



オアシスファミリーの オフたいむ

ヒヨコ6羽との生活



ディケア オアシス寿安
介護士 溝上 正男

去年の夏頃、知人から、生まれ
たての可愛いふわふわヒヨコを
預かりました。メス5羽とオス1羽
の計6羽です。

ヒヨコ達の成長はとっても早く、若鳥に
なった現在はベランダで
飼育しています。

寒さにも負けず、
6羽が寄り添って眠
る姿を見ると、愛情
を込めて育ててきた



実感が湧き、心も温かくなります。まだ幼さ
は残るものの、あと1ヵ月もすれば成鳥となり
ますので、卵を産む日を楽しみにしています。

一人暮らしの私にとって、ヒヨコたちとの生
活は楽しく、毎日の仕事の癒しになっています
が、今年の春頃にはヒヨコたちは全員三重県
にいる知人の田舎へ引っ越す予定ですので、
寂しさを感じます。

残された一緒に過ごせる時間、ヒヨコたちに元気をもら
いながら、日々の業務に励み、充実した毎日を送って
いきたいと思ひます。



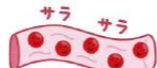
教えて!

あなたの○○

介護支援センター オアシス 地下鉄平野駅前
ケアマネジャー 岸下 昌和

健康法 「納豆を食べて血液をさらさらに」

健康診断で中性脂肪が高く濃縮血液、動脈硬化の疑い及び脂質異常症を指摘されました。身長が171cm体重が80kg程度あるためBMIの数値も良くないと指摘されています。その結果、「要受診」との診断が下され、医師からは「食べ過ぎているため、体重を落とすように」との指導を受けました。指導に従い、運動療法を取り入れたところ、オアシスに入職してから体重が約3kg減少しました。さらに、健康維持のために毎晩納豆を1パック食べ、血液をサラサラにすることを心がけています。その効果もあってか、体調が改善してきたと感じています。今後もこの習慣を継続し、さらなる健康管理に努めていきたいと思ひます。



教えて! オアシスに入職してよかったこと

前職でも居宅ケアマネジャーとして勤務し、主に介護施設入所者のケアプランを担当していました。オアシスに入職後は、一般在宅のご利用者様の課題を自ら考えながら対応する機会が増えました。また、多職種との連携を図り、不明点があればオアシス事業所内の他のケアマネジャーに照会し、問題解決に取り組むことができる点が自身の成長につながっていると感じています。

公文レイナの「ちょこっと風水」

Oasis Counseling Room(オアシス カウンセリングルーム)の公文レイナ先生に風水を生活に取り入れて開運していく方法を、ご紹介させていただきます!

開運!おそうじ風水

春です! 陽射しを受けて『開運!おそうじ風水』のお話。生まれた季節別に運氣アップのお掃除重点カ所をご案内!色やグッズは弱点補強にひと役買ってくれます。



春 生まれ 2/4~4/17 トイレ

前向き志向でおおらかに過ごせる年。頼られると嫌と言えず気配り上手なあなた。ゆったり気分は良いですが、気持ちを引き締めると開運アップ。とくにトイレに磨きをかけて。集中力アップで迷わず行動出来ます。オブジェやグッズは白を中心にゴールド、シルバー、グレー。形は丸や球形。ピーズや鏡、くすんだお品は磨いて吉。

夏 生まれ 5/6~7/20 寝室

朗らかに笑顔が魅力的なあなた。情熱の炎が燃えと衝動で判断したり、考えるより行動するのが先かもですね。さらに活力アップする年で、冷静さを取り入れる為に寝室に磨きをかけて。オブジェやグッズは淡いピンク、ローズ、パープル、マゼンタなど。形は三角やシャープなもの。ランプやスタンド、キャンドルも吉。

土 生まれ バスルーム

1/17~2/3,4/18~5/5,7/21~8/7,10/21~11/7
思索型で冷静沈着、少々頑固でも違う価値観を持つお人も寛容に受け入れるあなた。思い込みは脱ぎ捨てチャレンジ精神を。とくにバスルームはピカピカに。ブルー系を中心に黒はNG。形は曲線や波形状。美観の海や湖、月や宇宙のイメージも。ガラス製品や花瓶、クリスタルや繊細なデザインのお品吉。

