

こ う じ ゅ  
**幸 樹**

第 11 号

発行・一般社団法人幸樹会「幸樹」編集委員会

2016年2月3日

.....幸樹会事業所.....

からたち薬局・介護ショップからたち

千葉県松戸市日暮 7-344 ☎047-710-2785

あんず訪問看護ステーション

千葉県松戸市河原塚 394 コトビ 7 6 番館 102 ☎047-701-5559

あんず居宅介護事業所

千葉県松戸市河原塚 394 コトビ 7 6 番館 102 ☎047-701-5558



「バレンタイン」

おいしそうなお菓子。

画家プロフィール：高橋聖大（たかはし しょうた）1990.7.13 松戸市生まれ。

2014年多摩美術大学絵画学科日本画専攻を卒業。

命の現像をテーマに優しい詩を読むような作品の製作に取り組んでいる。

看護小規模多機能型

居宅介護支援事業所 「さんしょう」(山椒)

薬局・訪問事業所等複合施設 建設ニュース

▼起工式はキリスト教スタイルで行われました。奥中央が岡野善喜牧師、その左右に奏楽者、聖歌隊も控えています。



## 起工式がおこなわれました

幸樹会の看護小規模多機能型居宅介護「さんしょう」、からたち薬局、あんず訪問看護ステーション、あんず居宅介護支援事業所、3月に開始を予定している訪問介護事業所等が入る複合施設の新築工事が進んでいます。1月に建設工事の入札が行われ、施工会社は大成建設株式会社に決まりました。

そして、2月2日に起工式が行われました。起工式はキリスト教形式で、千駄堀・五香西に教会のあるグレースホーム岡野善喜牧師の司式により執り行われました。大成建設の皆様やご支援ご協力いただいている方々、医療法人社団鼎会代表の皆様にご参加いただきました。ありがとうございました。

工事の安全が守られ、事業が祝福されますようにと願いを込めて中野三代子代表理事、岩田丈大成建設千葉支店長、田中祐也高村デザイン代表取締役がともに声と力を合わせ、「エイ！エイ！エイ！」と、鍬入れを行いました。

グレースホームの聖歌隊の皆さんと共に讃美歌・聖歌を歌い、期待と祝福に溢れたものとなりました。幸樹会の職員も喜びいっぱいでした。

参加者のほぼ全員がキリスト教形式の起工式は初

めての経験でしたが、「素敵な式でしたね」などのお言葉をいただくことができました。

地域密着型サービスを行う事業者として、松戸市はじめ地域の皆様からも期待されていること、またその責任も大きいことを実感しています。医療・看護の連携でより

良いサービスを提供できるよう努力していきます。

看護小規模多機能型居宅介護「さんしょう」の開設は9月1日の予定です。現在のからたち薬局も移転し、建物1階部分に入ることになっています。複合型施設の建設により患者・利用者の皆さんに便利でわかりやすいものにしたいと思っています。どうぞよろしくお願いたします。

(代表理事・中野三代子)



▲鍬入れ

## 訪問介護事業の開始を準備

### 【3月開設予定】

幸樹会では、3月開始の予定で訪問介護事業の準備を進めています。薬局、訪問看護、住宅改修・福祉用具レンタル、居宅介護支援に続いて5番目の事業です。

訪問介護は、病気や障害で介護が必要であっても、住み慣れた地域・自宅で暮らしつつけたいと望む方々の生活と自律を介護福祉士や介護職員初任者研修修了者（旧ヘルパー2級）などの専門職が支援する事業で、在宅ケアの柱となる重要な事業です。

訪問介護の開始によって、より皆様のご要望に応える仕事ができるよう、努力を続けてまいります。

## 居宅介護支援事業所職員紹介

### 【あんず居宅介護支援事業所 宮崎由香里】



あんず居宅介護支援事業所のケアマネジャーの宮崎由香里です。

幸樹会の一員として、松戸の地域の皆様に貢献できるよう日々邁進していきたいと思っております。

どうぞよろしくお祈りいたします！

## 七草マラソン走りました！！

### あんず訪問看護・あんず居宅介護支援事業所



出場選手4人、左から田中和世、奥村万里子、大塚かすみ、村里恵の皆さん、村里さん手作りの幸樹会帽子を冠って。

結果は、全員5km完走。ごりっば！！

## 松戸市の歴史を知る vol.3

### 琴奨菊 初優勝おめでとう！！

琴奨菊は1984年福岡県出身。

所属は、なんと松戸市にある佐渡ヶ嶽部屋です！

（住所：松戸市串崎南町39）

佐渡ヶ嶽部屋は、かつてイケメンの琴欧州も所属していた部屋です☆



琴奨菊の身の回りは、常にきれいで、ものが整理されているそうです。『小さいことの積み重ねが、いつか白星につながると思うから』といい、付け人にも『自分のごみじゃなくても、見つけたら拾いなさい』と教えていたそうです。『強くなるためには私生活から』という地道な努力が実を結んだ結果、今回の優勝につながったと言われています。見習いたいところですね！

