

# 羅針盤

介護福祉士

# らしんばん

No.66 (No.24)

平成 27 年 10 月発行  
一般社団法人岡山県介護福祉士会  
〒 700-0813  
岡山市北区石関町 2-1  
岡山県総合福祉会館 5 階  
TEL : 086-222-3125  
URL : <http://www.okayama-kaigo.jp>  
印刷編集協力 : 友野印刷



## えがお

NPO法人岡山聴覚障害者支援センターが運営している「ももハウス」。

日常生活で手話をコミュニケーション手段としておられる、ろう高齢者のみなさんの集いの場です。

ここでは、ろう学校時代の同級生（仲間）が居て、思いっきり手話で語り、思いっきり笑えます。磯部豊茂さん・安子さん夫妻は、玉野市から参加。豊茂さんは、いつも安子さんのことを気遣う優しいご主人で、笑いで「ももハウス」を盛り上げていただいています。時には、ご近所の子どもの飛び入り参加もあります。

笑い、仲良く、いつまでもお元気で過ごしましょう。

NPO法人岡山聴覚障害者支援センター 土屋教子

# 突然インタビュー

前回より始まりましたこの企画。2回目の今回は、昨年度岡山県介護福祉士会会長に就任された安達悦子さん。職場である「結びの杜ホーム」へお邪魔させて頂き、楽しくそして色々なお話を伺うことが出来ました。



## Q：介護福祉士になられたきっかけは何ですか？

保育士の資格を持って卒業し、その後現在勤めている法人の知的障害者施設へ就職しました。平成元年に高齢者施設へ異動になりました。その時に介護福祉士の国家試験が始まり、せっかく介護の仕事をするなら資格を取ろうと思ったのがきっかけです。始めは訳がわからず、落ちてしまったのですが…（笑）

## Q：介護福祉士として仕事をされて、やりがいを感じることは何ですか？

やりがいはこの介護福祉士会に入って色々勉強させてもらい、介護技術講習等で人に教える喜びを感じたことです。それと利用者様の状況をみてどのようにしたらいいのか考えて行動を起こすのが好きなので、その結果レベルが上がったりすると「やった!!」って思うことです。

## Q：会長になられて何かと大変だと思いますが、いかがですか？

ずっと大変ですね（笑）。自分の発言が岡山県介護福祉士の発言になってしまうということや立場への重責です。やりがいというか嬉しかったことは、県内だけでなく、全国との繋がりが出来て視野が広がったことはすごく刺激になります。全国を知ることで県民性が見えたり、岡山県の地区制での活動は全国で自慢出来る事だと分かりました。

## Q：会員さんに、これは言っておきたい、頑張っ て欲しいということは何ですか？ また今後どのようにしていきたいですか？

組織を大きくしたいですね。一人ひとりの会員さんが、入会されていない方に会の魅力や必要性を伝えて欲しいです。養成校の卒業前に入会説明会があるのですが入会率は低いですね。上手く伝わってないのか

なあとは思いますが。

あと、自分自身の資格を磨き上げて欲しいです。与えられたものだけではなく、次は何を学びたいかを自分で見つけたり発信して欲しいです。

次世代の方へ…介護福祉士として皆さんがこんなに魅力のある仕事なんだという発信をして欲しいです。その為には、組織率を上げて介護福祉士の社会的地位を上げていかないとせっかく仕事しても給料が上がりずしんどい思いしか残らないです。これを変える為、「頑張ろう介護福祉士!!」って思えるように、それは10年も20年もかかるかも知れませんが皆さんにもっと頑張っ欲しいところです。

## Q：休日の過ごし方とストレス解消法は何ですか？

ゴロゴロすることですかね（笑）でもゴロゴロばかりも疲れるのでふと思いついたことをしたりします。あと、ハンドメイドが好きなので小物を作ったりするのですが、集中するとどうしても長時間になり肩が…（笑）達成感のあることが好きですね。

