



サンビュ-南海

第19号



暦の上では「立春」は過ぎましたが、まだまだ寒い日が続いています。当施設では、利用者の方々が寒さも吹き飛び、思わず心がほっこりするような行事やイベントを開催しております。

2月の施設目標「鬼は外 笑顔ふりまけ 福は内」のように、笑顔あふれる温かな雰囲気でお過ごしいただけるよう取り組んでいきます。お気づきの点などございましたら、お気軽に職員へお声かけ下さい。

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 Tel.0972-20-5090

平成26年度行事

振り返って

運動会

夏祭り



敬老会

もみじ祭



～special thanks～

平成26年度中に慰問・ボランティアにご来所いただきました皆様方、本当にありがとうございました。今後ともご支援・ご協力の程よろしくお願い申し上げます。

ご来所者一覧(順不同)

- ・茜屋出雲流松陽会 様
- ・いきいきサロン下城 様
- ・佐伯小学校6年生 様
- ・少林寺拳法大分佐伯道院様
- ・鶴岡神子太鼓 様
- ・日心太鼓～絆 様
- ・華丘流 様
- ・倫調千の会(大正琴)
- ・ハル フラダンス 様
- ・ひがしなかよしクラブ 様
- ・ふれあい保育園 様
- ・高藤の会(大正琴)

祝100歳おめでとうございます！



1/31(土) 佐藤ハツ子様 100歳のお誕生日に佐伯市長が、お祝いに来所されました。終始、笑顔で「ありがとうございました。」と感謝の言葉が聞かれ、ご家族様からの愛情を、めいっばい感じられる素敵な会となりました。
ハツ子さん100歳のお誕生日
本当におめでとうございます。



デイケアだより



2/3は節分。デイルームにもかわいい(?)鬼が現れました。レクレーションでは、鬼の的めがけ「鬼は～そと～」。日頃のリハビリの成果を発揮してナイスショットが続出しました。みなさん笑顔で今年一年の無病息災を願いました。

鬼は～そと～!



居宅ケアマネです♪

◎めじろん元気アップ体操の紹介

「年をとると、誰もが体は弱って介護が必要になるもの」と思っていないですか? 高齢でも元気に生活されている方は、普段から運動の習慣を身に付け、筋力が弱らないように気を付けています。そこで紹介するのが「めじろん元気アップ体操」です。この体操は、元気な高齢者はさらにいきいきと! 介護が必要になった方も再び元気になって自分らしい人生を送れることを目的に、大分県にて作成した筋力アップ効果の高い介護体操です。

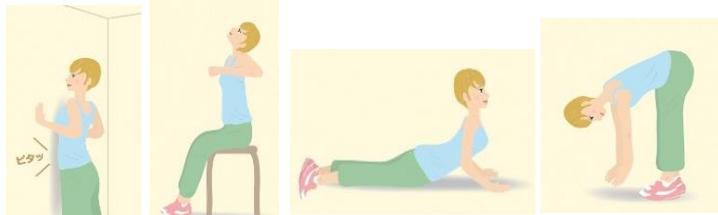
佐伯市でもケーブルテレビで1日3回①7:00～②15:00～③17:00～に放映していますので実践して頂き、介護予防に取り組みましょう。



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



『良い姿勢』と『足部(足趾)の運動』

先日の家族交流会でお話しさせて頂いた内容の復習です。『姿勢が悪い』ということは頭や身体を支えるために頸や腰の筋肉が過剰に働かねばならず、肩こり・腰痛に繋がります。また足の指の筋肉は足趾先端から膝下(下腿)まで伸びています。足趾が動かない人は身体の全体重を支える膝から下の部分の運動能力が落ちていると言う事ですので立っていることそのものも不安定に、ましてや歩いたり走ったりする時に転倒し易くなったり膝痛を起こしたりします。そこで『姿勢は良く!』『足趾の運動を入念に!』を日頃の習慣にしましょう。次回は『膝の運動』についてご報告します。



豆知識

福祉用具の選び方と見直し



福祉用具には、「杖」や「車椅子」、「手すり」、「入浴関連用品」等、様々な道具があります。同じような機能でも、デザインや大きさ、機能の違いなど、多種多様であり、その中から自分に合った一つを選ぶことはとても大変です。「多機能だから」「慣れれば大丈夫」という理由で選ぶと機能を的確に活かせることがありません。福祉用具を選ぶとき、まずは専門家に相談することが大切です。普段の生活でできないこと困っていることを詳細に伝え、ご本人様の能力に適合した福祉用具を選定します。杖一本でも適した種類、長さ、突き方があります。正しい使い方をすることで、ご本人様の能力を最大限に発揮できることにつながります。「転ばぬ先の杖」今一度、様々な福祉用具に目を向けてみてはどうでしょうか。

作業療法士 伊東

職員紹介



- ①名前:河野 博文 ②職種:看護師
③趣味(休日の過ごし方)
・読書(健康関係などです。)・ジョギング(番匠川周囲をゆっくりと走っています。)
④座右の銘
臨機応変
(時と場合に応じて、対応や考えを変えて、色々なことに応じていきたいと考えています。)
⑤ひと言
病院から老健施設に異動してきて、はや4年目になりました。老健施設では、日々様々な利用者様と関わり、色々な事を勉強させて頂いております。今後ともに老健施設の役割として、介護が必要な利用者様が自立できるよう対応していきたいと思っております。

①名前:寺嶋 文 ②職種:介護士&ケアマネージャー

③趣味(休日の過ごし方)

趣味は、特にありません。休みの日は洗濯・掃除や買い物など、家の事をしたり、撮りためているドラマを見たりと、のんびり過ごす事が多いです。

④座右の銘

「泣いたり、笑ったり」

いつも笑顔でいる事が良いことだと思いますが、笑えない時や泣きたい時は、泣いたり、食べたり、好きな事をして笑顔に戻ればよいなと思っています。

⑤ひと言

年々、年月が経つのが早いと感じるようになりました。5年後・10年後に後悔のないよう、一日一日を大切に過ごしていきたいと思っています。



事務連絡・お知らせ

- 平成27年4月より介護報酬改定が実施されます。その為、当施設利用料につきましても改定が行われ、基本料金等が変更されます。また、在宅復帰を支援するという老健施設の本来の役割を強化するため、長期入所が見直されます。詳しくは支援相談員または施設内掲示板にてご確認ください。
- 施設内での感染は来所者による「持ち込み」で起こることが多いです。インフルエンザやノロウイルスの流行する時期ではあります。予防の為、嘔吐や下痢、発熱等の症状がみられる方の面会をご遠慮下さい。面会の方は、必ずマスクと手指消毒をお願い致します。
- 3月21日(土)春分の日、4月29日(水)昭和の日で祝日がありますが、2・3階の入浴の変更には影響しません。

3月行事予定

- 4日(水)音楽療法
午前 3階、午後 2階
11日(水)大正琴(倫調千の会)
午後 2階
18日(水)日本舞踊華丘流
午後 2階
23日(月)散髪
※予約は各階ステーションにて
24日(火)大正琴(高藤の会)
午前 3階
25日(水)誕生会
午後 2・3階



4月行事予定

- 8日(水)大正琴(倫調千の会)
午後 2階
15日(水)日本舞踊華丘流
午後 2階
21日(火)大正琴(高藤の会)
午前 3階
22日(水)誕生会
午後 2・3階
27日(月)散髪
※予約は各階ステーションにて

