



— VOL.18 —

'11 夏号

求人者とかわす“ほほえみ”
仲間とかわす“ほほえみ”
そして、社会に花咲く
“ほほえみ”をめざして。

2011年7月25日発行
編集・発行／公益社団法人
日本看護家政紹介事業協会
〒162-0064
東京都新宿区市谷仲之町3-2
TEL：03-3353-4641
FAX：03-3353-4326
フリーダイヤル
☎ 0120-041-817
www.kanka.or.jp

平成23年度・各種表彰式が開催
107名の方が受賞されました

- ・さまざまな症状 Q&A『高齢者の便秘』
- ・階段昇降時の介助のポイント
- ・身の回りの節電対策 ～リビング編～
- ・忙しい朝に役立つ便利な調理グッズ

表紙：白鳥の親子

平成23年度各種の表彰式が開催されました

平成23年5月19日(木)、品川プリンスホテル(東京)において、公益社団法人日本看護家政紹介事業協会「会長表彰」表彰式が開催されました。4回目を迎えた今年は「功労者表彰」2名、「求職者表彰」49名、合計51名の方が受賞されました。

このうち「求職者表彰」は、永年によりわたり看護家政紹介所に家政婦(夫)として登録し、顕著な実績をあげ、他の模範になると認められる者に対して行なわれる表彰です。

また、平成23年5月27日(金)にはホテルラングウッド(東京)において、平成23年度の厚生労働大臣表彰、職

23年度 公益社団法人日本看護家政紹介事業協会 定時社員総



▲公益社団法人 日本看護家政紹介事業協会
会長「求職者」表彰表彰式の様子



▲民紹協の懇親会の様子

業安定局長表彰、民紹協会会長表彰の表彰式が行なわれ、合計56名の方が受賞されました。

受賞された皆様には心からお祝い申し上げますとともに、次なる受賞を目指して、健康で益々のご活躍をさえますことを祈念申し上げます。

◇公益社団法人 日本看護家政紹介事業協会会長「求職者」表彰受賞者(敬称略)



▲公益社団法人 日本看護家政紹介事業協会会長「求職者」表彰を受賞された方々

支部	事業所	受賞者
青森県	(有) 柏友家政婦紹介所	高橋 トモ子
		若山 レイ子
		大野 和枝
秋田県	社会福祉法人大館感恩講 大館看護師・家政婦紹介所	伊藤 茂子 若松 幸子
群馬県	(有) 中里会中里看護師 家政婦(夫)紹介所	新井 徳子 木島 静子 横倉 喜栄子
千葉県	(有) 新船橋看護婦家政婦紹介所	山下 ノブ子
		関 典子
	内山家政婦看護師紹介所	深津 ヨシ子 羽鳥 ナツ 太田 さく
埼玉県	(有) 熊谷家事介護センター	小林 弘子
		林 満起子
	(有) ナーシングケアセンター	清水 とし子 島崎 時江
城北	(有) 行安看護婦家政婦紹介所	横山 房代
		一條 寿子
	(有) 加島看護婦家政婦紹介所	荻野 のぶ子
		木村 トキ 森 多恵子
	(有) むつみ看護婦家政婦紹介所	橋本 和子
		渡邊 民子 村川 節子

支部	事業所	受賞者
城南	(株) やさしい手	木下 礼子
		長谷川 真知子
		脇坂 和子
静岡県	(有) トータルサービス御殿場	(株) 世田谷介護サービス
		島崎 綾子
		高根沢 初枝
三重県	(有) ヒューマン・ケア・ステーションみえ	古村 千恵子 伊勢 智子 太田 良子
京都府	大和看護婦家政婦紹介所	坂本 きく糸 山田 アヤ子
兵庫県	大塚看護婦家政婦紹介所	渡部 眞弓
		大橋 照子
		村上 一二三
広島県	(有) 五日市ケアワーク	西神看護師家政婦紹介所
		長谷川 富貴子
		服部 千代子 廣岡 一子
徳島県	井内家政婦(夫)サービス	倉田 起美恵
		下東 廣子
		搦本 クニ子
大分県	(有) 大分看護婦家政婦紹介所	徳明 美和子
		秋山 節子
		坂野 時子 佃 和子

◇社団法人 全国民営職業紹介事業協会
会長「求職者」表彰受賞者(敬称略)

