

スマイル Smile

みづかる
つながらる
ゆたかになる
.....

Vol.45
2024
夏号



Interview <らしにスパイス>

自分が好きと思える色や
デザインを選んで
介護用品をもっと
身近に取り入れよう

連載！  入門

減災・防災編 第2回

自分が好きと思える色やデザインを選んで 介護用品をもっと身近に取り入れよう

はじめて福祉用具や介護用品を選ぶ際、選び方がわからなかったり、介護用品を使用することに抵抗を感じたりするという話も耳にします。そこで今回は、昨年富谷市に移転した、福祉用具の販売・レンタルなどを行う株式会社ジェー・シー・アイの総務・人事課の遠藤恵様に、福祉用具・介護用品との向き合い方についてお伺いしました。

気軽に見学できる展示スペースを設置

——広々とした、きれいな社屋ですね！新しい建物独特の香りがします。

黒川郡大和町の本部・工場と、仙台市宮城野区にありました本社を統合し、2023年11月に移転しました。移転にあたり、物流倉庫業と福祉用具の消毒・メンテナンス業を行う「株式会社JCI ロジスティクスサービス」、福祉車両架装事業などを行う「株式会社ジェー・シー・アイカスタム&モビリティ」を分社化し、より幅広いサービスを提供できるようになりました。

——事業内容はどのようなものですか？

福祉用具の販売・レンタル、住宅改修などを行っています。住宅改修とは、わかりやすいえばリフォームですね。玄関の

段差解消や、トイレやお風呂の改修なども行っています。

——入り口の展示スペースに、たくさんの介護用品が揃っていますね。

展示スペースを設けた理由のひとつに、福祉用具を普段目にする機会のないお客さまに気軽に来てもらえるように、というのがあります。そのため、一般で使える靴やお買い物用のシルバーカーも展示しています。

——一般のお客さまも見学できるのですか？

はい。介護用品は特に、実際に必要にならないと手に取ることはないと思うので、気軽に立ち寄っていただけるようにしました。「商品を見に行きたい」と問い合わせもいただきます。当社の営業職は「福祉用具専門相談員」という資格を取得しているため、介護用品・福祉用品の選び方のアドバイスもしています。

——わたしの母も、見た目がいかにも介護用品のようなものを使うということに抵抗があるようで、利用することに後ろ向きになってしまうようです。

使う商品にもよりますが、デザインや色など、ご自分の好きなものを選んでいただくと、少しでも身近に感じていただけるかなと思います。デザインも豊富で、杖であれば花柄や人気キャラクターの絵柄が入ったものもあります。高齢者に限らず、障がいを持っているお客さまや若い方などさまざまなお客さまがいらっしゃるため、おしゃれなものを選びたいというニーズはありますね。

——介護保険制度を利用すると、どのような手順なのでしょうか？

当社は、地域包括支援センターや居宅介護支援所のケアマネジャー（以降、ケアマネ）さんから紹介を受けて訪問します。ケアマネさんに「こういうことで困っているのだからこんな用具を使ってみよう」と相談すると、ケアマネさんから当社へ依頼が来るので、我々はいくつか見本を持参し、実際に見ていただきます。レンタルであれば一週間ほどお試し期間を設けます。