## （インタビュー後記）

会長のところへお伺いするまでは、とても緊張しましたが、会長が気さくに笑顔いっぱいインタビューに答えてくださり、和やかに終わることができました。

会長の人柄や介護福祉士会、そして私たち会員一人ひとりに対する想いや期待がこの紙面を通じて伝えることができた嬉しく思います。

今回は貴重なお時間を割いていただきありがとうございました。

（広報委員：中村 幸子）



# 地区だより

## 倉敷地区

倉敷地区では出来るだけ役員会に参加しやすいようにと考え、研修会の後の時間を利用して役員会を行うようにしています。第1回役員会を地区研修会（今回は腰痛予防 講師はしげい病院 健康運動指導士 立川真也氏。）終了後に特別養護老人ホームますみ荘で行いました。その際に次回の研修や地区の活動について話し合っています。役員は県の委員会に属している方、地区のみの役員として活動する方などそれぞれが活動しやすい形での参加を勧め、お互いに協力することでスムーズに行えていると思います。今年度も、知識・技能のレベルアップや会員間の交流が行えるような活動を計画していきたいと思っています。

また、今後の倉敷地区の活性化のため、より多くの地区会員の皆様が研修会へ参加されるよう働きかけていきたいと思っています。  
(報告：田中 美保子)



## 新見地区

新見市では11月の中旬に、NPOハートフルあんしんと岡山県備北保健所新見支所主催の「新見こころの保健フェスタ～こころの健康づくり県民講座～」を開催しており、私たち新見地区は実行委員として、毎年活動しています。

「新見こころの保健フェスタ～こころの健康づくり県民講座～」とは、精神疾患を抱える当事者やその家族の地域参加と、地域住民とのお互いの理解を深め合う精神保健普及啓発事業です。

昨年は新見地区の会員数が少ないながらも、会場のお手伝いをさせていただきました。

今年のテーマは『ささえあって生きる 新見に広がる輪』として、今年は11月21日に開催されます。当事者やご家族の体験発表と、手話漫才萬屋手話本舗が～&み～企画をお呼びして参加型のステージを行う予定です。



精神疾患を抱え地域に出ることができず、引きこもってしまったり、地域住民の理解の不足により、社会参加に様々な困難を感じている方々がいらっしゃいます。私たち介護福祉士会でも、少しでも力になれる様に努力したいと強く感じています。

この記事を読んで興味のある会員の方は、ぜひ参加してみてください。  
(報告：小山 政典)



## 第11回 介護実践研究発表会

平成27年度 第11回介護実践研究発表会が6月6日（土曜日）、初めて県北（美作大学短期大学部）にて開催されました。

助言者：特別養護老人ホーム日本原荘施設長 福原 文徳 氏  
 新見公立短期大学 准教授 三上 ゆみ 氏  
 岡山県介護福祉士会 会長 安達 悦子 氏



### 発表事例

No.	発表者	テーマ	所属
1	瀧本大輔	利用者の外出について	社会福祉法人起寿会 特別養護老人ホーム いずみの杜
2	松本龍二	充実したレクを増やし、笑顔と生きがいのある生活を目指して	社会福祉法人ももたろう会 グループホームももたろうの郷 かもがわ
3	藤井仁美	思いを伝えるために ～「待つ」という状況を通して～	社会福祉法人自然の森 障害者支援施設 エスポアール・スター
4	山本清香	認知症の患者さんとの関わりの中で ～手浴を通して得られたこと～	特定医療法人美甘会 勝山病院
5	安井裕貴	介護の専門性から考えるその人らしい生活の支援 ～ショートステイにおける個別ケアの重要性～	社会福祉法人旭川荘 特別養護老人ホーム 旭川敬老園
6	廣瀬まい	夢を叶えようプロジェクト	社会福祉法人広済会 特別養護老人ホーム 奥津広済園
7	斉藤紀子	介護職のカンファレンスでの発信力を高める ～退院後の生活を見据えたケアに繋げるために～	医療法人創和会 しげい病院
8	内田洋	研修時「ミニテスト」の検討	一般財団法人共愛会 老人保健施設 虹
9	二木恵美子	リハビリ意欲の高い利用者への支援 ～ADL向上を目指して～	社会福祉法人広済会 特別養護老人ホーム 奥津広済園

〔優秀賞〕勝山病院 山本清香さん、山田早蘭さん

〔会長賞〕しげい病院 斉藤紀子さん 〔特別賞〕老人保健施設 虹 内田洋さん

今回は、病院系、施設系、新たにグループホームからの発表があり、小規模の事業所での取り組みも聞くことができ、会員の皆様の意欲が伺えました。また、事業所内の研修についての発表では、助言者の先生方からも「おもしろい取り組み」との評価で是非自分の事業所でも取り組みたいとの声が多かったようです。

