

きゅふす便り

大切なお客様 と キャプス をつなぐ



2019.4.15発行

第 60 号

2008年創刊
毎号1万部発行

介護・福祉の文具マーケット CQPS キャプス

●A4パンフレット

●矢印看板(500×290mm)
※写真ははめ込みイメージです。

●車用マグネットシート(600×250mm)

●長3・角2封筒

●ネームプレート

●キャラクター制作

●オリジナル複写連絡帳

◆ キャプスで制作させていただいた印刷物 ◆



vol.01 きゅふすのわ in 千葉

Fucchie Family 合同会社 様

今号からキャプスがサポートさせていただいている全国のお客様をご紹介します♪ 第1回目を飾るのは、千葉県で児童発達支援・放課後等デイサービス施設2事業所を運営されているFucchie Family合同会社様です。

◆事業所・施設の紹介・自慢をお願いいたします！

FucchieFamily合同会社は放課後等デイサービス・児童発達支援事業所ふっちゃんふぁみりいよつかいどう・ふぁみりいだいにちの2か所を運営しております。

子どもたちには尊敬・思いやり・信頼の言葉を大切に、学校から帰ってきたら元気にたいていと言えるような明るい環境づくりを目指しています。子どもたちがふっちゃんに行きたい、遊びたい、勉強したいと思うように日々、「心のオアシス」になれるよう努力しています。

◆施設の目指していることを教えてください。

家庭生活や学校の授業からは得られない、縛りのない新し

い刺激が遊びにはあります。

ふっちゃんふぁみりいでは、これをしなければいけないという決まりは作っていません。

子どもの個性を伸ばすことを第一に心身共に開放でき、ストレスや葛藤を調整克服していける環境づくりを目指します。

◆キャプスにひとこと！

キャプスさんには日頃、お世話になり深く感謝しております。私の思っている通りに作成していただいたり、早期の対応にも本当に感謝しております。

これからも何かとわがままなお願いをしますが、末永くお付き合いをお願いできれば幸いです。



Fucchie Family 合同会社 代表社員 淵上 浩司 様

〒284-0027 千葉県四街道市栗山 953-1
TEL 043-235-8812 FAX 043-235-8815 URL <http://hp.kaipoke.biz/nuz/>



◆キャプス担当者のコメント

いつもありがとうございます！1本の電話からのご縁で、淵上さんとお仕事をさせていただくようになりました。「こんな物できる？」とこちらに気軽に声をかけてくださることで、様々なものを作らせていただきました。「これは、ちょっと違うかなあ？」「そうそう！これだよ！」というやりとりを重ねていくことで、良いモノづくりをさせていただいていると感じています。私もふっちゃんふぁみりいの一員としての気持ちをもって、今後もサポートをさせていただきます！



相手を理解したいならこれを聞こう

～価値基準がスイッチになる～



「価値基準」は子どものころの記憶にしのびこんでいた

春は異動や新人採用で、新しい職員同士の出会いです。お互いのことを知り合い理解しあって、やがてチームになるために、職場の風通しもよくしておきたいですね。

お互いのことを理解したいときにどんなコミュニケーションが効果的でしょうか。家庭環境や今までの仕事のこと、プライベートな時間のすごしかたなど、いろいろ会話をしてみよう。でも、大切なはその人の信条や考えの根っこにある価値基準を知っておくこと。どうすればよいでしょうか。

誰も子どものころによくテレビで観たり、読んだりしたマンガや本があるでしょう。そこに登場した誰かのことを覚えていますか。キューティハニー、サリーちゃん、ドラえもんに出てくるのび太、ちびまる子ちゃんに出てくるおねえちゃん、とか。主人公でなくてもいいので、自分がいちばん好きだったその登場人物のことについて聞いてみてください。「その人のなにが好きだったのか」そして「そこから人生の何を学んだのか」さらに「それを今にどのように生かしているのか」です。

例えば、「ジャッキー・チェン」が好きなその人は、そこからユーモアが大切だと知り、仕事ではいつも笑いを忘れないようにと声をかけ、人を笑顔にさせています。まじめな話の中でもどこかにクスッと緊張をほぐす役割を果たす行動をします。また、「できるかな」のノッポさんが好きなその人は、口

