

□かかりつけ医と連絡とっているかどうかわかりません。(ケアマネ)

[回答]ご不安な思いをおかけし申し訳ありません。ケアマネジャーは日頃より、かかりつけ医や関係機関と連携を図りながら支援を行っております。連携状況についてご不明な点やご心配な点がございましたら、担当ケアマネジャーよりご説明いたしますので、お気軽にご相談ください。

□掃除で入ってもらっているのですが、他の事をお願いしてはいけないのでしょうか。(ケアマネ)

[回答]ご質問ありがとうございます。訪問介護サービスは、介護保険制度に基づき、あらかじめケアプランや訪問介護計画に位置付けられた内容を提供しております。当日の体調など状況に応じて対応可能な場合もありますが、ご希望の内容によっては計画の見直しが必要となる場合がありますので、担当のケアマネジャーへご相談ください。

□生ゴミのゴミ出しをお願いしたいのですが、本人が自宅に居ないとダメと言われたのですが、本当でしょうか？(ケアマネ)

[回答]ご意見ありがとうございます。介護保険制度に基づいた訪問介護サービスは、ご利用者様の「自立支援」を基本とし、ご本人と関わりながら必要な支援を行うサービスです。そのため、ゴミ出しを含めたサービスについても、原則としてご本人の不在時に行うことはできません。ご理解いただきますようお願いいたします。

□買い物の時間を取ってもらいたい。(ヘルパー)

[回答]ご要望をお聞かせいただき、ありがとうございます。訪問介護での買い物支援につきましては、ケアプランやサービス内容に基づいて実施しております。今後、お客様のご希望を担当ケアマネジャーとも共有し、サービス内容や時間配分について確認・検討してまいります。引き続き、お客様の生活を支えるサービスの提供に努めてまいります。

□1時間でいろいろとヘルプをお願いするのが無理。(ヘルパー)

[回答]限られたサービス時間の中で、ご希望に十分お応えできず申し訳ございません。今後も優先事項を確認しながら、できる限りご希望に沿った支援に努めてまいります。

□同行外出、ゆっくり歩いてほしい。(ヘルパー)

[回答]貴重なご意見をいただき、ありがとうございます。外出支援では、お客様が安心して安全に移動できることを第一に考えておりますが、配慮が十分でなかったことがありましたら申し訳ございません。今後はお客様の歩くペースや体調を確認しながら、無理のない速度で同行できるよう職員を指導してまいります。これからも安心して外出のお手伝いができるよう努めてまいります。

□キャンセル料が発生すると聞き、びっくりしました。キャンセルの電話がしにくくなりました(ヘルパー)

[回答]キャンセル料について突然のご案内と感じられ、ご不安なお気持ちにさせてしまい申し訳ございませんでした。キャンセル料は事業所の規定に基づきお願いしておりますが、お客様に安心してご相談いただけるよう、今後も丁寧な説明を心掛けてまいります。貴重なご意見をありがとうございました。

きたふく写真館

Kさんの写真をご紹介します



↑下関 彼岸花→



気まぐれ編集後記

-おせち!?-

8月下旬…コンビニなどで「おせち予約中」の文字「お盆が終わったばかりなのに」、「あれ？もう11月?!!」と、時の流れに気持ちが追いつきません…。気づけば冬が目の前。日々があっという間に過ぎていくのは、経験を重ねるほど時間が早く感じられるからだそうです。つまり、「経験値が高い」ということ～♪油断していると、気づけば今年も残りわずか。特に朝晩は一気に冷えるようになってきました。ぼちぼち本格的な冬支度を始める季節です。皆さまも風邪などひかないよう、体調に気をつけながら、お過ごしくださいね

きたふくだより

第294回 11月号

2026年10月20日発行

発行者◆北九州福祉サービス株式会社
代表取締役社長 小野彰久
住 所◆〒802-0077
北九州市小倉北区馬場
1丁目3番21号
編集◆お客様相談室
☎ ◆093-533-1294



今月のヘルパー月間テーマ

「感染症予防」

・インフルエンザ等の感染を予防するために、手洗い、咳エチケットの励行をします。



今から始める「換気習慣」

今年の夏は厳しい暑さが続き、エアコンの使用で窓を閉め切ることが多かったのではないのでしょうか。この夏、各地でインフルエンザが流行しましたが、その一因として換気不足が指摘されています。感染症の原因となるウイルスは、人が集まる室内で広がりやすいといわれています。換気が不十分だと空気中にウイルスがたまりやすくなり、感染のリスクが高まります。感染症が本格的に流行する冬を迎える前に、手洗い・うがいに加えて、「換気」の大切さについても改めて見直してみましょう。



ススキに射す日(Kさん写真)

今日からできる！換気のコツ

- ✓ 朝起きたら、まず5分間窓を開ける
- ✓ 2か所以上の窓を開けて、空気の通り道をつくる
- ✓ 窓が1つしかない場合は、換気扇を活用する
- ✓ 常時換気が可能な場合は、常に窓を1～2cm程度開けておく
- ✓ 空気清浄機を併用する

