



OB 会だより

国臨協 OB 会関東信越支部

2023年1月1日
発行責任者：木下忠雄
編集責任者：土井誠一
事務局：〒135-0042
江東区木場6-13-5-707
TEL：090-3437-4525



年 頭 所 感

国立病院臨床検査技師協会 OB 会関東信越支部
(略称：国臨協 OB 会関信支部)

会 長 木下 忠雄

新年あけましておめでとうございます。

日頃より国臨協 OB 会関信支部に対し、ご支援ご協力を賜り厚くお礼申し上げます。

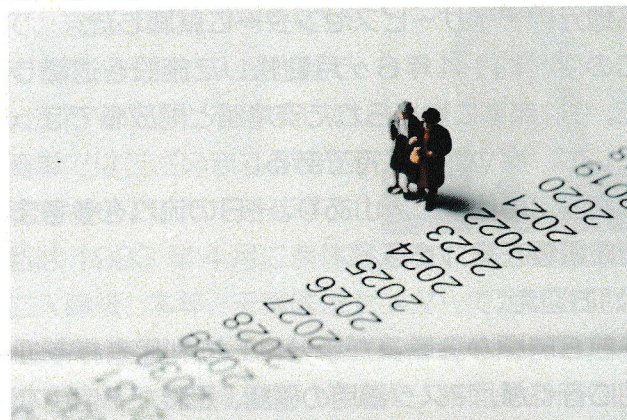
昨年、9月発行の「OB 会だより」No 84 号より、印刷・発送が外部委託となり経費削減の為、4 ページ紙面となりました。

今後は少ない紙面でも情報が豊富な工夫をしていかなければと、役員一同考えております。

また、現在の紙面文字ポイントは読者年齢を考慮して、12P としておりますが、情報量によっては 4 ページ制限の為、11P の小さめ文字に変わる場合もありますが、ご理解下さいますようお願い致します。

会員の皆様をお願い致したい事は、400～500 文字程度の近況報告や、旅の思い出、趣味、ご当地グルメ、雑感などを投稿して頂けますと助かります。勿論、長文でも構いませんが、場合によっては分割掲載となる事もあるかもしれません。

また、現在は「OB 会だより」のみでの情報発信と成って居りますが、会員間の交流には充分なものとは言えません。



将来的には「OB 会ホームページ」を開設し、会員皆様の近況などを自由に投稿して頂ける様な、コーナーを提供できると宜しいのではと考えてはおります。

そのような技術をお持ちの会員には、ぜひともご指導頂けましたら有難く思います。

また、昨年以来のロシアによる侵略戦争も、早期に停戦し一日も早く、ウクライナに安全で平和な日々が今年こそ取り戻せるよう願うばかりです。

2019 年 12 月以来 4 年越しの COVID-19 流行の為、総会等が中止となり、早期の開催が待たれるところであります。

6 月 3 日(土)の総会・懇親会並びに創立 40 周年記念講演会(於、私学会館)が開催出来ますことをお祈りして、私の年頭の挨拶とさせていただきます。

令和 5 年元旦

祝 令和 4 年度秋の叙勲

渡辺純夫さん(78 歳)、元、国療栗生楽泉園が瑞宝双光章。飛田卓哉さん(77 歳)元、がん中央が瑞宝単光章を受章されました。

永年のご功績に敬意を表し心からお祝い申し上げます。

デイサービスセンターを退職して

大野 清（元・国療栗生楽泉園）

定年退職後は医療から介護の社会で少しでも社会貢献できたらと考え、介護の資格を取りながら地元のデイサービスセンターに就職した。

この度、約14年6ヶ月勤務した施設を退職した。今は無事に勤められた安堵感と開放感でほっとして、爽やかな気持である。

◎施設での仕事は沢山あり、一日の流れを参考までに概要を紹介する。

① お迎え

午前8時頃から職員が手分けして利用者様を迎えに行くが、マスク着用の確認、足腰が不自由な方や、車椅子対応の利用者様の乗降りに神経を使う。家庭での様子を聞いたりしてコミュニケーションを大切にすることもある。

② 朝の会

新型コロナウイルス感染症の防止から、来所したら手洗い消毒、うがいを徹底する。朝の挨拶をして一日の予定や「今日は何の日」など話題を提供する。

③ バイタル測定

毎朝と夕方に心身状況の確認を行い、37℃以上の利用者様は帰宅を促す。入浴前に血圧が高い人は短浴や中止対応にする。

④ 体操

運動のためラジオ体操やストレッチ体操、リハビリ体操、歌体操などを行う。

⑤ 入浴

9時30分頃から入浴で、入浴希望だけで来所する利用者様もあり、午前中の大きな仕事で4～5人の職員で対応している。ヒヤリハットや事故報告も多くなるので注意が必要だ。