秋 生まれ 8/8~10/20 キッチン

曖昧を嫌い、白黒はっきりしたいあなたはムダ、ムラを嫌う合理的な人。頑張ってきたことに整理統合と収穫量アップの年。とくにキッチンは念入りに、また、ご自分のパワースポットに工夫を。色はアースカラー、アイボリー、マスタード。形は四角形や台形。陶磁器や山岳写真や絵画。土のテイストも吉。

冬 生まれ 11/8~1/16 玄関

目的が決まれば一直線に行動する人で冷静でも行動派。一方で石橋をたたき割るほど慎重な面も。じっくり練った計画で。玄関をスッキリさせて絶好調!色はブルー・グリーン、イエロー系。形は長い物や背の高い物。ストライプやポーダ柄、天然素材や観葉植物。自然背景の絵画もグッド。

- #### 開運の極意風水術
1. 心身の浄化と言えば入浴・シャワーは外せません。尻をスッカリ落としましょう!
 2. 手洗いうがいは感染症予防とストレス解消にも効果抜群!
 3. 元気に過ごすには陽の光を注入、お花鑑賞はグッド。
 4. 静かな音楽や瞑想、精神世界系の読書は心の陰を排除します。
 5. 香りの良い物を手元にお香を焚いて気の浄化でリラックス。
 6. マイナス思考や悪い言葉は陰の気が溢れます。菊向きに!



2025 APRIL

Azure

◎4月の花/ライラック:花言葉「友情」「思い出」

持続可能な福祉社会を目指して

医療法人 隆星会
社会福祉法人大和福寿会 管理本部 部長 吉本 大輔



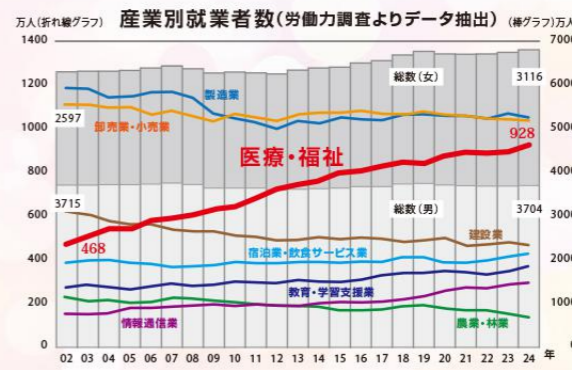
折り目正しいスーツを身につけた新卒者を見かける時期になりました。就職氷河期世代の私が新卒であった頃の人気業種は商社・金融・製造・運輸・通信・マスコミなどでしたが、最近の学卒就職先として「医療・福祉」が上位に入っていることを知り、産業別就業者数について調べてみました。

2002年から2024年までの22年間で就業者の総数は520万人増加し、その内訳は女性が+531万人、男性が▲11万人であり、産業別にみると「医療・福祉」の増加が460万人と群を抜いています。女性の社会進出や当業界の労働力が拡大していることを喜ばしく思うと同時に、福祉の財政が気になりました。

2024年予算における社会保障給付費(年金・医療・福祉その他)は137.8兆円、そのうち「福祉その他」は33.4兆円と2002年の17.6兆円からほぼ倍増です。各保険料だけでは給付額に追いつかないので、不足分は税金(所得税・法人税・消費税等)や借金(国債)で賄われますが、経済成長の鈍化により税収が伸び悩み、歳出全体(112.6兆円)の1/3を借金に依存し、負担を次世代に先送り

している状況です。
生業として福祉に関わる者は、目の前の利用者だけではなく将来の利用者も支援すること、つまり事業の継続を念頭に置かねばなりません。事業継続には財源が必要であり、その原資となる保険料や税収を増やすには企業の増益や労働者の所得増加が不可欠です。また福祉が拡大したのは、少子化や核家族化が進行し、家族の介護が難しくなったことによります。したがって福祉には「労働力確保のために現役世代の介護負担を軽減する」役割があり、そしてそれを「少ない人手や費用で達成すること」で価値が生まれます。これらと利用者満足は両立は容易ではなく、だからこそ有資格専門職による高度な現場運営が求められるのです。