数は少ないもののひとつのことを粘り強くやりとげるため信頼が厚い人。ないところから創造することが得意だからです。いかがでしょうか。何かうかんできましたか。強さ、正義感、やさしさ、愛情、好奇心、慎重さ、柔軟さ、熱意、根性…。概ね3歳から7歳くらいまでに見たり読んだりしたものの中から、人は人生で大切にしたいことを学んできています。そして、無意識のうちにふだんの生活にそれをもとにして過ごしていることがわかっています。こうした話題を、休憩時間など、少しリラックスした時間を使って話をしてみませんか。相手の価値観が浮かんできます。

では、それを日常の業務のなかでどう生かしていけばよいでしょうか。福祉現場には、対象となる高齢者や子どもといった利用者がいます。対人援助の基本にのっとった関わりは、その人らしさを大切にという個性性と、サービス全体を見渡すことも大切です。管理者は職員一人ひとりが、どんな仕事が好きで、どんな場面で強みを発揮するのかを見極めることに生かせそうですね。また、例えば新たな資格取得をしてはどうかといった提案は、挑戦という価値基準を持った職員には「新たなチャレンジをしてみないか」と話をするなど、これから成長してほしいことへの提案に、その人の価値基準を尊重しながら話すということにも使えそうです。

春はスタートの季節。職場でお互いを理解するためにこんな楽しい話題で笑顔になってください。



一般社団法人リエゾン地域福祉研究所 代表理事 丸山 法子

(社会福祉士 介護福祉士 生涯学習開発財団認定コーチ NLP マスタープラクティショナー)

リエゾン地域福祉研究所 検索





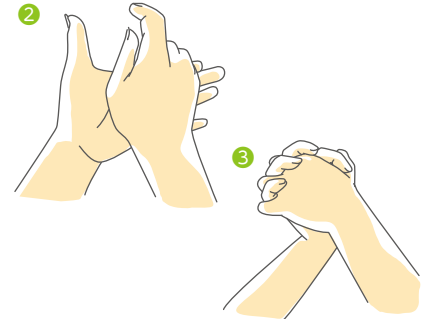
いきいき
イス体操

手もみで血流アップ

今号からの「やさしいイス体操」を教えてくださいるのは「YOKO METHOD」主宰の斎藤洋子さん。青森県弘前市のある看護師長さんから「デスクワークの合間にできる肩こりを和らげる体操を教えてください」と依頼があり、座ったままで手軽にできる「やさしいイス体操」が生まれました。時間も体力面でも無理なく取り組める体操です。第1回目は、手の指のマッサージ。手を刺激することで全身の血流がアップ。呼吸を止めず、力を抜くことが体操の効果を高めるポイントです。

手先のちくわはがし

- ①親指の付け根から指先へと、ちくわから竹を抜くように、ねじらずにもみほぐす。指先まできたら、指をつまみながら引っ張るように抜く。親指から小指まで順に行う。
- ②手のひらをもみほぐす。親指の腹ではなく親指のつけねを使うことで、力がよく入り疲れにくい。反対の手にも行う。
- ③手のひらを合わせて指を組み、手首を8の字を描くように回す。力を入れると筋肉が硬直してストレッチ効果が得られないので力を抜く。優しく握ることで、手首の稼働範囲が広がる。
- ④③のまま手のひらを押し合ってぴったりとくっつけ、パッと離す。手のひらが柔らかくなってくると、お互いの手が吸い付くような感覚がある。慣れてくると、離す瞬間にポンッと音がするようになる。



YOKO METHOD 主宰 斎藤洋子

病弱だった幼少期から大好きなダンスを通して健康になり、身体を動かすことの大切さを実感。モダンダンス、バレエ、ジャズダンスのインストラクターを経て20代から中高年のための無理のないエクササイズに注目し研究を重ね、「やさしいイス体操」を考案。2018年ジャイロキネシス認定トレーナーの資格を取得。

