

# きたふく訪問看護ステーション 令和7年度お客様満足度調査 結果報告

調査対象：きたふく訪問看護ステーション  
をご利用のすべてのお客様とそのご家族  
回答数：58名

## 【お客様のご意見・ご要望】

・皆様の「こんにちは」と、明るく元気な声掛けもとケアが始まり、いつの間にか7年の歳月が流れました。この間、認知症がすみ理解力の低下とともに、段々と拘縮が酷くなって対応困難な母にいつも優しい笑顔で声掛けのもと、適切なケアを提供下さったお陰で、一年、一年と年を重ねる事が出来ました。本当にありがとうございます。7年の間には、本当に色々な事がありました。皆様の笑顔を見るとホッとして母の事だけではなく、介護者の相談にも乗って下さり感謝しています。  
・この度は10日間という短い在宅の時間でしたが、主にきたふくさんに介入して頂き、安心して看取る事が出来ました。家族一同感謝しております。

## ◆今回の結果を受けて◆

満足度調査へのご協力ありがとうございました。温かいお言葉を頂き、感謝の気持ちでいっぱいです。今回頂いた結果やご意見を元に、もう一度今のサービスを振り返り、改善を図って参ります。さらに満足して頂けるよう、スタッフで力を合わせサービス向上に努めて参ります。皆様が在宅で笑顔で生活ができるよう心を込めてサービスを提供して参りますので、これからもよろしくお願い致します。

項目	満足度
I 接遇・応対力	96.3%
II 技術・知識	95.8%
III 瞬発力	93.5%
IV 提案・支援力	91.4%
V 総合的満足度	97.0%

# きたふくだより

第280回 9月号

発行者 ◆北九州福祉サービス株式会社  
代表取締役社長 吉塚浩  
住所 ◆〒802-0077  
北九州市小倉北区馬場  
1丁目3番21号  
編集者 ◆お客様相談室 村上麻衣子  
☎ ◆093-533-1294



## 今月のヘルパー月間テーマ

「移動時の安全点検」

・外出前の安全確認をします。  
・車椅子、シルバーカー、杖の総点検をします。



## 質の良い睡眠

### Pickup! からだところの健康

- 睡眠はからだところの回復を行う働きがあり、食事や運動、喫煙、飲酒などの生活習慣と同じように健康に深く関わっています。
- 質の良い睡眠をとると、生活のリズムが整いやすくなり、体内のホルモンのバランスも保たれやすくなります。そのため、生活習慣病(高血圧・メタボ・循環器疾患など)の予防につながり、抑うつや不安などのところの不健康も予防します。
- 質の良い睡眠が得られると日中の身体状態が良くなり、活動的に過ごすことができます。日中の活動的な生活がまた、良質な睡眠をもたらし、からだところを健康にします。

### 質の良い睡眠のために…

#### 規則正しい生活

睡眠も生活習慣のひとつです。質の良い睡眠のためには、まずは規則正しい生活を送ることが大切です。

#### 運動習慣

ウォーキングなどの運動習慣があると、寝つきがよくなり、深い睡眠が期待できます。(入眠しやすい効果的な時間は寝る3時間程前の夕方から夜)ウォーキングが難しい場合は椅子に座ったままできる体操や寝たままできるストレッチなど、自分の体調に合わせて少しでも体を動かしましょう。

#### 光を浴びる

朝、起きて太陽の光を浴びると、光の刺激が目から脳に伝わり、脳内で睡眠ホルモン「メラトニン」が合成され、自然な眠りを誘うようになります。メラトニンには、夜間の睡眠リズムを調整する働きもあります。

#### 食生活

朝昼夕の3食バランスよく食べることが大切です。特に朝食はしっかりとり、日中に活動するためのエネルギーを補給しましょう。また、寝る前に食事をとると消化活動で睡眠が妨げられるため控え、アルコールの摂取は眠りが浅くなるため、注意が必要です。