支部	事業所	受賞者
青森県	(有)青森看護婦家政婦紹介所	葛西 とし子
	(有)上十三看護婦家政婦紹介所	音瀬 一子
	(有)ケアサービス弘前看護婦家政婦紹介所	成田 久子
岩手県	(有)一関看護婦家政婦紹介所	佐藤 たか子
宮城県	(有)いずみ訪問介護サービス家政婦紹介所	安部 玲子
	(有)はさま看護婦・家政婦紹介所	佐藤 はるよ
千葉県	(有)新船橋看護婦家政婦紹介所	田嶋 キミ子
	十全看護婦家政婦紹介所	鈴木 春美
埼玉県	(有)熊谷家事介護センター	山中 和子
城北	(有)奈良原家政婦紹介所	赤羽 玲子
	(有)加島看護婦家政婦紹介所	塚越 厚子
城南	(株)仁済	栗城 由美子
	(株)やさしい手	菅野 よう子
	(有)ヘルパーサービス和知	西原 美枝子
神奈川県	(有)湘南ケアサービス	山本 菊子
石川県	(有)ケアサービス金沢	竹内 和子
静岡県	(株)トータルサービス御殿場	伊藤 フサ子
三重県	中七家政婦紹介所	深川 とし子
兵庫県	大塚看護師家政婦紹介所	阪尾 富子
	桑形家政婦紹介所	原谷 信子
	西神看護師家政婦紹介所	橋詰 美智子
広島県	(有)ケアネット広島	川村 良子
	(有)五日市ケアワーク	鍋島 邦子
	(有)アシスト安井	山床 はるみ
徳島県	井内家政婦(夫)サービス	中村 光彦
高知県	(有)高知県満和家政婦紹介所	徳弘 千代子
福岡県	(有)久留米家政婦紹介所	小田 すみ代
大分県	(有)大分看護婦家政婦紹介所	高橋 美緒

◇厚生労働省職業安定局長表彰受賞者
(敬称略)

支部	事業所	受賞者
青森県	(有)青森看護婦家政婦紹介所	後藤 千恵子
	(有)上十三看護婦家政婦紹介所	目時 玲子
	(有)ケアサービス弘前看護婦家政婦紹介所	石岡 レキ子
岩手県	(有)一関看護婦家政婦紹介所	佐藤 圭子
千葉県	(有)新船橋看護婦家政婦紹介所	馬越 ヨシ子
城北	(有)加島看護婦家政婦紹介所	巻嶋 早苗
	(有)むつみ看護婦家政婦紹介所	斎藤 志津子
城南	(株)やさしい手	浦崎 良子
	(株)世田谷介護サービス	岸 慶子
中央	三和家政婦紹介所	杉田 弘子
神奈川県	(有)湘南ケアサービス	佐藤 征子
愛知県	(株)鳴海看護婦家政婦紹介所	山下 正子
広島県	(有)アシスト安井	山下 京子
徳島県	井内家政婦(夫)サービス	尾崎 治子
高知県	(有)高知県満和家政婦紹介所	松村 多美恵
佐賀県	(株)かほるケアサービス	針場 マサエ
大分県	(有)大分看護婦家政婦紹介所	藤澤 三枝子



▲厚生労働省職業安定局長表彰を受賞された方々

平成23年度 定時総会・表彰式



◀社団法人 全国民営職業紹介事業協会
会長「求職者」表彰を受賞された方々

気づいて
いますか？

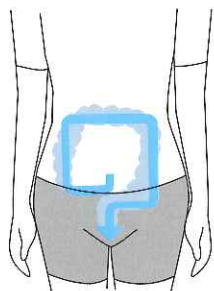
さまざまな症状 Q&A

普段、高齢者の方々と接する時間が多いからこそ「あれ？いつもと違うな…」と体の異変に気づくのも早いはず。さまざまな「症状」を事例に、病気の可能性がないかを考えていきましょう。

---[高齢者の便秘]---

Q. 排便の回数が減ってきました。
数日間、排便が無いこともあるのですが…。

A. 数日間、排便がない便秘の状態は若い人にもよくある症状ですが、高齢になるにつれ、便秘に悩まされる人が増えてきます。これは加齢によって内臓機能が低下したり、腹筋の筋力が低下することが原因です。適度な運動で腸や腹筋を刺激しながら、食物繊維の多い食事を摂るように心掛けましょう。



大腸の働きを促すように、おへその下から時計回りに、「の」の字を書くようにマッサージをしましょう。

症状 数日間、排便がない状態になります。腸内に便が残っているため、食欲が低下したり、お腹がはったりなどの症状が出ます。

原因 内臓や筋肉など、加齢による身体的な機能低下が考えられます。また高齢になるにつれて、食事の量が少なくなったり、水分の摂取量が減ったりするなど、ライフスタイルによることも影響します。

対策 1日3回、規則正しい食生活を送ることが大切で、朝食を摂ることで腸を刺激して排便を促します。水分はもちろん、食物繊維が豊富な豆・野菜・芋・海藻などを摂るように心掛けましょう。便意がなくても一定時間、トイレに行く習慣をつけるのも良いですね。軽い運動やマッサージなども、便秘の改善につながります。

家政婦(夫)の ための

Point!