その為、会場からの投票も助言者の先生方の評価がつけ難く、通常の「優秀賞」「会長賞」に加え、「特別賞」を急ぎよ設け、授与することになりました。このことは、発表者のこの日までの努力や職場内で日々切磋琢磨している様子を感じさせるものでした。



## 第2部 パネルディスカッション

テーマ 「これからの介護福祉士を育てる～学生指導・新人育成～」  
 コーディネーター：順正高等看護福祉専門学校 村上 留美 氏  
 パネラー：淳風福祉会若宮園 冲中 純子 氏  
 旭川荘竜ノ口寮 斉藤 七七重 氏  
 美作大学短期大学部 須江 裕子 氏

パネルディスカッションは、介護福祉士の育成を生涯教育ととらえ、養成校・施設での新人教育及び育成教育と、それぞれの場面での取り組みが紹介されました。介護福祉士教育が経験年数で「受ける側」から「教育する側」に立場が変化しながら、継続して行われるべきものであることを再認識した有意義な時間を持つことができました。コーディネーター、パネラーの先生方ありがとうございました。



### 実践研実行委員会よりひとこと

実践研究発表会も今年で11回目となりますが、いつも県南開催であった為、県北の会員からは、是非県北での開催を望む声も多く、今回やっと開催にこぎつけました。

開催につきましては、会場を提供いただいた美作大学短期大学部のご協力に感謝しております。

普段使用したことのない会場で、設備や進め方等で少し不安を抱いていたことも正直なところですが、会場が受付と離れており、参加された皆様にはご迷惑をかけたが、いつもご要望がある駐車場の確保もでき、ほっとしました。

しかし、県北開催で多くの県北からの参加を予想していましたが、「2時間かかったわ！」と県南からも多くの参加があり嬉しく思いました。

次回第12回にも、介護福祉士として日々実践されている取り組みの発表をお待ちしております。

# 初任者研修

## ●真庭地区（テーマ：介護福祉士の基本的態度）

日 時：平成27年7月21日（火）  
場 所：久世エスパス  
講 師：岡山赤十字老人保健施設玉野マリンホーム  
山縣 香織 氏

当日は真庭地区内外から19名の参加がありました。介護福祉士に求められる基本的態度ということで、「利用者を理解し共感する力」や「心を伝える接遇」などについての内容でした。

まず、利用者を理解するためには一人ひとりの違いを理解し、共感する柔軟な発想が必要であると教えていただきました。

接遇については特に言葉遣いのことを話されました。言葉は言い方ひとつで相手に伝わる印象が大きく変わることがあり、あいまいな表現やマイナスの印象を与える言葉は不快感を与えます。そのかわりにどのような言葉をかけるとよいか質問されました。参加者からは具体的でプラスの表現を使った回答が多く聞かれ、参考になるものばかりでした。

いくら一生懸命に介護をしても利用者や家族に想いが伝

わらないということを防ぐためにも介護福祉士の心を伝える接遇が大切であると教えていただきました。

講師の方の現場での体験談を交えた内容でしたので共感できる部分が多く、わかりやすかったです。わずか1時間でしたが、有意義な時間となりました。

（真庭地区：難波 めぐみ）



## ●高梁・総社地区（テーマ：介護福祉士の仕事とコミュニケーション）

日 時：平成27年9月11日（金）  
場 所：総社市総合福祉センター3階大会議室  
講 師：守屋 真季 氏

高梁、総社地区の初任者研修は地区内から24名の参加がありました。コミュニケーションとはどういうものなのか、介護現場でのコミュニケーションの技法などを話していただきました。介護職に温かい思いやりや優しい気持ちがあっ

て思いが伝わるのが大切。忙しい現場では心に余裕がない

と優しい気持ちを持ちにくいいため、ひと呼吸おいて行動する、などコミュニケーションとは、人が人に直接働きかける行為であり、双方の目的を共有するために介在する相互作用がコミュニケーションであること。