株式会社ジェー・シー・アイ

〒981-3341 宮城県富谷市成田1丁目5-3

TEL：022-745-1311

商品についてのお問い合わせ：

平日9:00～17:00（土日祝、年末年始は休業）

<https://jci-1000nen.co.jp/>

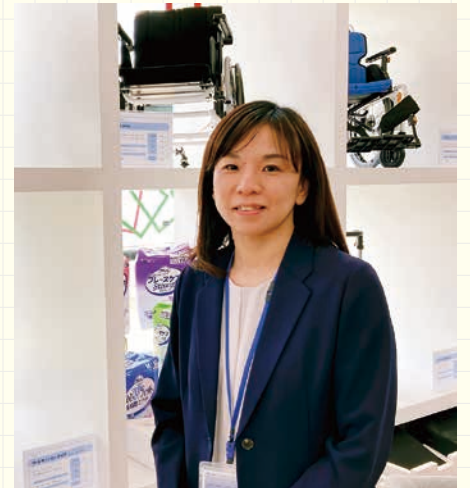


※楽天市場に開設中の「いきいき1000年商店」では、介護・福祉用品・生活雑貨などを取り扱い、2024年に「年商1億円突破」の表彰を受けている。

「いきいき1000年商店」はこちら

<https://www.rakuten.ne.jp/gold/jci-1000nen/>





展示スペース

総務・人事課 遠藤 恵 様

——レンタルか購入か、というのは、選べるのですか？

介護保険では購入対象品目とレンタル対象品目に分かれていて、お風呂の椅子やポータブルトイレなど直接素肌にふれる衛生用品は購入、車いすや手すりなどはレンタル品目です。手すりは床に置くだけのものがあり、玄関の上がり框（かまち）などの段差解消のためのものや、ベッドの脇や居間に置く室内タイプがあります。

障がいを持つお子さんやご家族をつなぐコミュニティを開設！

——いろいろな商品があるんですね。

自社製品の中に「Hello! (ハロー)」という小児用車いすがあります。こちらは身長 70 cm 位のお子さんから使える車いすです。また、当社では「Hello! Party」という福祉用具コミュニティをたちあげています。こちらは「Hello!」に限らず、他の福祉用具を使うお子さんやそのご家族、福祉用具に興味のある方であればどなたでも参加できるコミュニティです。障がいのあるお子さんを持つご家族は、家と病院との往復や、家にこもりきりになるなど、社会とのつながりをもちにくいというお話も聞きます。そういったご家族の一助にもなればという思いで運営しています。社員が実行委員となり、会報誌やサイトを通じての情報発信、つながりの創出をメインに活動しております。先日は当社屋で初めてのイベントを実施し、多くの方にご参加いただきました。現在会員は全国でおよそ 600 名、福祉用具を紹介するインスタグラムは 4,000 フォロワーとなり、我々も驚くほどです。施設で壊れた車いすなどを自社製品かどうかに関わらず修理を行えるのも当社の強みです。パンク修理にも対応しているので、昔からおつきあいいただいているお客

さまには「いざとなったらジェシーアイさんに頼めばなんとかしてくれる」と頼りにしていただいています。

——新社屋移転でさらにニーズが高まり、忙しくなりそうですね。社員さんたちの健康管理はどのようにしていますか？

月に一度、産業医を交えて衛生委員会を開いています。ある部署で時間外勤務が多かった場合に、それは繁忙期だったからなのか、常態的になっているのかを検証したり、年に一度はストレスチェックを実施したりしています。予防医学協会さんのバス検診などは、受診率は 90% 以上です。仕事柄、高齢者や障害のある方のお宅を訪問しますので、健康には特に気を付けています。

また、社員同士の仲がよく、休日にも交流があるので、そういった仲のよさも健康につながっているかもしれません。社長自身が「がんばるときはがんばって、休むときは休んで」ということをよく言っているのも、そういった社内全体の風通しのよさも働きやすさにつながっているのかもしれないですね。

——介護用品・福祉用品との向き合い方がわかった気がします。本日はありがとうございました。



Hello! Party イベントの様子

福祉用具コミュニティ
「Hello! Party」のサイトはこちら
<https://www.helloparty.jp/>





バリウム検査方法の手順

バリウム検査を受診したことのない方へ、検査の実施方法が不明な方や不安な方も中にはいらっしゃいますので今回は実際の手順についてご説明いたします。

① 粉末状の発砲剤を口に含み、少量（約20ml）のバリウムで流し込みます

※胃が膨らみゲップが出やすくなりますが、検査終了までゲップは我慢しましょう。

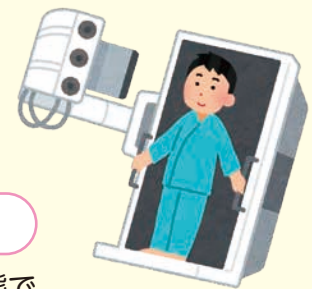


② バリウムを飲みます（130～140ml）



③ 撮影台に立ちます

台がゆっくりと倒れますので両側備え付けの手すり棒つかみ体を支えてください。



④ 撮影開始となります

仰向けになった状態で体を右回りに3回、回転しさまざまな状態で撮影をします。（横向き、前かがみ、うつ伏せ等）この時、台の角度が変わるためしっかりと手すりを握ってください。

