



## 代表者挨拶

風薫る五月、豊田市土橋に  
「訪問看護リハビリ はるかぜ豊田」を  
開業させていただきました。  
開業に際しては、沢山の方からのご支援と  
ご協力をいただきまして、厚く御礼申し上げ  
ます。

大学卒業後、名古屋市の広告代理店に勤務し、それから新規事業（通信 IT 業）の現地法人代表として、1990年よりアメリカ・ロサンゼルスへ渡り、在住しておりました。  
公私ともに充実した在米生活を送っていましたが、人生の節目の時期を迎えて、いよいよ望郷の念やみ難く、帰国を決意。IT 業に長年携わっていたこともあり、逆に利用者の喜ぶ顔の見える仕事がしたいという理由から帰国後整体サロンを開業し、只今 2 店舗運営しております。（名古屋市緑区・港区）

海外在住邦人の多くが感じている事の一つに、少子高齢化が進む将来の日本に対する言いようの無い不安があります。日本の社会保障制度がいかに素晴らしいものであるか、その事に異論を唱える在留邦人には出会った事ありません。世界に冠たる日本の医療・社会保障制度は、将来も持続的で高齢化時代にあった質の高い社会インフラとして次世代に繋がるのか？「日本へ帰るからには、最後は地元へ帰り地域貢献を果たす」との強い想いを抱いていたところ、縁あってこのようなご挨拶をさせていただく機会を得て、導いていただいた皆様に心から感謝しております。岡崎の岩津で生まれ育ち、豊田南高の第 1 期生として 岩津から上郷若林まで片道 10 キロ近くを毎日自転車で通学したのは今となれば良い思い出です。

幅広い診療科経験があり、自らの専門性を活かしながら地域社会との交流を心待ちにしている総勢 9 名の看護師とともに、今後も当地の社会インフラを日夜支えていただいている地域の医療・介護関係者の皆様、行政や地域団体の皆様とともに、地域包括ケアの実現に向かい、訪問看護ステーションに期待される役割を果たしてまいりたいと思っております。

株式会社ゆきかぜ  
代表取締役 多治見 憲司

職員共々よろしくお願い申し上げます。

事業所名：訪問看護リハビリ はるかぜ豊田  
住 所：〒471-0842  
豊田市土橋町 4-75 BULS12-D号  
電話番号：0565-41-8777( よいはな)  
FAX 番号：0565-41-8778  
提供時間：8:45～17:45

休 日：土・日曜日・祝日  
訪問地域：豊田市・みよし市・岡崎市・東郷町・  
刈谷市・知立市・安城市

事業所番号：2363090198

URL [www.yukikaze55.co.jp/kango](http://www.yukikaze55.co.jp/kango)



## はるかぜ通信 vol.1 風歳時記

はじめまして。「訪問看護リハビリ はるかぜ豊田」です。  
西三河の地域貢献の一隅になることができるよう、しっかりと努めていく  
所存です。  
今回、「風歳時記 初号」を勝手ながらお届けさせていただきました。  
第 1 号ということで、今号では「はるかぜ豊田」のスタッフを紹介させて  
いただきます。今後とも末永くよろしくお願い申し上げます。

拝

はじめまして、管理者の林千裕と申します。  
私は山梨県出身で、看護大学在学中より在宅に興味があり、卒業論文では「老々介護」について書きました。「いつか在宅で過ごす方々を支える仕事をしたい！」そのために必要な知識・技術を身につけなければ！と思い、急性期病棟と外来で 11 年間勤務をしてきました。今年 3 月に夫の仕事の都合で豊田市へ。しばらくお休みをと思っていましたが、看護師の仕事が好きな私には無理でした。すぐに働きたくなってしまい、夢だった訪問看護の世界へ飛び込む決心をし、代表に出会いました。代表の「地域の方々のために、何か役に立つ仕事がしたい！」という熱い想いと私の「訪問看護師として地域の方々を支えたい！」との想いが一致し、訪問看護リハビリ はるかぜ豊田の一員となりました。  
私は 2 児の母でもあります。いつか子どもたちに訪問看護師としてキラキラ輝く母の姿をみせたいと思っています。  
訪問看護師になることを応援してくれている夫、管理者として訪問看護師として私の背中を押し続けてくれる代表、私を支えてくれるスタッフに感謝の気持ちでいっぱいです。この気持ちを忘れず、日々努力していきたいと思えます。



私が目指す訪問看護ステーションは...『地域の皆様(利用者さんやそのご家族、訪問看護に関わる多職種の方々)に愛されるほっとステーション』です。

訪問看護リハビリ はるかぜ豊田をこれからもよろしくお願い致します。



訪問看護師ハビリはるかぜ豊田で一番若手の三井千華と申します(๖๖๖)

私は藤岡町出身で、自然豊かな地域で育ちました!