日々の介護を振り返りながら、おどなりにならないように自分を律することを教えていただきました。

1時間半の講義でしたが、わかりやすく説明があり、もっと聞きたいと思いました。

（高梁・総社地区：大森 幹人）





## 平成27年度 初任者研修会開催スケジュール

カリキュラム	研修時間	担当地区	開催日
1 介護福祉士の専門性と職業倫理	2	倉敷	H28年1～3月予定
2 介護福祉士の法律と関連する制度政策	1	県	済
3 介護福祉士の仕事とコミュニケーション	1.5	高梁・総社	済
4 介護福祉士の基本的態度	1	真庭	済
5 介護福祉士のための介護技術	6	井笠	H27年11月予定
		美作	済
6 介護過程の展開	5	県	済
7 記録と報告	1.5	新見	済
8 介護福祉士のための医学知識	1.5	東備	H27年11月20日予定
9 福祉用具の意義と活用	1.5	岡山	済
合 計	21		

開催日が決定次第ホームページにアップいたします。

## ●県（テーマ：法律と関連する制度政策 介護過程の展開）

日 時：平成27年7月31日（金）  
 会 場：岡山県総合福祉会館5階 講座室  
 講 師：旭川荘厚生専門学校 藤原 美恵子 氏  
 障害者支援施設竜ノ口寮 宮崎 祐子 氏

## ● 初任者研修参加者の声を聞きました ●

◆介護の専門としての立ち位置を再確認しました。食事・排泄の介護にとどまらず、利用者さんの「生活の再構築」のために援助が必要である部分を見極め、根拠を明らかにし、言葉や文章にすることでチーム全員が統一した介護ができるのだと理解しました。

今後、利用者さんの本心をくみとれるよう、「気づき」を大切にしたいと思います。また、その気づきを声にし、チームで考えを共有し、利用者さんのよりよい人生の実現のための歯車の一つで、利用者さんの生活に一番近い立場にある事を有効に活用した支援を目指したいです。

(岡 晶子)



◆今回の研修に参加しようと思った動機として『介護過程の展開』について十分に理解ができておらず「難しい」というイメージがあったからです。

研修の内容は『介護過程の展開』の概論、事例によるグループワークと発表、『介護福祉士の法律と関連する制度・施策』ともりだくさん。グループ演習を行っている時に他の参加者に比べ、アセスメント力や計画立案力の低さを身をもって感じましたが、講師の先生方の分かりやすい説明や他の参加者との意見交換ができ、もう一度、理解を深めようと思えるきっかけとなりました。今回の研修で得た情報や知識は、一度自分の中で消化してから現場での介護の実践に反映できればと思います。

(平井 弘治)



# 平成27年度 介護福祉士実習指導者講習会

日時：平成27年8月20・21・27・28日（4日間開催） 会場：岡山県立大学 参加者：104名

## プログラム

介護の基本	岡山県介護福祉士会 三村 ゆかり 氏
実習指導の理論と実際	岡山県介護福祉士会 冲中 純子 氏
スーパービジョンの意義と活用及び学生理解	くらしき総合福祉専門学校 校長 三宅 道子 氏
介護過程の理論と指導方法	新見公立短期大学 教授 岡 京子 氏 岡山県立大学 教授 谷口 敏代 氏
実習指導の方法と展開 実習指導における課題への対応	岡山県介護福祉士会 春名 千晶 氏
実習指導者に対する期待	岡山県老人福祉施設協議会 副会長 特別養護老人ホーム愛光苑 施設長 筒井 恵子 氏

## 実習指導者講習会参加者の声を聞きました

### 実習指導者講習会の感想

今回参加し、実習生への影響力の大きさを痛感したと同時に、私たち受け入れる側の施設職員は、介護福祉士・介護のプロとしてご利用者様と関わっているのか、改めて考える場となった。実習生が「介護福祉士になりたい・なって良かった」と思えるよう、施設側も精進していきたい。

(吉本 三智代)

グループワークを通じて、他施設の参加者と意見交換や検討ができて良かった。実習生側の思いや気持ちを学び、指導者として指導の仕方を考えさせられる機会となり良かった。

(川部 俊夫)

日頃、何気なく行っていた実習生指導について改めて学ぶ機会となった。同じような悩みを抱えている他施設の参加者とも情報交換ができ、安心した。また、養成校側の思いや指導の意図を知ることができ、現場での指導に活かしていきたいと思う。

(大西 愛美)

### 今後、職場でどの様に生かしたいと思いますか

実習生がしっかりと学べる環境をつくれるよう、フロア職員全員で情報を共有し指導を行っていききたい。実習生に良いスーパービジョンを示せるよう、指導者側も理論や根拠を理解し実践していきたい。

