



回復期病院での経験を通して「在宅の力」を強く実感し、2018年にきららへと飛び込んだ高橋さん。入社後は訪問看護ステーション、きららいずみ、アーバンパレスへと活躍の場を広げ、利用者様一人ひとりに寄り添ったリハビリを届けています。その温かい視点と丁寧な姿勢に込められた思いをご紹介します。

経 歴

以前は回復期の病院に勤めていました。入退院を繰り返す患者様が何人もいるのを見て、在宅分野の重要性を感じていた時に、きららのことを知りました。通所だけでなく、訪問など多岐にわたる事業に魅力を感じて入社を決めました。入社後は、訪問看護ステーション・アーバンパレス・きららいずみを経て、現在は再びアーバンパレスでリハビリ業務を行っています。

業 務 内 容

アーバンパレス内のデイサービス・ショートステイ・サ高住の利用者様に対し、個別にメニューを提案して、身体機能・認知機能を維持・向上出来るよう指導や訓練を行っています。

座右の銘

継続は力なり

元々コツコツと続けていくことが得意でしたが、社会人になってからはその大切さをより実感するようになりました。リハビリの効果は一日で分かるものだけでなく、続けることで得られるものが多いのでどうすれば楽しく続けられるかを考えています。私自身もうまくいかない時などは、この言葉を思い出して仕事や育児に取り組んでいます。

仕事で工夫している事

リハビリの内容によっては器具や小物を使うことがあります。しかし居室など限られた環境では難しい場合もあり、その中でも、より生活に沿った内容となるよう心がけています。現在では、利用者様とやりとりを重ねるうちに正直な気持ちを教えてくださることが増えてきたように感じています。その気持ちを尊重し、一人ひとりに寄り添ったリハビリを提供するよう努めています。

やりがいを感じる事

利用者様から「リハビリが楽しい」「またお願いね」という言葉をいただいた時です。関わりの中で笑顔がみられたり“やってみよう”という意欲が増えてきたのを実感したりすると、とてもうれしい気持ちになります。生活をより良くするお手伝いができていると実感でき、私自身も前向きになれます。

今後の目標

リハビリを“楽しい時間”と思っていただけるように関わりを大切にしていきたいと思っています。そのためにも、常に学ぶ姿勢を忘れず技術向上に努めていきます。作業療法士を目指すと決めた当時の気持ちを思い出し、今の自分がどれだけ理想に近づけているのか自分に問いながら、日々の業務に取り組んでいきます。



今年の漢字

新しい年のはじまりに、気持ちを新たにしたいこの季節。今回の特集では「今年の漢字」をテーマに、皆さんの〈今の想い〉と〈これから一年への抱負〉を伺いました。それぞれの一字には、昨年の経験やこれからへの願いが込められています。冬の楽しみや、新年の目標とあわせてご紹介します。



アーバンパレス サ高住
高島 聡(たかはた さとる)

2025年を表す漢字

挑

2024年10月に入社し、一年が過ぎました。転職を決め、ここ“きらら”に採用していただき新たな気持ちで何事にも挑戦しようと思いました。資格試験にも挑戦できたのでこの漢字を選びました。

2025年に「自分が成長した」と感じる瞬間

私は今、家族と離れ単身で生活をしています。今まで、家族という生活が当たり前だったので一人で生活する大変さを感じています。家族のありがたさや、さびしさをあじわうことで利用者様の気持ちに共感できることが増えたように思えます。そのため、利用者様にできるだけ孤独を感じさせないように心掛けて接することが少し成長できたかなと思います。

2026年を表す漢字

笑

関わる全ての方を笑顔にしたいです。笑顔になると、気持ちが穏やかになりますし、体調にも影響すると考えるからです。まず、自分が笑顔をたやさず、関わる全ての方に伝染できるよう最低でも一日一人を笑顔に、を目標にしたいです。

この冬
楽しみにしていること

箱根駅伝や高校スポーツを観戦することです。テレビでしか観ませんが、スポーツ全般が大好きで特に高校スポーツは多くのドラマがあるので楽しみです。

お仕事に關しての
今後の目標

多くの業務に関わり、身に付け、よりよい介護ができるようになりたいと思います。知識はもちろんですが、経験することが一番大切で得られることが多いからです。利用者様が求められていることを察知できる能力を高め、サポートできるよう一人ひとりに常にアンテナをはり、寄り添えるような介護士になりたいと思います。