気温が高い夏は体の中の水分も失われやすく、便秘になりがちです。高齢者のはどの乾きを自覚しにくいので、こまめな水分補給を心掛けましょう。

※本コーナーで紹介している症例(病名)は、あくまでも可能性を示唆しております。心当たりがある場合は、ご家族や医師に相談してみましょう。

一歩間違えると重大な事故になりかねない「ヒヤリ・ハット」。
その発生状況を分析することで、事故を防ぐポイントを知ることができます。
さまざまな事例を参考にしながら、安全な介護のコツを学びましょう。

事例

2階の部屋に物を取りに行くというので、一緒に階段を上って
いたら、求人者が足をすべらせ倒れそうになった。

階段での転倒は、大きな事故につながります。自宅内だから慣れてはいるはず…と安心せずに、階段を上り下りする時は、求人者のそばについて声掛けをしながらサポートするようにしましょう。また階段の床材が板

張りの場合、カーペットと比べてより滑りやすくなります。とくに靴下やスリッパなどで歩く時は気をつけましょう。ケガや転倒を未然に防ぐためにも、できれば滑り止め用のカーペットを敷くことをおすすめします。

階段昇降時の介助のポイント

Point 1 上りの階段では 下から求人者を支える

家政婦(夫)は求人者の後方、階段の一段下に立ちます。求人者の腰を支えながら、ゆっくりと上りましょう。求人者には手すりをしっかり握ってもらい、きき足(片マヒがある場合はマヒのない足)から踏み出すようにして上ります。



家政婦(夫)は後ろ向きの状態
で歩くので、一段一段、声を
掛けながら慎重に下ります。



求人者が後ろに倒れる
のを防ぐため、腰をしま
り支えるようにします。

Point 2 下りの階段では 向かい合わせの形で

階段は、上るより下るときの方が不安定で身体に負担がかかりやすくなります。家政婦(夫)は求人者より一段下に立ち、向き合うように求人者の身体を支えながらゆっくり下りましょう。下りる場合も、求人者にはきき足(マヒのない足)から踏み出すようにしてもらいます。

知って得する 家事のコツ



お掃除、洗濯、料理など、覚えておくと便利な家事のコツをご紹介します。

今回のテーマ 身の回りの節電対策 ～リビング編～

●エアコン

冷房の設定温度を1℃高くするだけで、約10%の節電になります。空気の吸い込みが悪いとムダな電気代がかかるので、2週間に1回はフィルターの掃除をしましょう。

●扇風機

エアコンと比べて消費電力が少ないのが魅力です。エアコンの設定温度を上げて扇風機を併用すれば、空気が循環して冷房効率がアップ。節電にもなります。

●窓

窓から入ってくる直射日光を遮り、室内の温度を上げないことも大切。遮光カーテンやすだれの他に、ゴーヤなどの植物を使った緑のカーテンもおおすすめですよ。

●照明

白熱灯→蛍光灯→LEDの順に消費電力が下がるため、点灯時間が長いリビングなどにはLEDの電球がおすすめです。



おすすめ!

日々の生活が、ちょっとだけ楽しくなったり豊かになったりする、そんなおすすめのアイテムをご紹介します。

Pick Up

忙しい朝も大助かり! これひとつでパパッと同時調理

何かと忙しい朝は、家族の朝食やお弁当を作るだけで大変です。同時調理ができるグッズを使えば、時間&電気代の節約になりますよ。

仕切りつきフライパン

中に仕切りが付いているので、卵料理、ウインナー、野菜炒めなどの調理が一度にできます。1人分だけ塩分を控えて調理をしたい時にも便利です。



炊飯器専用の蒸し器

炊飯のセットをしたら専用の蒸し器をかぶせ、その上に食材を置くだけ。ご飯が炊けると同時に、蒸し野菜やホイル煮などができあがります。



※上記のようなタイプの商品をお探しの方は、インターネットでも検索できます。



ほほえみ常識力検定

バラバラになった漢字のパーツがあります。
このパーツを組み立て直して二字熟語を完成させましょう。(答えは欄外に)

例題 言 火 目 木 火 → 相談

問題1 言 是 頁 舌

問題2 口 心 立 未 日

問題3 頁 十 月 彦 十 日

問題4 王 女 月 西 亡

表紙の写真より

白鳥の親子



スツと伸びた長い首と、オレンジと黒のくちばしが特長の白鳥。写真の白鳥はコブハクチョウという種類で、越冬のために日本に飛来するオオハクチョウのような渡り鳥ではありません。もともと公園や動物園で飼育されていたものが一部野生化し、現在は日本各地に生息しています。

優雅で気品あるイメージの白鳥。一方で、童話くみにくいアヒルの子>の影響からか、「子白鳥は可愛くない?」と思っている人もいるかもしれません。実際、ヒナの羽毛は灰色がかり、くちばしは黒一色。ですがフワフワの羽に包まれ、親白鳥のそばに寄り添う姿は何とも愛らしいものです。

お便り募集

抽選で粗品をプレゼント!

ご意見やご感想をお待ちしております。
お名前・ご住所・電話番号を明記のうえ下記までお送りください。

メール post@kanka.or.jp
件名に「ほほえみ」と記入してください。

郵便 〒162-0064 東京都新宿区市谷仲之町3-2
日本看護家政紹介事業協会「ほほえみ」宛