しましょう。鍋はある程度の深さがあるほうがしっかり沸騰できて、おすすめ。

米を水で洗い、ザルに上げます。鍋に米を入れ、水を同量入れたら、30分以上浸します。そのあと、フタをしないで強火にかけ、沸騰したらフタをして弱火で15分加熱。ポイントは泡がポコポコになるくらい、盛大に沸騰させること。

ふっくら炊き上がります。なお、鍋が小さくて吹きこぼれそうな場合は、

最初、強火ではなく中火で。炊き上がったたら、フタをして強火で10秒加熱し、火を止めて15分蒸らします。

蒸らす前にごはんの状態を見て、表面が水っぽいときはフタをして弱火で1〜2分再度加熱してから、強火で10秒。一方、表面がパサパサで水が足りなさそうなときは、打ち水をして弱火で1〜2分加熱しましょう。

また、基本は米と水が1…1ですが、炊いてみて、かたければ次は水を少し足し、やわらかければ水を減らしましょう。2〜3回炊けば、好きなかたさに炊けるようになります。

心のままに行け 最後はきつとうまくいく。

—— ボブ・ディラン

ボブ・ディランは、アメリカを代表するロックミュージシャンのひとり。「風に吹かれて」「ライク・ア・ローリング・ストーン」「ミスター・タンブリン・マン」など、一度は耳にしたことがあるような名曲をたくさん生んでいます。グラミー賞やアカデミー賞など、多くの賞も受賞。また、有名な雑誌『ローリング・ストーン』

が選ぶ歴史上もっとも偉大な100人のソングライターでは、1位を獲得しています。「世代の代弁者」と呼ばれた彼。実際、彼のメッセージが込められた歌は、とても心に響きます。

さて、『冒頭の言葉は、アルバム「ブレネット・ウェイヴズ」に収録された「ゴイング・ゴイン

また、名曲「風に吹かれて」のサビの部分も名言です。「その答えは吹かれるがまま、あてもなく風の中をさまよっている」。風は目で見ることも、手でつかむこともできません。社会で起こるさまざまな問題に対して、見ぬふりをしているといつか大きな問題に……。人々にそんな警告を与えているのです。

なごみひとさじ

BOB DYLAN



シルバー 世代 の 気持ち

新年度を迎え、当社にも7名のスタッフが入社しました。これから、研修とOJTを中心に社会人としての基本を積み上げてもらい、一人前のスタッフとしてお客様に感動して頂けるよう努めてまいります。

入社式では、緊張した面持ちで自己紹介を先輩スタッフに行ってもらいました。どのスタッフもやる気に満ち溢れており、皆「早く貢献したい!。」と述べておりました。

彼らのやる気がお客様に向かうように、正しく導いてあげるのが

新しいスタッフが入社しました!

先輩社員の指導と当社理念であるクレドの理解です。



【代表によるクレド研修】

入社式終了後は早速、代表の外出によるクレド研修です。クレドを作成した経緯について、そして、クレドを構成する23個のテーマから、この日は“変化と成長”と“夢”について、ワークを行いました。



“変化と成長”については、変化の定義について当社では、「当社では痛みが伴うこと」とスタッフに伝えております。苦しい、辛いという負荷をあえて自分に課し、トライすることを怖がらないでほしいと思います。「失敗することは、悪いことではなく、何もしないことが悪いことだ。」と外山は言います。

次の“夢”では、新人スタッフ一人ひとりの各自の夢について発表を

してもらいます。「幸せな家族を気づきたい」「海外でスキューバダイビングがしたい」など個性溢れるものでした。

当社の夢は、お客様を感動させることですが、それを担うのはスタッフです。彼らの夢を犠牲にして、当社の夢を実現しようとは思いません。スタッフの夢を実現させるために、当社は存在しています。当社がスタッフの夢に対して何が出来るかを知るために、こうした共有する時間を設けているのです。

まだ配属も担当も決まっておりますが、いすれなごみ庵のトップページに登場してくると思いますが。彼らの魅力がお客様に喜んでもらえるよう、全社一丸として教育を施して参りますので、今後の成長にご期待下さい。

(事務管理部 小峯啓友)

