



サンビュ－南海

第14号



初夏を感じる五月晴れの、5月31日土曜日に施設名新たに「南海老健大運動会」が開催されました。大玉転がし・玉入れでは、赤組が優勢！？ 関ヶ原の戦いでは、紅白の団長による熱い接戦が繰り広げられ、引き分けで決着。皆様の声援も一際でした。

恒例種目のフォークダンスも、交流の場のひとつに☆

どの競技も、この日のために練習した成果がみのり、双方ともに白熱した戦いを見ることができました。結果は、白組の勝利で幕を閉じました。

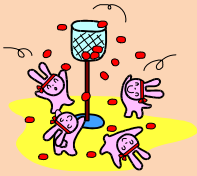
競技に参加いただいたご家族の皆様ありがとうございました。

南海医療センター附属介護老人保健施設

〒876-0857 大分県佐伯市常盤西町12-6 TEL0972-20-5090



第14回南海老健大運動会



応援合戦(白組)
EXILE
ライジングサン
vs
応援合戦(紅組)
AKB48
フォーチュンクッキー



大玉転がし
のあとは
玉入れ



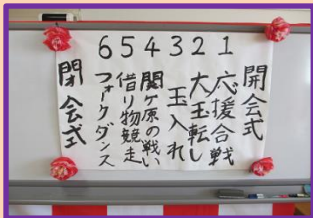
副団長対決 関ヶ原の戦い



☆入所者による障害物競争



続いて 職員による障害物競争☆



書道クラブの皆さま
の力作



☆締めくくりはフォークダンス☆



今年は40点の差をつけ白組の優勝でした!

家族交流会

運動会後デイルームにて、家族交流会を行いました。今回は富松満代理学療法士より「いつまでも健康に過ごすために」をテーマに、体操を交えた講話を行ないました。介護が必要となる要因について説明いただき、予防する為に必要な介護予防体操として、現在ケーブルテレビにて放映されている「めじろん元気アップ体操」を参加者全員で行いました。ゆっくりな動きでしたが良い運動になるとの感想が多くありました。

平成26年度最初の家族交流会でしたが、39名のご利用者・ご家族に参加いただき、充実した交流会を行なうことが出来ました。ご協力ありがとうございました。次回は、9月の敬老会後に予定しております。多くの皆様の参加をお待ちしております。



デイケアだより



4月よりデイケア送迎車が新しくなりました。「南海老健」の名称が入った車で、デイケアの皆様を送り迎えをしています。



私達が運転を担当しています。安全運転と笑顔を心がけます！

リハビリテーション室より

『ロコモティブシンドローム』（運動器症候群）という言葉をご存じでしょうか？大分県福祉保健部高齢者福祉課が「めじろん元気アップ体操」を紹介し、佐伯市もそれをもとに佐伯市版を作成しケーブルテレビで放映しています。骨・関節・筋肉などの運動器の働きが衰えることで、介護が必要となったり寝たきりになる可能性が高くなります。運動器の障害のために、要介護状態になる危険の高い状態がロコモティブシンドローム（ロコモ）です。①片脚で靴下がはけない②家の中でつまづいたり滑ったりする③階段を上るのに手摺が必要④横断歩道を青信号で渡りきれない⑤15分くらい続けて歩けない⑥2kg程度の買物をして持ち帰るのが困難⑦家のやや重い仕事が困難…ひとつでも当てはまるものがあればロコモである心配があります。ひとつでも気になれば、各々個人の事情に応じて介護予防教室に通ったり、元気アップ体操を行ったり、趣味活動をする事で『ロコモ予防』に取り組みましょう！



職員異動のお知らせ



理学療法士 大石 賢介

6月より南海医療センターへ異動することになりました。この一年間はみなさまと楽しく過ごすことができ大変有意義な時間でした。これからもお元気に過ごしてください。ありがとうございました。



理学療法士 一瀬 美和

みなさま こんにちは。この度こちらの施設で勤務させて頂くことになりました。一瀬 美和と申します。理学療法士として、少しでもみなさまのお力添えになれると思います。一生懸命頑張りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

食べる事が何より好きで、最近ハマっている食べ物はバナナチップスです。百均のバナナチップスがおススメです。

居宅ケアマネです 介護タクシーについて



今回は、車いすの方でも安心して通院や外出ができる介護タクシーについて紹介します。介護タクシーとは、介護や看護の資格を持った乗務員が車いすのまま乗車できる車両にて目的地までの送迎を行ってくれるサービスです。その際は、自宅からの出入りやタクシーの乗り降りも手伝ってくれるので安心です。利用料金は、基本的にタクシー運賃+乗り降りの支援料金となっております。詳しくは担当ケアマネや各タクシー会社にお問い合わせください。