＼ 気になる数字 ／

「かくれ資産額は1人あたり約28万円」

フリマアプリ市場は2017年で4,835億円。2016年は3,052億円でしたので、1年で1.5倍以上にも膨らんでいます（経済産業省「平成29年度電子商取引に関する市場調査」）。メルカリとニッセイ基礎研究所では、昨年11月に日本の一般家庭にある不要品の量（＝洋服やバッグなどのファッショングッズ、書籍、子どものおもちゃ、家電製品、お酒、展覧会のチケットなどを「かくれ資産」とする）を調査したところ、かくれ資産額は1人あたり平均28.1万円、1家庭あたり平均69.4万円でした。家族の人数に比例し、4人家族では平均100万円を超えます。日本全国で約37兆円と推計され、今後もフリマアプリ市場の拡大が予想されます。モノを大切に考えるや共有する暮らしが広がれば支え合いにもつながりますね。

旬カメラ

最大10連休のGW



今年のゴールデンウィークは最大10連休！仕事の調整や休日の過ごし方に悩む方も多いのではないのでしょうか。4月29日は昭和の日、5月3日は憲法記念日、4日はみどりの日、5日はこどもの日。今年は天皇の即位の日として5月1日が休日（国民の祝日扱い）、国民の祝日に挟まれる4月30日と5月2日も休日に。何の休みか分からなくなりそうですね。



睡眠こそ最強の解決策である

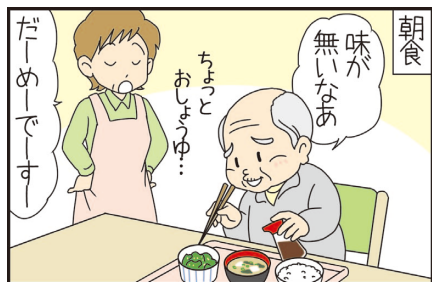
マシュー・ウォーカー：著 SBクリエイティブ：出版



を語る
あなたへ
贈る本

著名な神経科学者かつ睡眠のエキスパート、マシュー・ウォーカーが提供する、睡眠科学の最新知識。睡眠の量と質を疎かにすることが、いかに、健康、安全、ビジネスにとって悪影響を与えるかについて具体的に説明しています。そもそも睡眠とは？から始まり、睡眠の科学を仕事にどのように役立てるかといったヒントが満載です。

※キャプスでは販売しておりません



展示会

東京ケアウィーク2019 CareTEXに出展しました!

今回capsは、テレッサ(サービス実施記録)の報告から請求データの作成まで行うことができるクラウド型システム『テレッサmobile(モバイル)』のご紹介をさせていただきました。記録・報告はLINE@が提供しているLINE@を利用し、



ヘルパーさんがスマホやタブレットからサービス内容の報告をリアルタイムで事業所に送ることができます。訪問介護特定事業所加算の取得支援、業務効率アップが実現できる新しいツールとして、多くのご来場者様に知っていただくことができました。

勉強会

プライバシーマーク勉強会

3月9日(土)にPマーク(プライバシーマーク)の社内勉強会を行いました。プライバシーマーク制度とは、個人情報について適切な保護措置を講ずる体制を整備している事業者等を評価して付与し、事業活動に関してプライバシーマークの使用を認める制度です。

弊社は適切な個人情報の取扱いを行うために、年に一度全社員を対象としたプライバシーマーク教育を実施しています。



お知らせ

ゴールデンウィーク期間中の休業

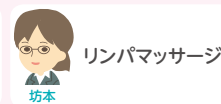
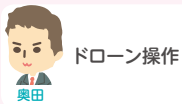
2019年4月27日(土)～5月6日(月)

誠に勝手ながら、上記期間、休業させていただきます。

2019年4月26日(金)以降のご注文は5月7日(火)から順次対応致します。お客様には大変ご迷惑をおかけしますが、何卒ご了承の程お願い致します。

キャブススタッフの
つぶやき

春からやってみたい
習い事は?



きゃぶす便り定期購読について

「きゃぶす便り定期購読希望」と明記の上、お届け先の「郵便番号」、「住所」、「事業所名(ご氏名)」を記入しメールアドレス、またはフリーダイヤルFAX宛てにお送りください。無料でお届けします。

●フリーダイヤルFAX 0120-47-1704 ●メールアドレス caps-shop@tanishi.co.jp

キャブス 株式会社 タニシ企画印刷 〒730-0845 広島市中区舟入川口町 4-2
☎ Tel 0120-74-7675 Fax 0120-47-1704 <https://www.caps-shop.jp>

介護・福祉の文具マーケット

caps