祖父母と同居はしていませんが、地域(特に高齢者)の方々に優しくして頂いたの  
で、少しでも思返しがしたい!との気持ちが強く、じっくりと皆様と関わる事ができ  
る訪問看護の道を選びました。少しでも在宅で過ごすお手伝いをさせて頂きたい!  
との想いには自身を持っております!知識・技術はまだまだ足りない... ( ;\_ ; )  
でも!!まだまだ伸び代がある!と信じて日々頑張っております。  
私の幼少期を優しく支えて下さった皆様が、いつまでも、自分のやりたい事が自  
分らしく出来るようにお手伝いさせて頂いたら幸いです(๖๖๖)♪

『一日一つ、ちいさな幸せや喜びを見つけよう』

私が行っている事です☆

例えば、「元気良くあいさつしたら、笑顔であいさつ  
を返して下さった♪」

「久しぶりに山菜採ったわ〜。春がきたのね☆」  
そんな小さな幸せや、喜びを見つけて楽しむ事で、  
毎日が充実していると感じる事ができますし嫌な事はば  
りではなく、自然と良い事を見つけられる様にな  
りました♪

落ち込む事が多くて嫌だわ〜...。なんて思っている  
方々、試してみてください☆

オススメですよ(๖๖๖)♪



はじめまして看護師の村上です。

私のみつけた素敵な言葉(\*^\_^\*)紹介します。

毎日の生活の中で、愚痴ったり、言い訳したり  
したくなりますよね。

読んでみて下さい。うちの子の言い訳  
少し減りました(\*^\_^\*)きっと頑張れます。

実力の差は努力の差  
実績の差は責任感の差  
人格の差は苦勞の差  
判断力の差は情報の差



真剣だと知恵が出る  
中途半端だと愚痴がでる  
いい加減だと言い訳ばかり

本気でするから大抵のことはできる  
本気でするから何でも面白い  
本気でしてるから誰かが助けてくれる



## 服部 奈巳

看護師の服部 奈巳です。訪問看護は少し経験があり  
ます。

利用者様ご本人はもちろん、そのご家族の方々へ、  
ほんの少しでも支えになるようにしっかりやっていき  
たいと思います。よろしくお願いします。

母と子供の3人家族

他に、ワンちゃん、金魚3匹、鈴虫を飼っています。  
趣味は釣り・韓国ドラマを見ること、子供といろん  
なところへ行くのが大好きです。

## ハッチャンのお勧めスポット!

【のんほいパーク】(豊橋動物植物公園)

<http://www.nonhoi.jp/>

広くとってものんびりできる動物園です。  
天気の良い日にお弁当とレジャーシートを  
持っていくといいです。  
動物園近くの「たまごの学校」もおススメ  
SPOT!  
(プリンが美味しい!お昼には売り切れにな  
ることも...)

## 私の体に良いもの

私は一言でいうと健康オタクですね。いつも「体によい物」を探しています。そのひとつは、「闘  
病記」を読んでいます。

私は病気の基礎知識が得たいので医療関係者の闘病記を選び読みます。

では、がんの闘病記3つを紹介します。星野仁彦さんの「ガンと闘う医師のゲルソン療法」  
は病院の治療も必要だけど食事、生活習慣なども変えないと再発するかもと気付かせて貰  
いました。がんサバイバーの岸本陽子さんのエッセイ「おとなのごはん日記」は癌になっ  
たらゲルソン療法と決め食事に気をつけて行こうと思った時に「卵、肉、乳製品なしでも無理  
なく続けられる、豆、野菜、ちょっと魚の私流バランスごはん、忙しくても、お料理が苦手でも、  
楽しく作れるヒント」のフレーズにつられて読み、イラストもエッセイからも元気をいただ  
きました。「がんになって考えたこと」筆者の星野史雄さんは「介護者の気持ちも当事者の  
気持ちも闘病記を読むことで、みんなそれぞれ違うんだ、それで良いんだ、という当たり前  
のようできて、なかなかたどり着けない思いに導かせるという言葉合い」と言っています。  
闘病記のない病気は、インターネット上に患者会や闘病記のホームページやブログがないか  
探すと時間労力費やさず無理せず情報が得られます。患者会や介護者の会も同じ意味合い  
があります。

なにか元気になる楽になるという感じです。

色々な病気で療養されている方そしてケアされている方に元気を!