2025年を表す漢字

乱

2025年は米不足や熊の出没による被害など、色々と乱れていた一年だったと感じている為です。

2025年に「自分が成長した」と感じる瞬間

プライベートの事です、道をたずねてきた人に行き先を伝える際、スマホを使わず自分の言葉だけで相手に教えられた事です。相手が何を知りたくて何を求めているのか、それをしっかり把握して相手にもわかるよう伝えられた事が自分の中で成長したと感じています。

2026年を表す漢字

飛

2025年は自分の中で限界以上の行動というのが出来ませんでした。更なる成長を目指して飛躍できるようこの一字で表します。何事にも限界を超えた一歩を踏み出せるよう成長できる一年にしたいと思います。

この冬
楽しみにしていること

新年の休みの日に親しい友人同士で飲み会をする事です。昨年は集まれなかったのも、その分思いっきり楽し

お仕事に關しての
今後の目標

仕事の中で何か間違った事をした時、直ぐに気づき改善する事が肝心です。些細な事でも異変や違和感を察知する「気づく」という姿勢を大切にしたいです。

きらら手形山 北欧の家
朝倉 航(あさくら こう)





きら調剤薬局 市立病院前店
菊池 麻美(きくち あさみ)

2025年を表す漢字



主人にも似ていないのですが、義母にそっくりなことがわかり、謎が解明され安堵しました。(笑)また、夏には中学の同窓会がありました。子育てや仕事の話がほとんどでしたが、気持ちは中学時代なので不思議な感じがしました。とっても楽しかったです。

2025年に「自分が成長した」と感じる瞬間

子供を預けて好きな事をする!!です。今までは、子供を預けて自分の好きな事することに罪悪感と心配がありました。今年は映画やコンサートに行きリフレッシュする時間を作ることができました。前は、心配で心配で出掛けても1時間せずに帰ってきてしまっていたのですが、すこし子離れできたのではないかと思います。

2026年を表す漢字



私はとてもインドア派です。2026年はもっと身体を動かして多忙な毎日に負けない身体作りをしたいです。また、熊の出没も落ち着いて、皆が安心して外で過ごせる日常であるといいなと思います。

この冬
楽しみにしていること

実家に帰って親族で集まることです。普段の休みではスケジュールが合わず集まることができないので、年末年始の休暇でたくさん話したり美味しいものを食べたりしてのんびりしたいです。

お仕事に関しての
今後の目標

2025年は新患の方がとても増えたようにかんじています。処方せんは同じ内容であっても、お渡しする薬が先発やジェネリック、一包化など、その方に合った調合をします。沢山の患者さんがいらっしゃるのでもとても難しいことですが、少しでも多くの患者さんの特徴を覚えて、待ち時間短縮につながるように努めたいです。

2025年を表す漢字



3名の職員が産休となり、その後無事新しい命の誕生の知らせが届いております。また、それに伴い、現場も少数での対応に追われる期間が続いておりますが、新入職員も加わり、日々奮闘してきた一年であると感じております。

2025年に「自分が成長した」と感じる瞬間

私は今年の5月に入社させて頂きました。厨房での簡易調理経験はありましたが、以前は小規模の職場であった為、百人単位の調理業務に最初は戸惑いを隠せませんでした。しかしながら先輩職員の丁寧な指導のおかげで今では一人で調理業務をこなすことが出来ております。

2026年を表す漢字



自身の生活や仕事を見つめ直し、改める年にしたいです。私生活では10kgの減量と筋トレ・スポーツ(ゴルフ)にチャレンジしたいと思います。仕事では昨年以上にもっと会社全体の事を知り、自分が改革出来る事を模索していきたいと思っています。理由は社長とがっちり握手をして約束したからです。

この冬
楽しみにしていること

県外から就職しましたので、まだ秋田に来て一度の冬しか経験していません。秋田の冬の魅力などをこれから知り、良い思い出が作れたらと思います。

お仕事に関しての
今後の目標

只今、管理者候補として多岐にわたる研修を受講させて頂いております。これまでの自分の経験や、今の現場の状況を踏まえて、職員一人ひとりがそれぞれの目標を持ちながら働ける環境をつくりたいです。業務の効率化・有給取得率の向上・役職の細分化など、その為の制度や労働環境を改めて行く事が目標です。