窓口：南海医療センター附属
居宅介護支援センター
介護支援専門員 國部・古川

豆知識 ~ 褥瘡について ~

「褥瘡」は「床ずれ」とも呼ばれ、ベッドのマットや布団、車いすなどと接触する部分の皮膚が長い時間続けて圧迫されることで、皮膚や皮下組織、筋肉への血流が悪くなり酸素や栄養が行きわたらなくなり、皮膚や皮下組織、筋肉などが死んでしまった状態です。褥瘡を発生させないためには、皮膚の観察、褥瘡発生の予測（リスクアセスメント）、圧迫・ずれの排除、スキンケア、栄養管理、リハビリテーション等日頃からの予防がとても重要なのです。当施設も褥瘡リンクナースを中心に南海医療センターの皮膚・排泄ケア認定看護師と共同し活動しております。分からないことがあれば、お気軽にお尋ね下さい。

褥瘡委員会



職員紹介



①名前:立花 一晋
(カズノブ)

②職種:介護福祉士

③趣味(休日の過ごし方) 子供と遊ぶこと

④座右の銘

一日一笑、人生に必要な知恵はすべて幼稚園の砂場で学んだ。

⑤ひと言

老健で働き14年目になります。たくさんの出会いと別れがありました。その中で思いだされるのは、笑ってた思い出ばかりです。これからも、みなさんとたくさん笑って仕事が出来ればと思っています。26年度も宜しくお願い致します。



①名前:染矢 裕美

②職種:看護師(通所リハビリ)

③趣味(休日の過ごし方)

悲しいことに、これといった趣味がありません。休日は家事をしたあとにテレビが大好きで、よく見ています。

④座右の銘

「初心忘るべからず」

いつも真剣で、かつ謙虚な気持ちを失わないように心がけています。

⑤ひと言

私も当施設に就職して、やがて14年になろうとしています。入社時は30代だった私も半世紀を過ぎてしまいました。あっという間の14年だったような気がします。通所リハビリテーションは最初は、私と清家PTの2人で始めました。それが今では、通所専用の支援相談員もおり、12名のスタッフで仕事をしています。利用者様も10年以上来て下さっている方もいます。私は、そんな利用者様からいつもパワーをもらっています。「今日も、当施設を利用して良かったなあ」と思ってもらえるよう頑張っていきます。いつも「職場の和、職場の話、職場の輪」を大切に、これからも仕事をしていきたいと思っています。

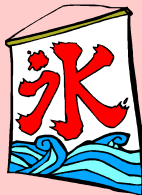


事務連絡・お知らせ

- 5月の支払時より、介護保険負担限度額認定証の更新の案内を行っています。まだ印鑑をお持ちでないご家族様は、6月30日までが有効期限の為早めに事務までお願いいたします。(※入所の方のみ対象)
- 汗ばむ季節となりましたので衣替えをお願いいたします。
- 7月21日(月)海の日で祝日となり、入浴日の変更があります。後日掲示板等でお知らせいたします。
- 8月2日(土)『夏祭り』を開催します。入所の方で甚平・浴衣をお持ちの方は、ステーションまでお持ち下さい。なお、今年度から都合により抽選会は行いませんのでご了承下さい。
- 医療保険証(後期高齢者医療保険証)が7月末までとなっています。新しい保険証が届きましたら、事務室に提出して下さい。

7月行事予定

- 2日(水)音楽療法
午前 3階、午後 2階
- 9日(水)大正琴(倫調千の会)
午後 2階
- 16日(水)華丘流慰問
午後 2階
- 19日(土)夏祭り
- 22日(火)大正琴(高藤の会)
午前 3階
- 28日(月)散髪
※予約は2階ステーションにて
- 30日(水)誕生会
午後 2・3階



8月行事予定

- 6日(水)音楽療法
午前 3階、午後 2階
- 13日(水)大正琴(倫調千の会)
午後 2階
- 20日(水)華丘流慰問
午後 2階
- 25日(月)散髪
※予約は2階ステーションにて
- 26日(火)大正琴(高藤の会)
午前 3階
- 27日(水)誕生会
午後 2・3階