#### 室内環境を整える

寝室の温度が低すぎると、体温を維持しようとして皮膚から熱が放散されにくくなる一方、高すぎると外気に熱を放散しにくくなり、体温調節がうまくいきません。寝具や空調機器を上手に活用しながら、就寝環境を整えましょう。



ウトウトする猫(Kさん写真)

#### よく眠れる寝具

深い眠りを保つために身体は発汗しています。吸湿、放湿性がよく、保温性の良い寝具を選びましょう。パジャマは汗を吸収しやすい綿やガーゼ素材でゆったりしたサイズが快適です。枕は首や肩への負担が少ない自分にあった硬さ、高さで安定感のあるものを選びましょう。

## きたふくNEWS

戸畑センター(ヘルパー・ケアマネ)が移転いたしました。

\*新住所\*  
〒804-0011  
戸畑区中原西  
3-3-31  
サンライフ中原  
102号

新たな環境で職員一同頑張ってます。  
お問い合わせは戸畑センターまで。  
(☎093-884-1294)



## 簡単ヘルパーレシピ

- [さっぱりトマトとふんわり玉子炒め]  
①フライパンに油をひき、溶いた卵をいれ、半熟程度にさっと炒める。  
卵を溶いたボウルに戻しておく。  
②トマトを1.5cm角くらいにカットする。  
(湯むきすると、見栄えよく、食べやすくなる)  
③①のフライパンにトマト、めんつゆを入れひと煮立ちする  
④③のフライパンに卵を戻し、軽く炒めたらできあがり!  
刻みネギやパセリをふると彩り鮮やかに☆

- ◆材料◆  
・卵 1個  
・トマト 中1/2個  
・めんつゆ 大さじ1



YouTube公開中!



## 気まぐれ編集後記

### 一蟬(せみ)

例年なら梅雨明けと共に始まるセミの大合唱。今年は7月に入っても全く聞こえず…この異様な静寂に「セミの声がしないね…」と同僚と話をしていたのですが…。ここ数年間でセミの鳴き声は段階的に減少しているそうです。35度前後の日が続くと、セミにも人間と同じような「熱中症」が確認されたり、暑さで羽化に失敗したりするそう☹  
今年はセミ鳴かないのかなあ…とっていたら7月下旬頃からやっとセミたち大合唱! 当たり前だった夏の音風景が変わるほどの気候変動。本当に異常ですよね。けたたましくセミが鳴く夏は「うるさい!」と言っていたような気がしますが、セミの鳴かない夏はどこか寂しさを感じて…今年は「あゝセミだ!」と歓迎していました☺ミンミン♪  
9月に入りますが、今年も残暑はまだまだ厳しい予想です。体調管理に気を付けて元気に過ごしましょう。  
背景:彼岸花(Kさん写真)





### 小倉北区にお住まいの河野哲也様(88歳)をご紹介します。

現在も経営者としてお仕事をされている河野様。今年6月から、ヘルパーの利用を開始されました。リーダーによると河野様は“長年会社経営をしてこられた方なので、契約書などの書類にはしっかりと目を通しておられます。現役の経営者として仕事をされている意欲にあふれた方。”とのこと。そんな河野様にヘルパーへの想いやお仕事についてお聞きしました。

### お店を始めた時期ときっかけは？

50年程前、経営していた建材の仕事で年に数回イタリアに行っていました。現地取引先の方がピッツァを食べに連れて行って“こんなに美味しいピッツァを是非北九州でも！”と思ったのがきっかけです。それも、デリバリーというモデルに着目して、デリバリーを始めました。デリバリーピッツァは九州ではうちの会社が初めてでした。



河野様のお店CASA ROMANE (カーサロマーノ)



### 大切なことやこだわりは？

現在、小倉北区に3店舗あります。食材の約9割はイタリアから輸入し、ピッツァは生地とソース、チーズなど、素材にこだわっています。飲食店で大事なことは、いかにリピーターのお客様を大事にするかです。今のお客様は8割程がリピーターの方です。初めて来られた方にどうしたらリピーターになっていただけるか…と、始めたのが割引チケットの配布です。広告費をたくさん使うよりも、実際に店に足を運んでくれるお客様に還元し、次回につながるようなことができないか、という思いから始めました。