アーバンパレス 厨房
穂刈 実(ほがり みのる)

お客様の声

CUSTOMER'S VOICE

2025年秋に実施したお客様満足度調査で寄せられた、お客様の声をご紹介します!日々の取り組みがどのように届いているのか、嬉しいお言葉や感動のメッセージを多数いただきました。また、より良いサービスを目指すための貴重なご意見もあり、今後の成長につなげていきます。ぜひ、私たちの取り組みの成果と、これからの可能性を感じてください。

ケアセンターきらら ショートステイ



今まではデイサービス、今はショートステイにお世話になっております。とても有難いです。これからもよろしくお願い致します。



何事も無理なお願いを聞いていただいて申し訳ありません。皆様本当に心をくだいて下さって、ありがたくおもいます。



夏に県外で用事があり、久々にショートを利用させて頂きました。デイ、ショートのいずれの皆様も優しくお声掛けして下さい、母も何の不安もなく、お世話になりました。きららさんは私の心の支えです。今後ともどうぞよろしくお願い致します。

ケアセンターきらら デイサービス



いつもありがとうございます。丁寧な対応と細やかな気づかいがとてもありがたく助かっております。



職員の皆様の笑顔で安心して通所させて頂いており、感謝しています。

アーバンパレス サ高住



いつも大変お世話になっております。食事については、この物価高の中、御苦労されているだろうと心配しています。母は、いつもおいしく満足していると申しています。



いつもありがとうございます。食材等いろいろ値上げの中で工夫させて頂き、美味しいものを入居者様へ提供させて頂いております。美味しい、と、その一言が作っている厨房職員をはじめ、現場職員も嬉しいお言葉です。今後も引き続きよろしくお願い致します。ありがとうございました。



ていねいな対応に安心して生活しており、家族として感謝しております。今後ともよろしくお願いいたします。

アーバンパレス ショートステイ



(※抜粋)
いつも大変お世話になっております。受診など家族の介助困難なことに、毎回迅速に対応していただいていること、母が生活できていることに心より感謝しております。コロナ等による、長期面会禁止時ですがなにかリアルタイムで直接一目でも会えるシステムがあればいいなあと、この夏、すごく思いました。世の中が早く落ち着いて、予約や時間を気にせずにFreeに部屋へ面会しに行ける日を楽しみにしています。



こちらこそいつもありがとうございます。コロナや、感染症などで面会の頻度や面会場所などご不便お掛けしております。面会方法については、随時臨機応変に対応できますのでいつでもご連絡ください。ZOOMやLINE電話、窓越し面会も対応できます。いつでもご相談ください。今後ともよろしくお願いいたします。



いつも丁寧な対応、ありがとうございます。職員も明るく、面会の時、母からいつも楽しく過ごしていると聞いてます。これからもよろしくお願い致します。

アーバンパレス デイサービス



デイサービスは本人とても喜んで毎回楽しみにしています。本人の楽しみがある事はとても良い事だと家族としてありがたく思っています。今後共よろしくお願いします。



最近はとても喜んで行き、帰って来ます。自分でやりたかったことで皆とつながるのが嬉しいようで、楽しかったと満足しています。皆さんいい人で嫌な人もいないのでよかったとも言っています。同じ利用者の方も手を貸してくれるなどいい環境の中で過ごしていると感じています。



まだ利用して日が浅いのですが利用者は特に不満な様子もなく、食事もバラエティに富んでいるので満足しているようで安心していきます。

訪問介護



いつも満足しています。頼りにしていますので、これからも介護生活の一部として利用させて頂きたい。



かれこれ15年ぐらいケアマネージャーNさんのお世話になっています。感謝とありがとうの言葉しかありません。



自費ヘルパーでのお願いですが、とても安心して気持ちよくその時間を過ごさせて頂いています。介護に関することに拒否の母でしたが、スタッフ様のおかげで少しずつ前進出来そうです。どうもありがとうございます。



45分間で買い物掃除とテキパキ働いてくれて感謝しております。