年初の全体会議にて私が「オアシスに養われるのではなく、オアシスを養う人材になろう」というメッセージを送るのは、社会の足かせにならない福祉を目指す決意表明であり、オアシスで働くことが社会貢献に繋がっていると実感し誇れるよう、健全かつ公平、公正な事業運営を行うという戒めでもあります。



グループホーム
グランオアシス帝塚山

3階入居受付開始!

— 歴史を紡ぎ、自然と暮らす、都心のオアシス —

10年の歩みと新たな楽しみ

木下内科クリニック ©06-6790-1200

昨年はクリニック開院10周年を迎え、節目の年となりました。待合室の椅子を新しく交換したり、スタッフの制服を新調するなど、クリニックは第二章へ歩みを進めております。

毎日の仕事を通して感じることは、日々の積み重ねでいまの身体ができていくということ、今日の自分の食事・運動・睡眠が10年後の私に繋がると感じています。この10年を振り返る



と、「仕事」と「家事」と「子育て」で1日が終わり、自身の身体を気遣う間も無く、気がつけば今年で50才…。昨年始めた釣りで「糸が見えない!」「キャストで肩が痛い!」あちらこちらに身体の変化を感じながら、魚と対峙する新たな趣味、海での休日を楽しんでいます。

これからも、自分のための時間を全力で楽しめるよう、食事・運動・睡眠に気をつけながら過ごしていこうと思っています。(看護師/K.H)

季節の行事で心温まるひとときを

介護老人保健施設 オアシス [入所介護] ©06-6790-1760

こんにちは、介護老人保健施設 入所介護です。気温がぐんぐんと上がり、すっかり春めいてきましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

老健入所介護では、今年も入所者様に楽しんでいただけるよう、毎月行事イベントを開催しております。

1月は恒例の職員手作り「オアシス神社」で施設内初詣を開催し、みんな



で年始のお参りをしました。2月は節分祭で豆まきを行い、鬼を退治して邪気を払い、福を呼び込むように祈願しました。

3月はひな祭りで桃の節句をお祝いし、可愛く華やかなひとときを過ごしました。

これからも、入所者様にとって充実した一年となるよう、職員一同努めてまいります!(介護士/S.K)

一年を振り返って

介護老人保健施設 オアシス [デイケア・ロング] ©06-6790-3300

デイケア・ロング 介護士の森村友愛です。私は昨年4月に新卒としてオアシスに入職しました。この一年間介護職として多くの経験を積みました。入職した当時、正直不安で仕方がなかったです。学生から社会人という環境の変化や人間関係に対する不安、仕事への不安がありました。周囲の支えや指導をしてくれる方々のお陰で、今こうして仕事を続けていられるのだと思います。当初は、人見知りでご利用者様と何を話したらいいのか、どうコミュニケーションをとったらいいのかを

考えてばかりでしたが、今ではたくさんお話ができるようになったと思います。

この一年で学んだことはたくさんありますが、一つ挙げるとすれば「気づき」だと思います。小さな変化やトラブル、事故を防ぐためには常に周りを見ながらすぐに気づくことが大切だと思いました。この一年で何をしてきたか、何ができるようになったかをきちんと振り返って自己成長を続けていきたいと思っています。

感染症拡大防止対策へ向けて

特別養護老人ホーム オアシス寿安 ©06-6769-6200

次第に春めいた陽気に包まれ、日ごとに過ごしやすくなってまいりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

今年の冬は寒波が何度も訪れ、大雪に見舞われた地域もありましたね。昨年末より、新型コロナウイルス感染症およびインフルエンザが全国的に急激に増加し、私たち



の施設がある大阪府でも同様の傾向が見られ、その対策に奔走した冬となりました。

オアシスでは、勉強会においてガウンテクニックを含む感染症対策について毎年学びを深めています。

これからも、入所者様が健康に過ごせる環境を提供できるよう、引き続き感染対策を徹底してまいります。(介護士/K.S)



書道パフォーマンスに感動!