毎日約28名前後が利用しており、車椅子のまま入浴できる浴槽もある。特に夏場の入浴介助は汗びしょりになりながら大変である。女性利用者様でも男性職員が原則として入り、私も入浴介助していた。

⑥ 口腔体操

昼食前に口の機能を高め、だ液がよく出るようになり、舌がなめらかに動いて飲み込み易くするた

めに、「口を開ける・噛む・飲み込む」の動作をする。

⑦ 昼食の介助

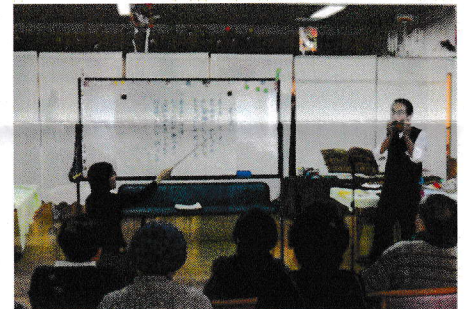
12時から昼食で握力、手指の機能低下など口に運ぶことの動作が難しい利用者様の介助と、主食、副菜の食事量のチェックをする。

⑧ 口腔ケア

食後に歯磨きや義歯をしている場合の指導、口腔環境を快適にするため。

⑨ レクリエーション

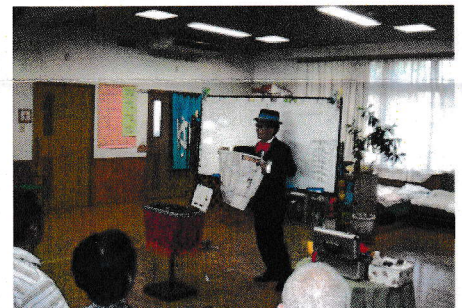
14時頃から利用者様の自立支援に楽しく活かすため様々な活動をしており、ゲーム、カラオ



ケ、生け花、工作、折り紙、塗り絵、川柳、紙芝居、リハビリ体操、おやつ作り、脳トレ、映画、美容レク、書道などを実施している。

私は毎月2回ハーモニカ、マジックを担当しており、利用者様から「楽しかった」、「おもしろかった」、「良かった」、「また聴かせて」など感謝されるとこのような活動が出来る喜びを感じる。ハーモニカ教室も開いており利用者様の吹けた時や、デイ内の発表会で演奏できて、感謝されたことは嬉しかった。

写真も季節に応じた草花や風景、スナップなどをお見せした。ロビーには写真コーナーがあ



り、利用者様や職員、来客様に好評で感謝されている。

なお、施設長より退職後も引き続いてボランティア活動と、写真展示の依頼があり継続することになった。

⑩ おやつ

レクリエーションが終了した後、お茶とおやつを食べてゆったり時間。

⑪ お帰り

16時頃に送迎車にて自宅玄関までお送りする。

⑫ 部屋の消毒、清掃、明日の準備をして一日が終了する。

①から⑫までが主な業務の流れだが、他に利用者様からトイレ介助、車椅子介助、歩行介助、衣服着脱介助、ベッド誘導など様々なことが求められる。

年間を通して時節にイベントもあり、新年初詣、豆まき、ひな祭り、お花見、いちご狩り、母の日、父の日、七夕、バーベキュー、食事会、敬老会、運動会、ハロウィン、クリスマス会など利用者様と楽しい思い出が一杯あった。

仕事を通して一番大切なことは利用者様との信頼関係を築くことで、常に情熱を持って、相手の立場に立って「共感」することが重要になると感じた。

ここまで病気もせず休むことなく元気に働けたのは、妻の支えがなければ無理なことで感謝している。

今後も心身共に健康的な生活をして趣味のハーモニカやマジック、写真などを活かして地域に根付いたボランティア活動を目指したい。



＊ 関連記事（私の投稿）

1) ティサービスに勤務して：OB会だより、第50号、2011. 5. 15

2) 退職して10年を振り返り：OB会だより、第71号、2018. 5.1

2022 年度 新入会員のご紹介

【余暇を楽しんでいます】

林 亮

月日の経つのは早いもので、まだまだ先とを考えていました OB 会へ入会させていただくこととなりました。簡単ではございますが自己紹介させていただきます。



私は 1983 年 4 月に産休職員として国府台病院に入職後、本年、千葉医療センターで定年を迎えました。在職中はその折々で OB 会の諸先輩方よりご指導・ご支援を賜りました。紙面をお借りして厚く御礼申し上げます。現在は短時間再雇用職員として千葉医療センターで勤務しております。趣味については、キャンプや車中泊、湖沼でのカヤックなどを犬連れで楽しんでおります。また、定年を機に自宅を改築し、薪ストーブやホームシアターを設置しましたので、これからゆっくり楽しみたいと思います。

