



福祉の街

# ヘルパーむら にゅうよく島

2026年5月 vol.16

発行：ふくしのまち東松山  
〒355-0063東松山市元宿1-31-1 tel0493-31-0303



訪問介護・居宅 所長  
任 かおり

#迅速丁寧な報告・連携が  
モットーです



訪問入浴 所長  
小嶋 勇輝

#入浴剤を各種取り揃えて  
います

## AIの脳みそ

皆様は日常生活でどれくらい生成AIを使っていますか？私は最近、対話型AIで日記をつけています。返答があることで「誰かに聞いてもらえた感」が心地よく、たま～に楽しんでます。

そんなふうAIと対話していたある日、ふと思ったのです。これって『ハリー・ポッターと秘密の部屋』に出てくる「トム・リドルの日記」と同じではないか?!と。強力な闇の魔術のかかったその日記帳を手にした11歳の少女は、多感な悩みを書き綴るうちに共感的な返事をくれる日記に心を開き、やがて操られてしまう。ハリーたちの活躍により少女は救われ、全てが明るみに出た後に少女の父親が言います。「脳みそがどこにあるか見えないのに、独りで勝手に考えることができるものは信用しちやいけないうって教えてさるう？」…AIはもちろん闇の魔術などとは無縁ですが、昨今のめざましい進歩を考えるほど、この発言が不気味に思えます。

この作品が書かれたのは1998年。つまるところ、J.K.ローリングすごい！とだけ言っておきましょうか…(そこ?)



訪問介護 サービス提供責任者  
芹澤 優子

#笑顔を引き出す認知症ケア

最近青いカラーのモノに惹かれることが増えました。お客様との買い物同行でネモフィラをみつけて癒されたり、、、はたまたパペットスンスンにハマったり、、、推しのカラーは青だと再認識したり(笑)  
スピリチュアル的には、青は学びや理解を深める段階に現れやすい色とされているそうです。実際に、悩みを抱えながらも以前より冷静に向き合えるようになったと感じる人もいます。(←確かに自覚あり汗)  
色で今の自分を知ることができる良いきっかけになりました。心情の変化は色に現れるんですね！

内臓脂肪を燃焼させ、頭痛や肩こり軽減してくれる、そんな理想的な運動が…あるんです。肩回しが効果的とは聞いていましたが、調べて実践したことはありませんでした。ただ、40歳を超えていくと肩甲骨回りや首のコリがしんどくなってきまして。

YouTubeで肩回しの動画がたくさん出てますが、皆様も1日50回以上を目安に試してみてください。



## お客様が元気になる介護

爪切り



訪問介護 サービス提供責任者  
千場 由貴

#入浴介助と爪切り得意です

以前、訪問入浴のケアエイドとして働いていましたが、入職後すぐにお客様の爪切りに不安と緊張を感じたことを覚えています。初めはうまくできず、血をにじませてしまったこともありました。それでもご家族様から「お願いしてもいいですか」と任せていただく機会が増え、経験を重ねる中で、気づけば得意分野になっていました。「きれいにしてもらえて良かった」と喜んでいただけることが何よりのやりがいです。爪切りが難しい方もいらっしゃると思いますが、その経験も今に活かしています。清潔保持の一環として大切なケアですが、加齢に伴い難しくなる場面も多く見られます。訪問介護での支援もぜひご検討ください。

### ポイント

- ・足の爪が整う→歩行改善, 手の爪切り→引っ掻き傷防止が期待できます
- ・変形爪や感染が疑われる場合は医療と連携
- ・糖尿病等でリスクが高い方は安全面を優先し判断します

ご相談ください!

入浴

服薬

一緒に調理

etc...