常時換気ができれば理想的ですが、無理する必要はありません。「短時間でもこまめに換気すること」がポイントです。毎日のちょっとした習慣が、感染症予防につながります。

免疫力を上げよう！

換気だけでなく、免疫力を高めることも大切です。栄養バランスの良い食事や十分な睡眠、適度な運動を心がけましょう。

- ①大根を輪切りにし、かくし包丁を入れ、面取りをする。
- ②フライパンにごま油を入れ、①を軽く焼く。
- ③水、顆粒だし、みりん、味噌を入れ煮こむ。
- ④大根がやわらかくなったらごまを入れる。
- ⑤器に盛り完成。彩りにネギなどあればGOOD

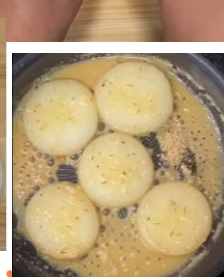
免疫力UP 簡単ヘルパーレシピ

【大根のみそ煮】



(材料)
・大根 …… 6cm
・ごま油 …… 少々
・水 …… 300cc
・顆粒だし …… 小さじ1/2
・味噌 …… 大さじ1
・みりん …… 大さじ1/2
・ごま …… 適量

大根と味噌の組み合わせは、免疫力向上に効果的です。大根は消化を促進し、発酵食品である味噌は腸内環境を整える効果があります。



ヘルパーご利用中の早川敏子様(79歳)をご紹介します。



後列左から：ご主人の明範様・敏子様・
玉川リーダー 前列：竹内ヘルパー

【再び描き始めた絵】

敏子様は、かつて北九州の美術界をリードした加来保先生の教室に40年ほど通い、水彩画や抽象画、アルミホイルを使った作品など、多彩な表現に挑んでこられました。

しかし、4年前、美容室を営んでいたご自宅が工事の火災で全焼するという悲劇に見舞われます。大切なものすべてを失ったショックはあまりに大きく、筆を執る気力も奪われていました。それでも、「また描いてみたら」というご主人の優しい言葉が、敏子さまの止まっていた時間を動かします。今も、「描きたい気持ちは変わらない」と語る敏子様。日々の暮らしの中で心動かされた瞬間や感動が、創作の原動力となっています。



【体調と向き合いながら】

膝の痛みがあり、ひどい時は立てないほどだそうです。治療を続けながらも、体調の良い日は掃除や片付けをご自分で行われます。ヘルパーは掃除、ゴミ出しをお手伝いさせていただいています。「ヘルパーさん、とても助かっています」と言ってくれました😊

【元気の秘訣は「ご主人」】

若さと元気の秘訣を尋ねると、「主人の世話をすることかな」と敏子様。近くに住む妹さんとランチに出掛けることも楽しみの一つ。日々の暮らしの中に、小さな楽しみや役割を持ち続けていることが元気の源になっているようです。次はどんな作品が誕生するのでしょうか…私たちも楽しみにしています😊♪

※今回ご紹介しきれなかった作品は
順次きたふくだよりでご紹介させていただきます。

↑まるで美術館のように飾られている作品 ↓画材



小倉南区
今村かすみ様



今村様の家庭菜園

プランターで季節の野菜を育てられている今村様。今年は小さなスイカが4つでき、ピーマンやトマトも収穫できたそうです🍉🍅
春にはいちごも育ち、家庭菜園を楽しんでいます🍓😊

小倉北区
本多充子様



手毬に布を貼り、お盆にお供えしたほおずきを数日間漂白剤に浸して乾燥させるなど、丁寧に時間をかけて制作されています。漂白して葉脈だけを残した「透かしほおずき」は、とても繊細で美しく、「こんな作り方があるのか」と驚きました💡💡
細やかな手仕事が光る作品です💡

八幡西区
堀野馨子様



八幡西区
吉野孝子様



門司区
山本エツ子様



小倉南区
京ちゃん様

高速道美祢連山の紅葉が
ドライブ日和りと心おどらせる
星山神社の御神木黄葉染まり肩先に
一葉はらりお守りのごと
どこからか五時を知らせるチャイム音
夕焼け小焼け田舎道帰る人
小倉北区 岸川美砂代様

年老いて娘がいて嬉し盆用意
帰省子の手早き仕事夏の庭
野良ねこの裏口のぞくい夏の夕
見ら集いにぎやかな事力タツムリ
一人では生きられぬ日の百日紅
沢山の方のお世話で越せた夏
戸畑区 中蘭子工様

神無月神もお休み宮地嶽
カササギや足立の山に群れをなす
秋夕焼とんぼとまりし芒の穂
楽しみや運動会で走る子ら
花農丘バラのソフトを食べる父子
栗泥棒熊の子見つけ後ずさり
小倉南区 向山千代孝様

障がいを受け入れ生きてゆく
ごほうびはモンブラン
和菓ほっくり甘きロどけ
優しさがほころぶように
花開くじいちゃんの庭
菊香風に乗る
落葉をふみふみ歩く
転ばぬようにシャシャカ
ザクザク秋の音