### ヘルパーへの想いは？

2年前に歩くのが不自由になり、室内は歩行器やキャスター付イス、階段は昇降機で移動しています。そんな中、家の事を担っていた家内が入院してしまい、ヘルパーさんを派遣してもらうようになりました。掃除、買い物、洗濯を手伝ってもらっています。洗濯物は丁寧に干してくれ、時間いっぱい活動してくれます。耳が遠いので、相談することがある時は近くまで来て話してくれます。先日、コンビニでの買い物を頼んだ時に、ヘルパーさんが「コンビニにはこんなお惣菜がありますよ」と写真に撮ってきてくれました。自分では行けないので、どんな商品があるのか分かりません。こちらから言わなくても、そうして心配りをしてくれることが、嬉しいですね。ヘルパーさんが来てくれて本当に助かっています。

### これからの目標は？

これまで、とにかく仕事第一でやってきました。目標は…あと10店舗くらい増やしたいですね(笑)最近はYouTubeでイタリア料理の動画を見て、これはいいな、と思う料理があれば、社員に伝えて試作させています。便利な時代になったなと思います。これからさらに店を増やすことが楽しみです。

### 生活されるうえで大切にされていること、信念は？

仕事への情熱と感性をずっと大事にしてきました。たとえアルバイトであっても、何をしにきたのか？何を学びたいのか？ということをはっきりさせています。仕事に真剣に取り組むというのは自分の信念でもあり、楽しみでもあります。まだ仕事をしていることが若さや元気の秘訣です。一日中ぼーっと過ごすなんて、考えられないですね。今後も、できる限り仕事は続けたいと考えています。

歩行が不自由ながらも、リハビリを経て現在も現役で働かれている河野様。11月には89歳を迎えられます。そのパワフルさは年齢なんて全く感じさせません。前向きで情熱的な姿勢にヘルパーは刺激をいただいています。聞くところによると、河野様はお店のテレビ取材やインタビューはほとんど受けないとのこと…。今回、とても貴重な取材となりました。



(取材:小倉北 吉田暁リーダー/紙面構成:村上)



八幡東区 簾童子様



八幡西区 西悦美様



小倉南区 京ちゃん様



八幡西区 宮原次枝様

見上げれば空一面の羊雲  
吾木香揺れて秋の始まり  
サイドミラー蜻蛉ふわりと止まり来て  
おどろかせぬようそつと発進  
陽が落ちて蝉時雨弱まりて  
夕涼風に心が和む  
道端の転がる蝉の亡がらを  
少し陽陰の草に移しぬ

小倉北区 岸川美砂代様



門司区 井上洋美様

### きたふく写真館

写真がとっても得意な職員  
皆さんの写真をご紹介します



↑田んぼと電柱  
←あじさいとヤブキリ  
←ハス(遠賀)

百才が 手招きをする 半夏かな  
孫が来て 老婆の出来ぬ 夏仕事  
五十年 我が家と共に アガパンサス  
庭のすみ ヒメヒオウギ水仙も 咲いている  
山と山 煙の如き 夏の雲  
夏の日や 小物作りに 時忘れ  
戸畑区 中園チエ様

万緑や カラスも鳴かぬ この暑さ  
スイカ割り 子らにぎわうや 浜辺かな  
梅雨明けて ブルーの空や さわやかに  
この暑さ セミの声なし 羽化まだか  
カラス増え 雀怯えし 姿見ぬ  
夏空に 一輪咲きの 向日葵か  
熱帯魚 水槽狭し ストレスか  
小倉南区 向山千代孝様

蝉の声  
お盆近いと  
告げに泣く

小倉南区 冷水愛様



小倉北区 O・S様



門司区 鳥越眞智子様