

урок 7

Как разговаривать с работником по уходу ②

(главным образом — при повседневной помощи)

ヘルパーさんと話す ① (生活援助場面を中心に)

I. Что такое «услуги по домашнему уходу» ②: повседневная ПОМОЩЬ (在宅介護サービスとは ②: 生活援助)

Часто встречающиеся сомнения в вопросах ухода (介護に関するみんなの疑問) ⑩⑪

「А за меня разве не должны были делать работу по дому?」

「Ну не по вкусу они мне...」

II. Ситуативный разговор (場面会話) Повседневная помощь (居宅場面)

1. Помощь при приготовлении еды (調理を頼む)

2. Помощь при приёме пищи (食事)

Колонка «Что, вместе?! И я тоже?!» — Услуги по уходу, способствующие самостоятельности —

3. Как попросить сходить в магазин (買い物を頼む)

3-1. За подопечного (代行を頼む)

3-2. Вместе с подопечным (* Это часть физического ухода.)

(同行を頼む) (*身体介護の一環になります)

Часто встречающиеся сомнения в вопросах ухода (介護に関するみんなの疑問) ⑫

「Если нет наличных денег, не могу попросить сходить в магазин!」

《В интересах тех, кого беспокоит вопрос распоряжения деньгами, принята следующая программа.》

4. Уборка (掃除)

5. Стирка и просушка постели (заправка постели)

(洗濯・布団干し(ベッドメイキング))

Часто встречающиеся сомнения в вопросах ухода (介護に関するみんなの疑問) ⑬

「Так машина ж всё равно крутится, какая разница!」

6. Получение лекарств (薬の受け取り)

III. Итоговая проверка

Колонка Избавление от запоров ведёт к улучшению психического и физического здоровья

★ Вот это помощь! Примеры из жизни ★

I . Что такое «услуги по домашнему уходу» ②:

ПОВСЕДНЕВНАЯ ПОМОЩЬ 在宅介護サービスとは ② : 生活援助

В этом уроке мы приводим ситуации, связанные с повседневной помощью в таких делах, как приготовление еды, покупки, уборка, стирка (помощь при приёме пищи и сопровождение в магазин относятся к уроку 6 «Физический уход», но мы их включили в этот урок как составляющие ситуации, связанные с приёмом пищи и совершением покупок). На первый взгляд, эти дела, казалось бы, можно просить выполнять помощника по домашнему хозяйству, а поэтому возникает желание просить его выполнять и все остальные домашние дела. Однако даже покупка товаров, минимально необходимых получателю услуг в повседневной жизни, выполняемая за него работником по уходу, в системе страхования по уходу ограничивается покупкой повседневных товаров в ближайших магазинах.

Итак, какова ситуация, например, в следующем случае?

Часто встречающиеся сомнения в вопросах ухода ⑩

「А за меня разве не должны были делать работу по дому?」



Я люблю цветы, и когда была здоровее, всегда их выращивала у себя на балконе. А теперь руки и ноги у меня уже не очень, можно же, чтобы поливали цветы за меня?



Поливка цветов в обязанность не входит. Работника по уходу можно просить делать только то, что без посторонней помощи человеку в повседневной жизни делать трудно, при том что поддержки со стороны семьи или соседей у него нет. Но и повседневные дела — это только физический уход (например, помощь при приёме пищи, при пользовании туалетом) и повседневная помощь (например, подготовка к приёму обычной пищи и её приготовление, покупки, уборка). Поливка цветов является действием, не относящимся к категории действий, связанных с помощью в повседневной жизни.

К тому же когда то или иное действие в конкретный план по уходу не входит, то о его выполнении просить нельзя, даже если оно предусмотрено системой ухода в целом. Если что, проверьте содержание плана. При желании попросить о выполнении такой обязанности, не входящей в план, проконсультируйтесь с менеджером по уходу.



Таким образом, похоже, что значительное число дел, которые для получателя услуг являются повседневными, с точки зрения страхования по уходу такими не признаются, и это, возможно, кому-то доставит трудности. Возьмём за привычку первым делом консультироваться с менеджером по уходу. А в этом уроке вместе поразмышляем о том, о каких из многочисленных повседневных дел можно просить работника по уходу.

И ещё. В ситуациях повседневной помощи на дому обязательно возникает замешательство, связанное с тем, что получатель услуг и работник по уходу по-разному привыкли делать ту или иную работу. Это бывает даже при оказании помощи неподопечным, выросшим в Японии, и, по-видимому, проявляется ещё сильнее, если человек вырос в другой стране. В этом случае не нужно молча терпеть, а надо сообщить об этом работнику по уходу: если можно сказать по-японски — то сказать по-японски, если нет, то показать с помощью картинок для разговора или попросить перевести, например, помощника-консультанта. Возможно, что когда вы добьётесь контакта, работник по уходу пойдёт навстречу. Посмотрите также один из частых вопросов по поводу ухода, приведённый ниже.

Часто встречающиеся сомнения в вопросах ухода^①
「Ну не по вкусу они мне...」



Работник по уходу готовит еду с японскими приправами, ну не по вкусу они мне, что, придется есть через силу?..