グループホーム グランオアシス帝塚山 ©06-6625-8015

開設から1年半、これまで多くの外部ボランティアの皆様による多彩な活動やお食事イベントなど、日々の生活に彩りを添える取り組みを行ってまいりました。

特に年始には、世界的に活躍されている書家・川原溪月先生をお招きし、カレンダー作りのイベントを開催いたしました。カレンダーの空白部分には、入居者様一人おひとりのご希望の文字を川原先生に揮毫いただき、その筆さばきの滑らかさと力強さに、入居者様は感動と驚きで心を動かされた様子でした。

書道は日本の伝統芸術のひとつでありながら、近年では「書道パフォーマンス」として新たな魅力が発信されております。このような革新の息吹を実際に体感できたことは、入居者様だけでなく私たち職員にとって大変刺激的であり、心豊かなひとときとなりました。(介護士/Y.K)



おやつイベント&癒しの時間!

グループホーム オアシス平野 ©06-6706-0121

今年から毎月おやつイベントを開催しています。第1回目となる1月は新年をお祝いする気持ちを込めて、職員手作りの「白玉ぜんざい」をご用意、それぞれの思いが込められた絵馬が施設内に飾られるなか、和やかな笑顔とともに新年を迎えることができました。2月は「プリンアラモード」、3月は「ひなまつりケーキ」を楽しんでいただきました。

また、本年より新たなイベントとしてケアビューティストの吉村先生をお招きし、ドライヘッドスパ(頭皮マッサージ)のイベントを開始、この癒しのひとときは多くの入居者様にとてもご満足いただきました。これからも、入居者様が日々楽しくお過ごしいただけるよう、さまざまなイベントの企画に努めてまいります。(介護士/H.H)



新規相談受付中です!

介護支援センター オアシス ©06-6790-2823

この度、1月より徳廣ケアマネジャーが新たに着任し、経験豊富なケアマネジャー5名体制にて業務を進めております。

ケアマネジャーの主な業務は、ご利用者様やご家族様からのご相談をお受けし、その方にとって最善の介護サービスに繋げるためのマネジメントです。介護サービスに限らず、障害福祉サービスや医療関連サービスのご利用相談など、ご利用者様が安心してお過ごしいただける環境をご提案いたします。

また、頼りになるO主任ケアマネジャーのもと、和気あいあいと意見を交わしながら、迅速かつ丁寧に、ご利用者様のご意向を尊重したサービスを提供しております。この結果、新規のご依頼もお受けできる体制になりました。

介護に関するご相談がございましたら、どうぞお気軽にお問い合わせくださいませ。(ケアマネジャー/N.K)



午後の活力チャージ!

ヘルパーステーション オアシス長瀬 ©06-6723-6553

私たちヘルパーステーションオアシス長瀬の職員やヘルパーさんがいつもお世話になっている、事務所の向かいにあるお惣菜店「むら川」様をご紹介します。

店内には、心温まる家庭的な味わいの手作り惣菜が所狭しと並んでおり、お弁当、煮魚、かぼちゃの煮物、高野豆腐など、どこか懐かしさも飽きのこない豊富なメニューが魅力です。特にお昼時には、近所の多くの常連様で賑わっています。

私の一押しは「ハンバーグ弁当」、たっぷりとかかったデミグラスソースがジューシーなハンバーグの美味しさを引き立てており絶品です。また、添えられた野菜の煮物や副菜は優しい味付けで、ごはんがどんどん進みます。お昼にいただくと「午後の仕事も頑張ろう!」と自然と元気が湧いてきます。お近くにお越しの際には、ぜひ一度足をお運びになり、「むら川」様の美味しい惣菜をお楽しみください。(サービス提供責任者/M.T)



オアシス公式 SNS 発信中!

オアシス最新情報や各施設でのイベント・レクリエーションの様子等、随時配信しております。「いいね!」「フォロー」お待ちしております!