⑤ 検査終了

検査後はバリウムをすべて出すために下剤をお渡しします。水も多めに摂るようにしてください。



旬の野菜で

夏のお手軽レシピ



暑い夏は、体がだるい、食欲がないなど、夏バテで体調を崩しやすい季節です。そんな時こそ、栄養バランスの良い食事を摂り、体調を整えましょう♪

～昆布・かつお2種のうまみでよりおいしく！～ さっぱり梅ささみの冷製パスタ

1人分 エネルギー 313 kcal 食塩相当量 1.8 g

材料 (2人分)

A	スパゲッティ…120g	B	水……………120ml
	鶏ささみ……………80g		かつお節…2パック
	酒……………大さじ3		塩昆布……………10g
	大葉……………2枚		梅肉……………小梅2個分
	トマト……………中玉1個		しょうゆ…小さじ1/3



作り方

- 1 耐熱容器にAを入れ、ふんわりラップをして、電子レンジ(600W)で2分加熱。
- 2 ①を冷水で冷やしてほぐし、冷蔵庫で冷やす。
- 3 麺を表示時間+2分ゆでる。
- 4 Bを混ぜソースを作る。
- 5 大葉は細切り、トマトは一口大に切る。
- 6 ゆでた麺を氷水で冷やし、しっかりと水気を切る。
- 7 麺と④を絡め、ささみ・大葉・トマトを散らし完成!

サラダチキンを使うと簡単！
その場合はしょうゆ・塩昆布・
梅肉を減らしましょう♪

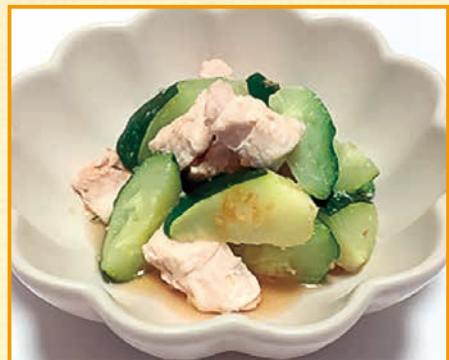


ズッキーニと鶏胸肉のレンジ蒸し

1人分 エネルギー 159 kcal 食塩相当量 1.0 g

材料 (2人分)

ズッキーニ……………1本	A	酒……………大さじ1/2
		塩……………ひとつまみ
鶏胸肉……………200g	B	おろししょうが…小さじ1
		しょうゆ……………小さじ1



作り方

- 1 鶏肉は1.5cm幅のそぎ切りにしてから、小さめの一口大に切る。耐熱皿に入れてAをもみ込む。
- 2 ズッキーニはへたを切り除き、小さめの乱切りにする。①の耐熱皿に加え、鶏肉と混ぜ合わせる。
- 3 ②にラップをふんわりとかけ、電子レンジ(600W)で2分加熱する。一度取り出して、上下を返し、さらに1分30秒加熱する。
- 4 そのまま2分ほど置いて、Bを加えて混ぜ合わせる。

◎に様々なテーマを入れ、読者の皆様の新しいチャレンジを応援します。

連載！ **まるまる** 入門



仙台防災ハザードマップ



仙台防災ナビ



マイ・タイムライン



減災・防災編

第2回

出水期の災害に向けた心得

梅雨の季節を経て、ここ仙台も10月ころまでは「出水期」と呼ばれる時期となります。今回は毎年のように各地で甚大な被害をもたらしている大雨による災害から身を守るための備えについて教えていただきます。

まずは情報の活用を

近年、線状降水帯などが原因のゲリラ豪雨や記録的な大雨、台風が各地で発生し、その被害は激甚化しています。大雨災害から命を守るためには、自分の住んでいる地域の水害リスクを理解しておくことが重要です。そのためには、市町村が作成する洪水や土砂災害のハザードマップで、日頃から浸水するエリアなどを確認しておく必要があります。大雨災害は、雨の降り方や河川の水量などの情報を得ることで、発生が予測できる災害です。また、市町村は気象庁などが発表する気象情報を基に、事前の避難を呼びかけますので、テレビやラジオのほかにもパソコンやスマートフォンで取得できる情報を有効に活用しましょう。

