



# サンビュー南海

## 第41号

平成30年4月発行



## 白坪川沿いの桜は今年も満開です！！



今年は厳しい寒さでしたが、3月中旬頃から暖かい日も続き、桜の開花も例年よりも早く満開になりました。施設近郊にある白坪川周辺の満開の桜の木を、入所者の方々も食堂の窓から楽しみに眺めていました。

今年度は4月より介護報酬改定があり、老健が更なる在宅復帰の推進・自宅生活が継続できるよう支援していく事等が、引き続き盛り込まれ強化するよう出されていました。当施設も職員一同、在宅復帰や在宅生活の継続が出来る様、日頃のケア・リハビリ・自主訓練に力を入れていき、地域貢献活動等にも取り組んでいきたいと思っております。今後も精進してまいりますので、よろしくお願い致します。

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

# お疲れ様でした！



入居者の皆様並びにご家族の皆様におかれましては、日頃より南海老健の運営にご協力いただき誠にありがとうございます。私は平成27年4月より佐伯の地にまいりまして、病院の事務部長と老健の副施設長を勤めてまいりましたが、一身上の都合により3月末で退職させて頂くこととなりました。南海老健では毎年恒例の施設行事にも参加させていただき、この3年間は大変楽しく勤務をさせていただきました。4月からは別府での勤務となりますが、新たな気持ちで頑張っております。入居者の皆様並びにご家族の皆様におかれましては、今後も南海老健をご利用いただきますようよろしくお願いいたします。皆様の益々のご活躍並びにご健康を心よりお祈りしております。

副施設長 麻生 浩美

短い間でしたが本当にお世話になりました。  
南海老健で働いた日々はとてもしっかりになり、良い経験になりました。  
本当にありがとうございました。

介護士 盛口 さおり



2月からの2ヶ月間と大変短い間でしたがありがとうございました。  
4月からは病棟勤務となりますが、行事などには顔を出したいと思っておりますので  
よろしくおねがいします。

看護師 御手洗 留美

2年7か月という短い間でしたが、その期間の一期一会が沢山の笑顔と  
言葉に出会わせてくれて、数えきれないほどの勇気や元気を与えてくれた  
おかげで、今日までやって来れたと言っても過言ではありません。とても感  
謝しております。本当にありがとうございました。ここで得た経験を次の場所  
で活かせる様、日々を大切に頑張りたいと思います。

介護員 浅田 由香里



## 新人紹介・ようこそ南海老健へ



南海医療センター附属介護老人保健施設をご利用の皆様、はじめまして、この4  
月に当保健施設の副施設長を拝命しました神崎と申します。

私は、九州病院(旧九州厚生年金病院)に採用され、湯布院病院を経て、南海医  
療センターでの勤務となりますが、介護老人保健施設の勤務は初めてとなります。  
今年度は、医療・介護報酬の同時改定が実施され、これから施設の運営も改定を  
踏まえ考えていく必要があるかと思いますが、利用者の皆様が満足して過ぎて頂  
けるように勤めて参りますので、今後ともよろしくお願いいたします。

副施設長 神崎 啓慈

南海医療センター2病棟から異動して来ました。  
急性期のとても忙しい病棟から介護の現場への異動なので今とても戸  
惑っています。早く慣れるか分かりませんがよろしくお願いいたします。

看護師 清水 真美



## 祝！100歳おめでとございます

平成30年2月14日(水)に柴田タミ子様(中央)の長寿の祝福訪  
問に、田中市長が来所されました。

祝福に集まった職員の方への、気遣いも忘れず  
感謝の言葉を述べられていました。

これからもどうぞお元気にお過ごしください。



祝福を受ける柴田 タミ子様(中央)

# デイケアだより



春風に誘われて～♪



3月の暖かな日、春風に誘われて利用者の皆さんと屋外へ・・・こんな気持ちの良い空の下、何かしたい！とシャボン玉を作りました。きれいなシャボン玉が大きく膨らみ、空に舞いあがるのを見るたびに大きな歓声が上がっていました。皆さん童心にかえり、楽しい時間を過ごされました。腹式呼吸をすることで発声の練習にもなります。これなら家に来たひ孫さんたちとも楽しく取り組めるのではないのでしょうか（笑）。

# さいき春まつりに今年も参加しました☆



4月1日に行われた「さいき春まつり」に、今年も南海居宅の國部・古川ケアマネジャー、南海医療センターの秋山相談員、品矢作業療法士が参加しました。

当日は気温も上がり、汗ばむ陽気の中、たくさんの沿道の方や南海老健の入所の皆様から温かい声援をいただきました。

ありがとうございました。

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・山下



# リハビリテーション室より

## ～肩関節周囲炎について～

一般的には「五十肩（四十肩）」と呼ばれており、肩の関節や筋肉、周辺組織が固くなったり縮むことで炎症や痛みを引き起こすと考えられています。肩を酷使することで発症すると思われがちですが、利き手と反対側の肩に起こることが多く、全身を使う仕事ではなくデスクワークなど動きが制限される作業を繰り返したり、肩や体が硬い人が起こしやすいです。主な症状は「痛み」と「運動制限」です。