Действительно, репатриантам японская еда может быть не по вкусу. Даже если работник по уходу постарается и приготовит русскую еду, всё равно у нее не будет привычного вкуса.

В подобных случаях некоторые репатрианты договаривались с менеджером по уходу о том, что **приправы, но только их, они будут добавлять сами**. Это способствует еще и поддержанию собственных возможностей.

Конечно, можно и сменить работника по уходу, но кто бы ни пришел, с едой будет тоже самое. Прежде всего, насколько возможно, попробуйте установить контакт. Некоторые репатрианты этого не могут, поскольку не говорят по-японски и поэтому едят через силу, а от этого накапливается стресс.



II. Ситуативный разговор Повседневная помощь (ситуации общие для ухода на дому и амбулаторного ухода) 生活援助 (在宅・通所共通場面)

1. Помощь при приготовлении еды-1
Выбор меню メニューを決める

1-a

Сегодня что приготовить?
きょう なに つく
今日は 何をお作りします?

Ну, сейчас приготовлю
いま つく
じゃあ、今から作りますね



Сделайте обжаренные овощи.
やさしいた
野菜炒めを
つく
作ってください



★ слово Блюда

りょうり
ロシア料理



Русское
блюдо

たまごりょうり
卵料理

блюда из
куриного яйца

さかなりょうり
魚料理



рыбные блюда

にくりょうり
肉料理



мясное блюдо

むりょうり
蒸し料理

паровые блюда

にもの
煮物

варка

うどん

удон

ラーメン



китайская
лапша

お粥



каша

スープ



суп

にく
肉まん


манты

ぎょうざ
餃子

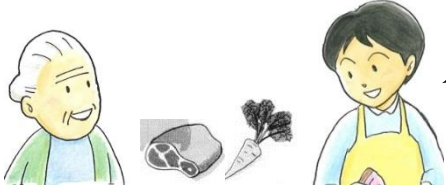


китайские
пельмени

◇ Как попросить приготовить еду из указанных продуктов

2  **3**

Приготовьте так
これ^{つく}で作って
ください



Я поняла.
わかりました

◇ Как работник по уходу предлагает своё меню

 **4**

3-a

Суп приготовить?
スープ^{つく}作りますか



А вот это хорошо!
Пожалуйста.
いいですね!
ねが
お願いします

3-b  **5**

Можно по своему усмотрению
использовать продукты,
которые здесь имеются?
ここにある材^{ざいりょう}料で
まか
お任せいただけますか



Полагаюсь на
ваше усмотрение
まか
お任せします

слово Продукты: зерновые и продукты их переработки

 **6**

<p>こめ 米・ごはん</p>  <p>рис рисовая каша</p>	<p>こむぎこ 小麦粉</p> <p>пшеничная мука</p>	<p>だいず 大豆</p>  <p>бобы</p>	<p>ごめ もち米</p> <p>клейкий рис</p>
<p>はるさめ 春雨</p> <p>фунчоза</p>	<p>パン</p>  <p>хлеб</p>	<p>とうふ 豆腐</p>  <p>тофу(соевый творог)</p>	<p>かたくりこ 片栗粉</p> <p>крахмал</p>

мясо · рыба、 и прочие

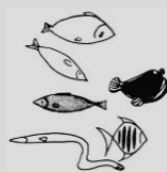
7

にく
肉



МЯСО

さかな
魚



рыба

しろ み ぎかな
白身魚

рыба с белым мясом

えび



креветка

にく
ラム肉



мясо молодого барашка

ぎゅうにく
牛肉



говядина

とりにく
鶏肉



куриное мясо

ぶたにく
豚肉



свинина

ハム



ветчина

ソーセージ



колбаса

たまご
卵



яйцо

ОВОЩИ

8

はくさい



китайская капуста

トマト



помидор

なす



баклажан

にんにく



чеснок

ねぎ



зелёный лук

ピーマン



зелёный перец

きゅうり



огурец

セロリ



сельдерей

しょうが



имбирь

にら



лук ветвистый

じゃがいも



картофель

とうもろこし



кукуруза

チンゲン菜

Китайская листовая капуста

しいたけ



опенок

たま
玉ねぎ



лук

キャベツ



капуста

にんじん



морковь

たけのこ



бамбуковые побеги

ほうれん草^{そう}



шпинат

きくらげ

иудино ухо

ブロッコリー

брокколи

カリフラワー

цветная капуста

レタス

латук

さつまいも



Батат



9

фрукты

バナナ



банан

すいか



арбуз

りんご



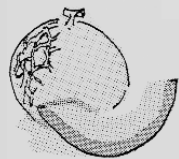
яблоко

もも



персик

メロン



дыня

ぶどう



виноград

みかん



мандарин

いちご



клубника



10

напитки • молочные продукты

ウーロン茶^{ちや}



чёрный
китайский чай

ジャスミン茶^{ちや}

жасминовый чай

りよくちや
緑茶



зелёный чай

こうちや
紅茶



чёрный чай

ぎゅうにゅう
牛乳



коровье молоко

コーヒー



кофе

ジュース



сок

ヨーグルト

йогурт

チーズ

сыр

アイス

мороженое