コロナ禍の厳しい状況ですが、OB 会などで皆様方に直接ご挨拶できる日を楽しみにしております。今後とも何卒よろしくお願い申し上げます。

【まだまだ現役です! ?】

石井 幸雄

国立成育医療研究センターを最後に定年退職して、今年度より国臨協関信支部 OB 会に入会いたしました石井です。単身赴任が長く、しばらくは自宅にて家庭構築をする予定でいましたが、ご縁があり環境省石綿健康被害対策室に期間業務員として勤務しております。標本画像を読み込み電子化するヴァーチャルスライド作成装置を使用して、病理組織や細胞診標本の画像作成を行っています。装置が川崎にあり、月の半分以上は川崎勤務で相変わらずの通勤地獄を体験しています。

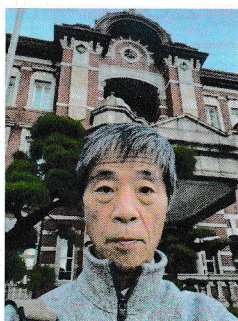


コロナ禍により諸先輩方にお会い出来ておりませんが、今後ともご指導ご鞭撻のほど、よろしくお願い申し上げます。

【四苦八苦です！】

金子 司

国臨協 OB 会関信支部会員の皆様におかれましては益々ご清栄のこととお喜び申し上げます。高崎総合医療センターを最後に定年退職しました金子司です。近況について報告いたしますので、よろしくお願いします。



私は再雇用も考えましたが、最終的には新天地で働くことを選択しました。引越などもあり、6月下旬から就活を始めました。なかなか面接にもたどり着かず、定年後の就職難を身に染みて感じました。9月の一か月間は非常勤として西船橋の検査センターで細胞診業務に就いていましたが、何とか就活の成果が実り、埼玉県立精神医療センター検査部で任期付き採用が決定し、10月から勤務しています。少人数の検査室ですので、すべての事を覚えなければならず、四苦八苦しています。毎日が緊張の連続で、若かりし頃の就職した当時を思い出します。これで肉体も少し若返るといいのですがどうでしょうか（笑笑）

しばらくは、臨床検査業務優先で頑張りたいと思います。早々にコロナから解放され、皆様とお会いできる日を楽しみにしています。今後ともよろしくお願いします。

【勤めは厳しい～】

岩崎 康治

定年退職後、再雇用制度を利用させてい



ただき、短時間勤務で引き続き埼玉病院に勤めております岩崎でございます。

新型コロナウイルスの先行きも判らない状況でもありましたので、PCR 検査対応で希望を出しておりましたが、3月中旬に事務部長より「TQM 推進室に行ってくれないか」と内示があり、午前 PCR 検査対応、午後 TQM 推進室での事務仕事

をしています。直属の上司が看護師長で慣れない仕事と相俟ってストレスの毎日で 2 年目以降はどうしようと悩んでいる毎日です。週 5 日の勤務から月～木の週 4 日勤務で体が楽になるかと思ったのが、日々のペースに慣れなくて、またストレスを抱えています。趣味のアウトドア（ソロキャンプ、車中泊）でストレス解消を図りながら生きています。

これからもできるだけのんびりと趣味優先の生活が出来ればと思っています。

今後よろしくお願いします。

訃報

佐藤乙一さん

享年 101 歳

(元・立川病院)

がご逝去されました

謹んでご冥福をお祈り申し上げます



【編集後記】



30 数年前の全英選手権のワンシーンです。当時の社交ダンスは今やスポーツダンスと名前を変えていますが、従前通り多くの人が楽しく踊っています。スポーツダンスとは、社交ダンスを原型として、改善・発展させたもので体全体を使い伸びやかに踊るものです。スピード感等スポーツ性を高めたダンスのことで、ほどよい全身運動となりバランス感覚を養い、健康増進・フレイル予防にも役立つと思います。新しい年の計画に OB 会会員の皆様も始めてみては如何でしょうか？

(k・k)