

サンビュース南海

第15号



ジリジリ照りつける暑さがつづく、7月19日土曜日に第15回目の夏祭りが開催されました。入所者・デイ利用者・ご家族に楽しんでいただけるよう準備を進めてまいりました。今年も昨年に続き、天候に恵まれず外での開催が出来ませんでした。皆様の楽しまれている姿を見れたので、ホッとしています。皆様のご協力に心から感謝いたします。本当に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15回南海老健夏祭り



上手くかけれる
かしら...



父！僕にも叩
かせて～♪



「日心太鼓～絆」
の皆様より☆



「ハル フラダンス」
の皆様より☆



みんなポーズ
決まってる!!(´▽`)



本日はお忙しい中
ご参加ありがとうございます。



月が～
出た出た～♪

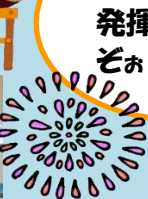


みんな
ハイ！チーズ♪



練習の成果、
発揮する
ぞお！

お祭り楽
しいな♪



デイケアだより



5月中旬に利用者みなさんで植えたトマトの苗が7月、真っ赤に色づき立派な実をつけました。育てた利用者の方々に収穫し、ご自分で育てたトマトの味を楽しめました。長年、畑仕事をされてきた利用者様は、久しぶりの収穫に満面の笑みでした。



居宅ケアマネです♪

一人暮らしや高齢者世帯、家族が遠方にいる方々など、介護保険サービスでは解決できない日常の問題に困ることがありませんか？

今回はご自宅での様々な困り事について対応してくれる便利屋サービスを紹介します。

- ・「不用品の処分」「家具の移動」「模様替え」
- ・「引っ越し・運搬・搬出作業」
- ・「ハウスキーピング」「草刈り」「害虫駆除」
- ・「お墓掃除」「高所作業」「遺品整理」
- ・「どこに頼めばいいか不明な作業」

など様々な困り事を業者さんが解決してくれます。相談や見積りは「無料」との事ですので、困っておられる方は相談してみてもいかがでしょうか。



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

リハビリテーション室より



「適度な運動10の効果」をお伝えします。これはネットを開いていて偶然見つけたものですが、是非、多くの人にお伝えしたいと思っております。 「適度な運動」をすると～①骨が丈夫になる～骨に力がかわり、骨が丈夫になります。②関節や筋肉が柔らかくなる ③筋肉が強くなり、疲れにくくなる～筋力がつくと、同じ作業でも相対的に楽になり疲れにくくなります。④心肺系が強くなり、疲れにくくなる～肺で酸素を取り入れる効率が高くなり心臓も強く血管も太くなり、毛細血管も増え血行が良くなります。⑤血液がきれいになる～善玉コレステロールが増え、悪玉コレステロールが減り、血管が詰まったり固くなったりすることを防ぎます。⑥痩せる、見た目も若返る ⑦脳を活性化する～運動で脳を刺激し認知症を予防・改善する効果が期待できます。⑧抵抗力がつく～免疫機能が高まり、病気に対する抵抗力が増します。⑨痛みが緩和する～筋肉の緊張がほぐれ、血行や新陳代謝が増し、回復が促進されることにより、肩こり、腰痛、膝痛等の関節の痛みが緩和します。⑩気持ちが元気になる、若返る～気分が明るくなり、ストレスが発散できたり、リラックスできたり、不安感や疲労感が減ったり、意欲がでたり、生活が充実したり等々さまざまな心への効果があります。

大分県立看護科学大学 健康運動学講座 助教授 稲垣敦 2009 (現教授)



買い物外出

年に一度のお楽しみ買い物外出で7月にトキハインダストリーへ行きました。限られた時間の中で昔のオシャレを思い出しながらカーディガンを鏡の前であててみたり、お菓子を買ったりソフトクリームをおいしそうに頬張る方もいて皆様それぞれに楽しんでおられました。また皆で行きましようとして盛り上がりました！