(蠣原 修)

今回学んだ助言の仕方や関わり方を他職員に伝えていく事で、同じ目的や目標に向かって実習を進める事ができると思う。研修参加者だけで今回学んだ事を留めるのではなく、現場へ還元できるようにしたい。

(川部 俊夫)

実習生や教員とのタイムリーな情報交換や指導が大切だという事を伝え、職員間の連携を図りたい。介護過程の展開において、指導するポイントを共有し、職員全員で指導できるようにしていく。

(大西 愛美)





# 初開催！ フォローアップシリーズ

## 実習指導者フォローアップ研修会

日 時：平成27年7月23日（木）

会 場：岡山県総合福祉会館5階講座室

講 師：川崎医療短期大学 三宅 真奈美 氏、淳風福祉会若宮園 冲中 純子 氏

参加者：20名

### 受講者の感想

他の事業所での実習指導はどう進めているのだろうか。

自分達が行っている指導方法は間違っていないのか。そんな疑問や悩みを抱きつつ、今回の研修で比較対象となるものを探すために受講を決めました。

講義内容としては、介護の目的や目標、介護福祉士養成のカリキュラムや介護実習について、学生の傾向や実習前後の学習内容、実習書類の管理や記入など、介護実習指導者テキストの内容と照らし合わせながら教えて頂きました。

グループディスカッションでは各施設での実習指導における課題として、他の事業所の方との意見、情報交換を行いました。各グループより実習生、職員、実習方法や内容に関する課題が挙げられ、実際に行っていることの紹介や建設的な解決方法が話し合われました。時間をかけて自施設での取り組みを見返すことができたと同時に、それぞれの事業所で共通した課題の発見や解決の糸口を見つけることができました。

また課題を解決していくためには、実習担当職員が一人で抱え込むのではなく、事業所全体での受け入れ態勢と、各職員の協力が不可欠であると改めて感じました。

個々の職員が自覚と責任と根拠を持って介護をしている姿を、実習生に見てもらうことで、介護の魅力を伝えて行ければと思います。

(老人保健施設 虹 三 頭 功太郎)



開催日 平成 28 年 2 月 21 日（日曜日）

詳細は開催要綱を発送いたします。  
(岡山県福祉・介護人材確保対策推進補助金)

**シリーズ  
委員会報告**

# 研修委員会の活動を紹介します。

研修委員会の主な活動は、介護福祉士会の主催した研修会・講習会の係員として研修会当日の準備や受付、講師の先生方のお手伝いなどを行う活動をしています。

そのため人数も24名と他の委員会に比べ大所帯ですが、各研修には2～3名の参加となるので、なかなか他の研修委員と会う機会がないのが実状です。たくさんの方が参加する介護フェアは普段会えない委員にも会うことができるので楽しみです。

