

# サンビュ-南海

第47号

平成31年2月発行

今年も立派な門松が

出来ました!!



平成30年12月22日(土)完成時集合写真

通所利用若林安幸様より黄梅・黄千両、佐脇榮様より赤千両をいただきました。

昨年末より当施設の玄関に立派な門松が登場しました。職員有志が、竹伐りから組み立てまで行なっております。来所される方々に、年末年始の雰囲気を感じていただければと思い数年前より始めました。今年の冬は、例年より寒く感じる事が多く、温暖な佐伯市でも雪が舞う日もありました。立春も過ぎ暦の上では、春となりましたが、まだまだ冷え込むこともありますので、お身体に十分お気を付け下さい。今年も入所者様・デイ利用者様・ご家族の皆様楽しんでいただけるよう、職員一同一丸となって、より良いサービスの提供に努めてまいりますので、よろしくお願いいたします。

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 Tel0972-20-5090

# ★四五行事の思い出★

## 運動会



## 夏祭り



## 敬老会



## もみじ祭



### ～special thanks～

平成30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)

- ・フラ オ マカナ ナレオ アロハ様
- ・直川フラの会様
- ・アナヒタ・ベリーダンス・トゥーループ様
- ・宇目神楽保存会様
- ・音楽ボランティア小口様・志賀様
- ・日心太鼓～絆～様
- ・華丘流様
- ・由扇会様
- ・佐伯東小学校様
- ・ひがしなかよしクラブ様
- ・高藤の会(大正琴)様

慰問・ボランティアの皆様方、  
本当にありがとうございました。

## 祝！100歳おめでとうございます

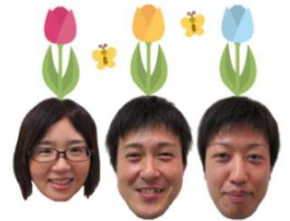
平成30年12月10日(月)に江藤月子様の長寿の祝福訪問に、田中市長が来所されました。本人様も、祝福に集まった方への、気遣いも忘れず感謝の言葉を述べられていました。これからもどうぞお元気にお過ごしください。



祝福を受ける江藤月子様(中央)

## 居宅ケアマネです♪

今月は災害対策についてです。地震や豪雨など最近では災害が以前より身近に感じる事が多くなったのではないのでしょうか。皆さんはいざという時の備えや避難場所の確認などでできてますか？高齢者や小さい子供がいる家庭では避難することは大変ですが、日頃から佐伯市のハザードマップ(各地区の危険な場所や避難場所を記した地図を佐伯市のホームページで閲覧できます)を確認したり、地区の避難訓練に参加するなど、いざという時に慌てない「普段力」を備えておきませんか。



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・山下

## リハビリテーション室より

今回は、「ベッドサイドリハビリについて、「ポジショニング」の実施について説明します。

「ベッドサイドリハビリ」は居室で行なうリハビリのことです。全身状態が不安定な方、自力での起居動作(寝返り・起き上がり)や座位保持(端坐位・車椅子座位など)、長時間の離床が困難な方に対して、居室に伺いリハビリを行なっています。リハビリの内容は、筋緊張の緩和と関節の変形拘縮の防止の為の徒手療法、離床促進の為の座位保持・起立・移乗動作訓練、呼吸・循環機能の維持・促進、臥床時の安楽姿勢確保の為の「ポジショニング」等を中心に実施しています。「ポジショニング」を行なう目的は、快適で安定した姿勢や活動しやすい姿勢を提供することです。主な内容は、

- ・褥瘡(床ずれ)の防止
- ・食べる事や飲み込む機能の維持、促進
- ・呼吸・循環機能の維持、促進
- ・筋緊張の緩和と関節の変形拘縮の防止
- ・安楽でリラックスした姿勢の提供

※週に1回ポジショニング回診を実施するとともに、当施設褥瘡ケアチームと連携し多職種で支援を行なっています。ポジショニングの方法やクッションの種類・挿入方法など、お悩み事がありましたら、フロアスタッフまでご相談下さい。