豆知識

～学ぶ事の大切さについて～

「現状維持では後退するばかりである。」という名言があります。これはディズニーランドで有名なウォルトディズニーの言葉です。周りの環境は進化し続けており、現状維持では自然と後退してしまいます。常に今より向上することを考えて、その時々々の環境にあったサービスを提供していくことが大切ということです。

当施設では、年間を通して研修計画を立て、様々な委員会や職種による研修会を実施しています。感染症やリハビリなどの専門的な知識から接遇マナーや権利擁護などの常識的な知識まで、職員一人一人が向上していけるよう取り組んでおります。これからも利用者の皆様方に良いサービスが提供出来るよう努めていきます。

教育研修委員会より

職員紹介



①名前:安達菜穂
 ②職種:看護師
 ③趣味(休日の過ごし方)
 旅行・写真・お菓子作り。
 休日はカメラを持ってドライブに行ったり、お菓子作りに挑戦しています。

④座右の銘

「ケセラセラ(なるようになる)」
 過ぎたことも先のこともよく考えず、前向きな気持ちであれば、自分の信じた世界は広く見えると思っています。

⑤ひと言

看護師になり8年目とまだまだ未熟ですが、当施設では学生指導、痰吸引指導、褥瘡委員会、看取りなどを担当させて頂いています。病院から異動して対象の方が“治療中の患者様”から利用者様の生活の場”に視点が変わり、私自身も初めは戸惑うことばかりでした。中には入所から、看取り、退所まで経験させて頂くこともあり私自身、利用者様・ご家族から学ぶことは多く、とても感謝しております。利用者様が安心して過ごせるように、これからも明るく、看護師という仕事をやりがいを持って楽しみたいと思っています。微力ですが、よろしく願い致します。



①名前:荒金牧子
 ②職種:介護福祉士
 ③趣味(休日の過ごし方)
 普段は家でぼーっとテレビを見ています。
 気が向いたら本を読んだり折紙を折ったり、たまーに絵を描いたりしています。

④座右の銘

「泣くも一生笑うも一生」

⑤ひと言

入所者の方々に「あの人がいて良かった。今日は楽しかった。」と思ってもらえるようになりたいと常に思っています。なかなか思うようにできませんが、日々努力していきたいと思っています。また、サンビュー南海開設から、今年は15年目今まで色々な出来事がありました。これからも入所者の方々に楽しい思い出が作れるように、一日一日を笑顔で過ごせることが出来るように頑張りたいです。



事務連絡・お知らせ

- 9月15日(月)敬老の日・23日(火)秋分の日・10月13日(月)体育の日で祝日となり、2・3階の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。
- 9月13日(土)敬老会後に、家族交流会を行います。今回は、支援相談員・介護支援専門員より『介護保険の動向について(仮)』を予定しております。多数のご参加お待ちしております。
- 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。新しい保険証を事務室に提出して下さい。(今年は黄色です)
- 食中毒が発生しやすい時期となりましたので、食べ物の持ち込みは十分お気を付け下さい。
- 暑い時期ですので、体調管理には十分ご注意下さい。

9月行事予定

- 3日(水)音楽療法
午前 3階、午後 2階
- 10日(水)大正琴(倫調千の会)
午後 2階
- 13日(土)敬老会
- 17日(水)華丘流慰問
午後 2階
- 22日(月)散髪
※予約は2階ステーションにて
- 24日(水)誕生会
午後2・3階
- 30日(火)大正琴(高藤の会)



10月行事予定

- 1日(水)音楽療法
午前 3階、午後 2階
- 8日(水)大正琴(倫調千の会)
午後 2階
- 15日(水)華丘流慰問
午後 2階
- 27日(月)散髪
※予約は2階ステーションにて
- 28日(火)大正琴(高藤の会)
午前 3階
- 29日(水)誕生会
午後 2・3階