### 「痛み」

- ①じっとしていてもジンジン痛い（安静時痛）
- ②寝ている時にジクジク疼く（夜間時痛）
- ③肩を動かすと痛む（運動時痛）

### 「運動制限」

- ①ある角度まで動かすと痛みが出て、それ以上は動かない（疼痛性運動制限）
- ②ある角度まで動かすと、それ以上カチンとロックがかかったように動かない（拘縮性運動制限）

リハビリは、炎症や疼痛の強い急性期には、温熱療法（ホットタオル等で温めてほぐす）や徒手療法（ストレッチ）を中心に、無理な運動は控えます。夜間の痛みが減ったり、肩が45°以上挙がるようになったら、振り子運動や棒（タオル）体操などの運動療法を提供していきます。鏡を見て左右差を確認しながら実施すると効果的です。完治するまでには1年以上かかる場合が多く、過度に頑張りすぎず痛みのでない範囲で毎日コツコツと行ない、凝り固まった筋肉組織をほぐすことが重要です。運動やストレッチ方法など、何かお困りのことがありましたらお気軽にリハビリ職員にご相談下さい。

# 豆知識

## ～地域貢献活動事業活動部～

当施設には、地域貢献活動事業部は各専門職の代表で構成されており、月に1回話し合いを行なっています。目的としては、「地域に職員が出向き、予防や治療に関する専門的な情報や知識をわかりやすく伝えることにより、地域住民の健康的な生活に役立てる事が出来る事」としています。活動内容としては、①現在4大行事後の家族交流会の内容の検討や構成についての検討、②広報活動についての検討、③今年度は地域に出向けるよう議題の準備を軸に話し合いを重ねております。前年度は、平成29年11月11日（土）に「なんかい健康まつり」を老健で行い、多くの方に来場いただき、当施設をPRすることができました。今年度は、介護報酬改定にて、「地域貢献活動」の実施が盛り込まれました。今後は、地域に出向き活動内容等をアピールしていきたいと思っておりますので、よろしくお願い致します。



# 職員紹介

①名前:藏本 慎(くらもと しん)

②職種:作業療法士

③趣味:

・家事えもん→余り物の食材で調理したり、部屋模様替えを月一ペースでします。

・読書:漫画からノンフィクション

小説まで何でも好きです。特に漫画は自宅に5千冊以上あります。アニオタ・・・ではない・・・つもりです。



④モットー・座右の銘 :「言うは易く行なうは難し」

⑤ひと言:

南海老健に異動して来て丸3年が経ちました。

「おもてなしの心」を持って、利用者様ひとりひとりと関わる時間を大切にして皆さんに愛される人間を目指して今後も精進していきたいと思ひます。

老健一の巨体を活かして笑顔いっぱいの施設作りに貢献していきます。今後も宜しくお願い致します。



①名前:小野 彩花 (おの あやか)

②職種:管理栄養士



③趣味:月に1回は家族や友達に会いに、地元の福岡に帰っています。プライベートでは博多弁がなかなか抜けません。



④座右の銘:「一期一会」

⑤ひと言:

南海老健に就職し、あっという間に1年以上経ちました。最近では利用者様に名前でご呼んで頂くこともあり嬉しく思ひます。これからも美味しい食事を提供できるように頑張ります。栄養や食事のことでお気づきのことがあればいつでも声をかけて下さい。よろしくお願い致します。



## 事務連絡・お知らせ

- ・平成30年4月1日より、介護報酬改定にて利用料金の変更がございます。詳しくは施設内掲示板にてご確認下さい。ご理解頂きますようお願い致します。
- ・日用品、衣類のお名前の記載確認を今一度お願い致します。
- ・季節の変わり目ですので、衣替えをお願い致します。
- ・5月のゴールデンウィークは通常通り入浴があります。
- ・5月3日(木)はデイケア営業致します。
- ・5月26日(土)午前中4大行事の一つである運動会があります。また、運動会終了後、家族交流会を予定しています。詳細に関しては後日掲示板等でお知らせ致します。多数のご参加お待ちしております。



## 5月行事予定

- 9日(水)音楽ボランティア  
午前3階、午後2階
- 16日(水)華丘流慰問  
午後 2階
- 22日(火)大正琴(高藤の会)  
午前 3階
- 26日(土)運動会・家族交流会  
午前 1階リハビリ室
- 28日(月)散髪※予約は各階にて
- 30日(水)誕生会  
午後 2・3階



## 6月行事予定

- 13日(水)音楽ボランティア  
午前3階、午後2階
- 20日(水)華丘流慰問  
午後 3階
- 25日(月)散髪 ※予約は各階にて
- 26日(火)大正琴(高藤の会)  
午前 2階
- 27日(水)誕生会  
午後 2・3階