介護福祉士会ではいろいろな研修を行っていますが、会員の皆さんの要望等を聞き新しい研修会の企画が立てれば良いなと思っています。

皆さん、研修会後のアンケートは、研修企画の参考にしますのでぜひともご協力をお願いします。

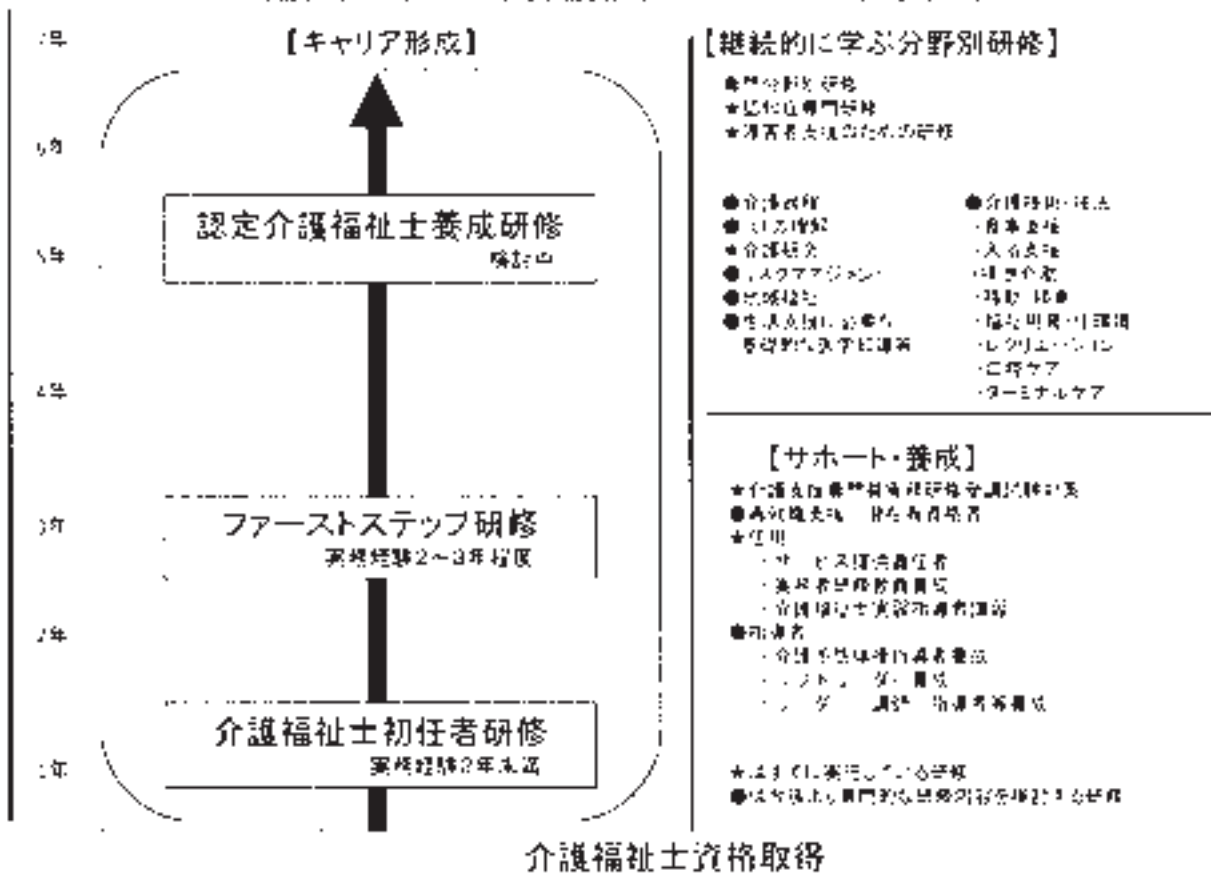
それでは、研修会場でお会いしましょう。

(研修委員長：松島 智枝美)

●今後の予定

- 10月 「介護技術講習指導者養成講習」  
「一般研修会」
- 11月 「中堅職員研修会」「介護フェア」
- 2月 「リフトリーダー養成研修」
- その他国試関係 3 件

公益社団法人日本介護福祉士会 生涯研修体系図 平成27年6月



青年

隊

## 「晴れる家“ハレルヤ”」隊員の記事

## 「晴れる家」活動録 その2

青年隊「晴れる家」の平成 27 年度の活動第二弾！

今回は岡山市にある献血ルーム「ももたろう」にて献血をしてみよう！と、いうことで「晴れる家」のメンバーで献血に行ってきました。

参加は 5 名、「献血 21 回目」の人もいれば、「高校生の時以来」、「近くまで行ったことはあるけど献血するのは初めて」、「持病があって献血できると思っていなかった」等々。

血液型で見ると A 型 2 人、O 型 2 人、AB 型 1 人という構成の 5 人でした。

まずは受付、経験者で献血カードを持ってる人はスムーズです、カードのない人は各質問に答える作業が必要、持病のある方は医師に相談できるので安心です。今

回は参加した 5 人全員が無事に献血を行うことができました。

献血ルームはしっかり水分補給のできる設備やゆっくり休めるスペースがあり初めての方でも安心して献血ができる環境となっていました。

その後は参加者で昼食＆今後の活動計画を話し合いました。

次回は 10 月 23 日（金）13 時～総合福祉会館にて介護フェアの練習、打ち合わせ等を行う予定となっています。

今年のアトラクションを成功させるため、みんなでガンバリマス！（隊長 福田 洋平）



## 岡山県介護福祉士会青年隊「晴れる家ハレルヤ」

## 隊員募集中！

“介護のこと”多くの人たちへ伝えるメッセンジャーになりませんか★

企画から開催まで携わりPRイベントを行っています。(募集対象 35 才以下の本会会員の方)

岡山県下の次世代介護福祉士が集まります。

同世代、同職種、きっと同じ思いがあるはずです！

自由な表現方法であなたの“介護”を伝えませんか！?