## 豆知識

### 栄養管理委員会

#### 一節分一

節分とはもともと季節の変わり目のことを表し、立春・立夏・立秋・立冬それぞれの前日を指していました。厳しい寒さを乗り越えた後の「立春」は一年の始まりとされ、新しい年を迎える前に厄払いをし、一年の無病息災や家内安全を願うために行うものです。



豆まきの豆は「魔滅(まめ)」に通じ「魔目(まめ)に豆を投げつけて「魔を滅する」という由来があるそうです。豆まきに使われる大豆はたんぱく質を豊富に含むことから「畑の肉」と呼ばれます。また、ポリフェノールの一種で女性ホルモンに似た働きをするイソフラボンを含んでいます。骨粗鬆症の予防効果もあります。南海老健では、豆にちなんで豆まきご飯と、イワシも「魔除け」の意味を持っており、イワシのハンバーグを節分の昼食にお出ししています。



#### ～南海老健のお食事～

個人対応にて普通食と医師の指示に基づいた治療食を提供し、ご利用者様の栄養ケアを行っております。医師をはじめ、看護師、管理栄養士、理学療法士、作業療法士、介護福祉士による嚥下チームを中心に多職種で「口から食べる楽しみ」を支援します。

# 職員紹介

①名前:緒方 豊

②職種:介護福祉士

③趣味(休日の過ごし方)

銭湯が大好きで、近所の道の駅の銭湯によく行きます。その後に好きなビールをおいしく飲んでいきます。

④座右の銘

「明日やろうはバカ野郎。いつかやろうもバカ野郎。」  
「失敗して当たり前。うまく行ったら男前」

⑤ひと言

温かい仲間の支えもあり、4年目を迎える事が出来ました。これからも利用者様のお力になれる様、日々努力していきます。



①名前:後藤 真利子

②職種:療養介助員

③趣味(休日の過ごし方)

週2回夜に、2時間程度ミニバレーボールをしています。今年で18年目になりました。ダイエットとは無関係みたいです(笑)。また、年に何度か、友達5人と行き当たりばったりの無計画日帰りツアーをしています。

④座右の銘 :

「ケ・セラ・セラ」

⑤ひと言

南海老健にお世話になり、もうすぐ丸5年になります。初めての介護職。右も左も分からなかった私を辛抱強く見守って下さった皆様に感謝しています。

(まだ一人前ではありませんが・・・)

自宅では、105歳の大姑、82歳の姑を抱え、ついに私も姑になってしまいました。5世代の賑やかな大家族の元、毎日楽しく過ごしています。

これからも頑張りま〜す!!



## 事務連絡・お知らせ

- ・インフルエンザやノロウイルスの流行する時期です。施設内での感染は来所者様による「持ち込み」で起こることが多いと言われています。感染予防の為、嘔吐や下痢、発熱等の症状がみられる方の面会をご遠慮お願い致します。
- ・風邪症状のある方で洗濯物の交換が必要な方は、事務所へお声掛け下さい。スタッフが対応致します。(日曜日・祝日はお休みです)
- ・面会の方は、必ずマスクと手指消毒をお願い致します。
- ・最近、持ち物に名前の記入が無いことが多くなっております。今一度ご確認下さい。
- ・皆様のお住まいの地域へ当施設の各専門職が出向き、講演等行っております。お気軽に事務室古川・平山までお声かけ下さい。

## 3月行事予定

8日(金)散髪

※予約は各ステーションにて

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 2階

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

今月はひな祭りのイベントを予定しています。



## 4月行事予定

10日(水)音楽ボランティア

午前 3階、午後 2階

12日(金)散髪

※予約は各ステーションにて

17日(水)華丘流慰問

午後 3階

23日(火)大正琴(高藤の会)

午前2階

24日(水)誕生会

午後2・3階

今月は花見のイベントを予定しています。