先日は利用者さんと、琴奨菊の行きつけという「ラーメンショップ 串崎南店」に行ってみたくすねという話題で盛り上がりました（^^）

### 【からたち薬局 事務 武井友恵】

“びっくりポン”ですが、松戸七草マラソンであんずの方々が走ったというので、今回はマラソン・ジョギングに関してです。私は、高校生のころ陸上中距離を多少やっていましたが、とても突然走り出す勇気はありません。

マラソン・ジョギングは、走ることで血液中で余っている酸素を燃焼して消費できる、血糖値や血圧を下げる、体重減少、生活習慣病の改善など、健康によいとされています。なによりも、体力が付き、身体諸機能が向上し、そのうえに精神的にもストレス解消などの効果もあるので、毎日の生活や仕事に生き生きととりくむことができる効果もあります。

それでも、マラソン・ジョギングに伴う怪我や病気、気をつける点もいくつもありますので、少しあげたいと思います。

例えば、筋肉痛・関節痛・貧血・低体温症や熱中症・脱水症状・心配停止などです。特に危険なのが低体温・脱水症状・心配停止です。

低体温症の時は、暖かいものに体をくるめて、落ち着いて安静にする、暖かい甘い飲み物をゆっくり摂取することが必要です。マラソン終了後になることもあるので、終わったら十分水分を取り、ストレッチと着替えをしてから帰りましょう。

さらに、寒くて汗をかかないからといって水分を摂らないと冬でも脱水症状になります。スポーツドリンク・塩分を含んだ電解質飴水分を少しずつ、長く摂ることが大事です。汗をかいた身体は、渴いた電解質不足の身体です。水分だけを補給すると電解質濃度が下がり、体内が必要な電解質濃度を維持しようとさらに水分を外に出そうとします。そんな時に電解質飴を補給しましょう。

また、運動のしすぎは心臓への栄養の供給がされなくなり心不全を起こします。こうなってしまうとできるだけ早く心臓マッサージや人工呼吸などが必要になります。

皆さん、これからマラソンをする時は、準備をしっかり、無理しないで楽しみましょう！！

## 定期勉強会

- 前回報告 1月15日(金)実施  
テーマ「ベテルの家の実践から学ぶ」  
講師 武井幸穂

### 【参加者感想】

「北海道浦河で精神障害等をかかえた人々が生活し働く場としての共同体、ケアの共同体をつくりあげ、支えあいながら自律して暮らす取り組みを本・ビデオで学びました。あるがままを受け入れユーモアを持って生きる当事者（「利用者・患者」は事業者目線用語）の姿や自ら行う当事者研究、それを支える人々の取り組みに敬意を感じました。私たちも当事者が自分の状態をどのように捉え、そのうえでなにをしたいと考えているかをケアの出発点にしなければ、ということをおぼろげに考えさせられました。

### ●次回学習会予定

テーマ「診療報酬改定と地域包括ケア」  
日時：2月19日(金)、18:30~19:30  
場所：エコビ°76番館201号

\*参加希望申し込みや内容については、本部までお問い合わせください。外部の方も参加できます。  
(連絡先は下記記載)

## ブログもあります

- からたち薬局  
<http://ameblo.jp/karatachi-p/>  
\*「からたち薬局 ブログ」で検索できます
- あんず訪問看護ステーション  
<http://ameblo.jp/anazu-kouju-kai/>  
\*「あんず訪問看護ステーション ブログ」で検索できます

## 一緒ににはたきませんか！？

**新しい事業を一緒に作っていきませんか？？**

**一緒に働く仲間を募集しています！**

**看護師・薬剤師・介護福祉士・ヘルパー・ケアマネージャーの方！**

詳しくは、本部へお問い合わせ下さい。

連絡先 一般社団法人幸樹会本部 中野三代子  
住所：千葉県松戸市河原塚 394 エコビ°76番館 201  
TEL：047-701-7550  
E-mail：[miyoko-nakano@kouju-kai.or.jp](mailto:miyoko-nakano@kouju-kai.or.jp)

## 編集後記

新しい仲間が続々と増えてありがたく、そしてとても心強く感じてます。幸樹会は勢いのある法人です。まだまだ仲間を募集しています！お待ちしております！よろしくお願いいたします！

(奥村万里子)