これからも、カラダに良いもの...まだまだみつけてきますよ。(森脇)



管理栄養士に聞いた

## 『噛みにくい食品ワースト12紹介』

- 第1位 たくあん
- 第2位 イカ
- 第3位 ごぼう・セロリなど  
(繊維がかけたい食品)

- 第4位 分厚い肉
- 第5位 タコ
- 第6位 せんべい

- 第7位 きゅうりの漬物
- 第8位 すりめ
- 第9位 リンゴ
- 第10位 こんにゃく・餅など  
(弾力あるもの)
- 第11位 葉物野菜
- 第12位 加熱すると身がしまる魚



埼玉より結婚を機に引っ越して来て13年になりました。今年、上の子供が中学生になり、三  
河の地に根を張りつつあります。数年前に母がアルツハイマー型の認知症を発症し、それを  
きっかけに認知症についての勉強を始めました。今、認知症の予防と進行を遅らせることは、  
多くの方の関心事頃だと思います。はるかぜの看護活動として、そういったことにも関わって  
いけたらいいなと思っています。

庭のラベンダーがきれいに咲き始めました。つぼみや花の香りも  
いいのですが、私は葉の香りが好きです。控えめですっきりとし  
たこの香りは年中楽しめ、葉を軽くもんで香りを吸い込むとなぜ  
か私の頭痛を軽減してくれます。



高山 あゆ子

## 『私の決断』

看護師の高森と申します。

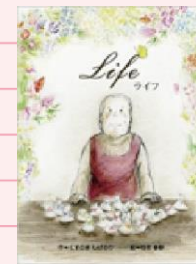
この春、16年勤めた病院を退職し、心機一転「はるかぜ豊田」に勤め  
させていただくことになりました。それなりに年齢を重ねていても、  
最初の一步を踏み出すには勇気があるものだと実感している今日この  
頃...。むしろ、歳をとればとるほど大きな決断となっているように思  
えるのは私だけでしょうか? 今回、私は『決断』をテーマにしました。  
決断とは“意志をはっきりと決定すること”という意味があります。  
高校卒業後すぐに、故郷の長崎から愛知へ移り住み、20年以上をこの  
地で過ごし、現在に至ります。親兄弟と離れ、振り返ってみると多く  
の事を自分自身で決断してきました。決断をするとき、即決できるも  
のってどのくらいあるのでしょうか...? 多くの事柄は思い悩み、又は  
迷いながら自問自答し、やっと決める事ができるのではないかと私は  
考えます。時には家族や友人・先輩や周りの方に相談し、自分の思い  
や方向性が変わることもあります。それでも、やはり最終的な決断は  
自分。病院での経験しかない私が、「訪問看護」を選択したことはとて  
も大きな決断でした。皆様も、日々の生活の中で大なり小なり何かし  
らの決断をしながら過ごされているかと思います。私達の生活は、決  
断の積み重ねの上に成り立っているのかもしれない...。実は、今の  
私を悩ませる決断は...主人と3人の娘に作る夕食の献立です(笑)。ど  
なたか、簡単な絶品メニューレシピをご存知ありませんか? 好き嫌い  
はありません!! よろしくお祈りしますm(\_ \_)m  
次回は... 決断シリーズ第2弾『初めての健診』です。

六鹿と申します。

私は、小学校で絵本の読み聞かせボランティアをしていたこともあり、  
絵本と触れ合う機会が増え、大人でも心を動かされる絵本が沢山ある事  
を知りました。例えば、私たちが疲れた時、絵本は心をほくしてくれ、  
心に栄養を与えてくれます。そこで、皆様に大人も楽しめる絵本として、  
私からのお勧めを一冊ずつ紹介していこうと思っています。

まず、今月は「Life(ライフ)」 作:くすのきしげのり

小さな町のはずれに「Life(ライフ)」という店があります。その店には  
店員さんはいません。この店には、おばあさん・  
女の子・男の子・カップル・若い夫婦など、こ  
の町の様々な人達がやって来て、気に入ったもの  
を持ち帰ります。その代わりに自分が大事にし  
ていたものを一言のメッセージを添えて店に置  
いていきます。



自分が愛着をもって大切にしていたものが、人の手に渡った後も宝物で  
い続けられる。悲しみで元気のなかつたおばあさんが穏やかに微笑んで  
いるシーンはとても印象的です。ひとつのものを通して人の心がつなが  
り、生きる力にもなる。春が来てあたたかくなるように、心もあたたか  
くなる、とても素敵なお話です。