マイ・タイムラインを作っておこう

仙台市では避難が必要となった時に、慌てず迷わずより安全な行動ができるように「マイ・タイムライン」の作成を皆さんにお勧めしています。

マイ・タイムラインとは、大雨や台風による災害に備えた「家族の避難計画」のことです。それぞれの家族構成や生活環境に応じて、避難すべきタイミングと自身や家族がとるべき避難行動をあらかじめ検討し、いつ、誰が、何をするのかを時系列で整理することで、いざという時に落ち着いて安全に避難できるサポートツールとしてご利用いただけます。マイ・タイムラインは、①ハザードマップの確認、②避難のタイミングや避難場所の確認、③避難行動の計画づくりの順で作成します。大雨の予報から避難完了までの行動や地域の水害リスクを家族で考えましょう。

仙台市では、マイ・タイムラインの作成手順等を分かりやすく紹介する動画やガイドブックをウェブサイト「仙台防災ナビ」で公開していますので、是非ご覧ください。



大雨によるこんな被害にも注意

さて、ここまでは大雨災害がもたらす直接的な被害についてでしたが、このほかにも電気やガス、水道などライフラインの被害にも注意が必要です。

特にこれからの暑い季節は、停電でエアコンや扇風機が使えないことによる熱中症や、断水が引き起こす衛生環境の悪化による健康被害にも目を向ける必要があります。最近では、家庭用ポータブル電源や災害用トイレなども販売していますので、ライフライン停止に備えていただきたいと思います。

また、飲料水や食べ物などについては、第1回でも紹介したローリングストックの考え方を日常に取り入れていただき、常に3日から一週間程度の備蓄が家にある状態を作ってください。インスタント食品やレトルト食品など、普段食べているものを少し多めに購入して、食べた分だけ補充する。これを繰り返すことで、非常時でも慣れたものを食べられます。ただし、カセットコンロやガスボンベの用意をお忘れなく。

2003年に仙台市消防局に入庁。消防隊員として消火・救急活動のほか、防災・減災や火災予防を地域に呼び掛ける業務を担当する。2020年から仙台市危機管理局減災推進課で勤務（消防局併任）町内会など自主防災組織の指導育成を担当。2023年から仙台市防災・減災アドバイザーとしてメディアへの出演や市民講座を通じて、災害から命を守る方法について啓発している。



はやわか まさと
早坂 政人

TOPIC 1

令和6年度第一回理事会

と き：令和6年6月4日(火)
 ところ：ホテルメトロポリタン仙台
 「令和5年度事業報告書」「令和5年度決算書類」「公益目的支出計画実施報告書」等について、原案どおり承認されました。

TOPIC 2

令和6年度第一回評議員会

と き：令和6年6月21日(金)
 ところ：ホテルメトロポリタン仙台
 「令和5年度決算書類」等について、原案どおり承認されました。

TOPIC 3

公衆衛生看護実習

5月に2日間の日程で公衆衛生看護実習がありました。東北文化学園大学医療福祉学部看護学科の学生2名が巡回式健診や運動教室、保健指導などの現場を見学しました。現場見学の後には、当協会の保健師が産業保健活動における保健師が担う役割について、実際にあった事例を交えながら講話を行いました。

【実習を終えての感想】

- 安全で正確な健診をスムーズに受けられるように、多職種が連携していることが分かった。
- 保健指導では、対象者が行動変容できるように、個別性に合わせた支援が必要だと学んだ。



健康診断のお申し込み・お問い合わせ

巡回健診(学童・住民・事業所)
検体検査

一般財団法人
宮城県予防医学協会

TEL 022-343-7001(代)
 FAX 事業部・健診部 022-343-7032
 FAX 総務部 022-343-7083
 仙台市泉区高森2丁目1番地39

施設健診(人間ドック・
一般健診・脳検診等)

一般財団法人
宮城県予防医学協会
健診センター

※健診センターへのご予約・ご変更・その他のお問い合わせはこちら



0570-010-955

仙台市青葉区上杉1丁目6番6号