新しい介護の歴史を築く主役になりましょう★

## 主な活動内容

介護福祉士、また本会をPRする活動など

・『11 月 11 日』は介護の日“介護フェア”でのイベント

・中四国ブロック研修会“青年介護福祉士の主張”での発表

## 【お問合せ・申込先】

※電話、FAX、e-mail にて会員番号、お名前をお知らせ下さい。今後の活動、スケジュールについてお知らせします。

岡山県介護福祉士会 事務局 〒700-0813 岡山市北区石関町 2-1

TEL086-222-3125 FAX086-222-6780

e-mail : okayama-kaigo@woody.ocn.ne.jp

## 岡山県介護福祉士会からのお知らせ

●「医療系のちょっとした事を相談したいな～」●  
とされている方に朗報です。

訪問看護コールセンターおかやま

電話：086-238-7577

受付時間：火曜日～金曜日 9：00～16：00

\*専任の職員さんが、相談を受けてくれます。ご利用ください。

## ● 生涯研修ポイント申請書について ●

平成26年10月にお送りいたしました生涯研修ポイント(平成25年3月以前のもの)の申請書の受付を終了いたしました。ケアウエルへの登録を順次進めております。

ご不明なことがございましたら事務局までご連絡ください。



# みんなの広場

## ほっとステーション



早いもので今年も半年が過ぎてしまいました。先日は七夕飾りを作って短冊に願い事を書いて頂きました。毛筆で書かれた方もおられ、「里芋の葉っぱにたまった露で墨をすって筆で短冊に書くと願い事がかなう。」と、言い伝えを教えて下さる方もおられました。「本当は旧暦の7月だから、今の8月にするものだ。」と教えて下さる方もおられ、回想法になりました。

今年の七夕もあいにくの天気でしたが、利用者さんと一緒に水ようかんを作って美味しく頂きました。「小豆は朝から煮たん?」「寒天は…?」にぎやかなひと時でした。

来年も七夕飾りを元気に飾りつけできますように…。次はお盆、お月見と行事は続きます。伝統行事は大切に受け継ぎ、利用者さんにメリハリのある生活をして頂きたいと思います。

(岡山地区：じゅんこ)

### 娘と2人で…

仕事が忙しくなかなか家族サービスが出来ないなか、夏休みになり野球観戦のため、小学2年生の娘と一緒に実家（広島）に帰省をしました。

球場で試合開始を待っていると雨天中止のお知らせが…（泣）

そのため、球場から実家まで、娘と二人で歩いて帰りました。

傘をさし1時間かけて歩いた娘との道のは、自分が子供の頃（数十年前）、毎日の様に通っていた小学校の通学路であり、その道を我が子と歩いていると考えるとなんだか懐かしくも嬉しい気持ちになりました。

(PN：カーブ男子)

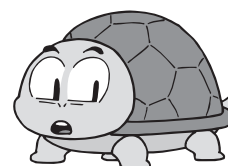
この春に結婚して旦那さんの家族と一緒に暮らし始めました。

そして、この歳になって初めてペットと一緒に暮らす事を経験しています！

小鳥が2羽と亀が1匹居るんですが、中でも手強いのが亀。指を近づけたら噛みつこうと口を開けてきて、甲羅をつつくと頭と手足を引っ込めてしまって、コミュニケーションをとるのが難しいです。

この家に来て20年と大ベテラン亀ですが、平均寿命で考えると後30年は一緒に暮らせそうなので、ゆっくり仲良くなれたらなと思います。

(PN：アラサー主婦)



※「かんたんクッキング」は、都合でしばらくお休みさせていただきます。

## ほっとステーションへの投稿をお待ちしています

あなたの職場の様子や利用者さんとの日々のやりとりを教えてください。同じ“介護”で働く皆さんが共有できる、そんな情報をお待ちしています。



### 編集担当

岡山県介護福祉士会  
広報委員会

石原 愛	土屋 教子
平井 舞	田中美保子
南 多喜子	中村 幸子
土井 美和	林 彰子
森谷 謙作	難波めぐみ
小林 貴子	田辺 昌江
大森 幹人	池田 和彦