人生を開く扉



今日は何が起きても
イライラしたり怒ったり
また、落ち込んだりしない
今日はニコニコして過ごす
今日1日は
そんなふうのできるよう
がんばってみませんか

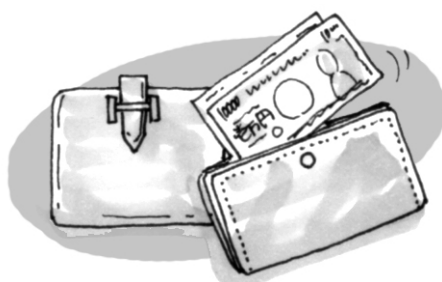
また、「種銭」を用意すること
もポイントです。「種銭」は金運
を呼び寄せるためのお金。財布
に入れておくだけで、使いませ
ん。カード用のポケットやファ
スナーつきのポケットなどに、
種銭としてピン札の1万円を入
れておくとういでしょう。

「とか。つまり、使いはじめは、できるだけ大くのお金
を入れておくとういでしょう。すると、財布が最初に入っ
ていたお金の量をイメージして、いつもそれくらいに保
とうとし、お金が自然に入ってくるようになるとか！
中でも一番効果的なのが100
万円の札束を入れること。入れ
たら、9日間タンスなどにし
まっておくとういそうです。



＜「春財布」で金運アップ＞

「春財布」とは文字通り、春
に買う財布のこと。「お金
でパンパンに（張る財布）」と
かけて、金運アップに効果
があると言われていました。
金運をさらにアップするた
めのポイントを紹介しま
しょう。



★難しい漢字の読みに挑戦★

仕事での電話応対で、相手の名前を尋ねるときの場面です。
敬語が正しく使われている文はどれでしょう？

- 1、失礼ですが、お名前をお申しただけですか？
- 2、失礼ですが、お名前をお聞かせただけですか？
- 3、失礼ですが、お名前を頂戴できますか？

【正解】 2

【解説】 1の「申し」は自分の動作・行動をへり
くだる謙譲語なので間違い。3の「頂戴する」は
「もらう」の謙譲語ですが、「名前をもらう」とい

う言い回しは違和感があります。正解は2で、「聞
く」を「お聞かせいただく」という謙譲語にして
います。

「なごみのアロマライフ」

4月は「バジル」

バジルはシソ科の植物で、

ピザやパスタ、サラダなど、とくにイタリア料理ではポピュ

ラーなハーブ。「ハーブの王様」とも呼ばれていま

す。世界中で用いられていて、とくにインドの

アーユルベータでは不可欠なものです。

バジルの精油は、料理に使われるときよりも、

スパイシーですっきりとした強い香りを放ちま

す。効能としては、心を落ち着かせたり、頭を

すっきりさせたり、また、集中力を高めたりします。さらに、

消化をスムーズにする、痛みを抑える、呼吸器系の不調を

ととのえる作用も期待できます。とくにストレスが原因の

胃痛や頭痛に効果的です。

バジルの精油は岩塩と混ぜてバスソルトとしても使われ

ます。また、キャリアオイルで薄めてから、うなじなどにつ

けると、頭がすっきりするので、頭痛対策としてもおすす

めです。ただし、刺激が強めなので、そのままつけて使うのは避けましょ

う。

ラベンダーやローズマ

リー、ゼラニウムなどの

相性もよく、ブレンドして

楽しむことで、より活用法

が広がります。

今月のアロマポイント <スパイシーな香りで頭すっきり>



管理者の独り言

こんにちは。シルバーとつづ郡山の甫喜山です。

3月に入りまして、年度末の関係にてお忙しいと思いますが、休憩中など空き時間にこの「なごみ庵」を活用していただければと思います。

さて、先月話題にさせていただいた、家族スキー情報ですが、子供たちのスクールを取り止めて、いきなりゴンドラにて登って行きました。

娘も初めは緊張からか、ぎこちなさがありました。途中からは一人で滑る・止まるが出来る様になり、なんとなくカーブも止まらずに曲がれるといった上達がありました。

お兄ちゃんは未だに恐怖心と闘いながら滑走していますが、下の子は強いですね。

2回目のゴンドラでは、娘は一人で勝手に滑り、兄は父とゆっくりと滑っていました。

今年の目標である、家族スキーが楽しめたことに驚いております。



甫喜山 純一