

カンピューナー南海

第49号

令和元年6月発行



5月より年号が「令和」に変わり、日中の気温が30℃近く上がる予報で初夏を感じる暑さの中、当施設の4大行事のトップを飾る南海老健大運動会を5月25日土曜日に開催いたしました。熱気に満ちた会場にて紅白の団長より気合を入めた選手宣誓に始まり、職員の応援合戦の後、手に汗握る白熱した競技が繰り広げられました。日頃のリハビリの成果を十分に発揮し、全員が一丸となり真剣な表情や笑顔で借り物競争や大玉ころがしなどの競技に参加され、結果は30点差で紅組が昨年に続き勝利し幕を閉じました。ご参加いただいた家族の皆様方、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19回南海老健大運動会

カーモンベビー♪



団長による選手宣誓



毎年恒例の関ヶ原の戦い



準備体操します



両軍による応援



職員対決！！

☆今年の入所・通所者様による借り物競争に力を入れました☆



☆ご夫婦でパチリッ☆



☆最終競技大玉ころがし☆



☆玉入れ☆



がんばれ～☆



☆職員による障害物競争☆



今年は30点の差をつけ紅組の優勝でした！



家族座談会

運動会後デイルームにて、家族座談会を行い、14名のご家族様にご参加いただきました。山田介護福祉士より「排泄ケアについて」との題目で、排泄ケアの方法等についてお話し致しました。当施設も介護保険法の趣旨に沿った施設運営のもと、在宅生活を安心して送る事ができるための支援や、手厚いケアに職員一丸となって取り組んで参りたいと思います。次回は敬老会後に予定しておりますので、多くのご参加お待ちしております。



デイケアだより



種植えを行ないました!



早く大きくなれ～

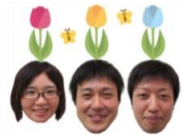
初夏の心地よい風が吹く午後、水菜の種植えをしました。写真のお二人は、ご自宅でも畑の草取りなどを楽しみに取り組まれています。最近日は差しが強い日も多く、屋外での作業も控え気味なため、デイケアに見えた際、生育を楽しみに手入れをしてくださるとのこと。立派に成長した野菜ができる日を、みんなで心待ちにしています☆



居宅だより

通いの場で元気を頂いています!(^^)!

私が担当している利用者3名から始めた女島区での「通いの場」はもうすぐ1年が経過します。包括支援センターの保健師や区長さんのご協力にて、今年2月より女島公民館をお借りでき、4月より新しい仲間も増え、そして、先日は何と11名も集まりました! 通いの場の目的は「いつまでも住み慣れた地域で暮らせるよう、元気な高齢者を増やすこと」です。体操を中心とした活動の場ですが、「あんた元気しよかったね～」と人と人が顔を合わせ、楽しみや生きがいを作る場でもあります。そんな姿を見ながら私も元気を頂いています!(^^)!



居宅介護支援センター 國部

リハビリテーション室だより

今回は「肩こり」についてです。🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸

肩こりの原因は「背骨の上に頭がのっているか否か…」つまり『姿勢』によるところが大きいです。背骨の上に頭があれば余分な首の筋力を使いませんが、うつむいた位置だと重い頭を支えるために常に首の筋肉は緊張状態にあります。ずばり、これが肩こりの原因です。肩こりは放置すると頭痛や吐き気の原因になります。出来る範囲で予防に取り組み始めることをお勧めします。

☆姿勢を良くするためには

- ①常に頭の位置を気にしてあごを引くようにする。
- ②首から肩の筋をさする、ストレッチをする癖をつける。
- ③頭を後ろの壁などに寄りかか



地域貢献活動事業

大東地区公民館へ行きました!!

平成31年4月24日(水)大東地区公民館にて、「もっと! 知っておきたい認知症～地域で出来る認知症サポート～」の題目でお話しさせていただきました。今後も依頼があれば、皆様のお住まいの地域にも各専門職が外向きます。お気軽に事務室古川・工藤・斎藤までご相談下さい。 Tel.20-5090



豆知識

～広報委員会～



当施設の広報誌「サンビュー南海」は、施設の広報委員会が中心となり隔月発行を基本に、写真撮影から記事作成、構成監修から印刷発行まで、全職員の協力の下で作成しています。出来上がった広報誌は、施設内掲示、施設利用者・家族へ配布、または居宅介護支援事業所などの関係機関へ持参・郵送しています。

入所・通所の方々、家族の方も毎回隅々まで読んでいただき、広報誌の宣伝力の大きさや情報発信の大切さに気付かされていますので、少しでも施設の様子や取組について情報発信を行ない、興味を持っていただけるような広報誌を今後も作成していきたいと考えています。

載せて欲しい情報等あれば、お気軽にお声掛け下さい!!



職員紹介

①名前:千田 竜也
(ちだ たつや)

②職種:介護福祉士
介護支援専門員



③趣味:釣りが好きです。湖、川、海と様々な釣りをしてきましたが、佐伯に住んでからは海釣りにハマっています。魚は美味しいサイコーです。また、休みの日には子供と遊んだり、家族で買い物に出掛けたりと過ごしています。

④モットー・座右の銘:笑門来福(笑う門には福来る)

笑顔を忘れず、日々の出会い、皆様に感謝!

⑤ひと言:佐伯に移り住んで5年。南海老健に入職して4年目になります。佐伯の方々はとても人情味がよく、優しい方々が多いなと感じています。利用者様、ご家族様、またスタッフも素敵な方ばかりです。そんな佐伯で皆様のお役に立てるように、今後も頑張って参ります。どうぞ宜しくお願い致します。

①名前:渡邊 智都世
(わたなべ ちとせ)

②職種:介護福祉士



③趣味:息子たちのサッカーの応援で週末は九州内をあちこちしています。

④モットー・座右の銘 :大切なものは目に見えない
(大好きな本:星の王子様より)

⑤ひと言:デイに就職して8年が経ちました。スタッフ・利用者様の笑顔に支えられ日々楽しく介護することが出来ている事に感謝しています。いつも素敵な笑顔をありがとうございます。皆様のご健康をいつまでもお祈りしています。



事務連絡・お知らせ

- ・介護保険負担割合証(黄色)の更新が届きましたら、事務室に提出して下さい。※入所・通所の方対象
 - ・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15日(月)海の日で祝日となりますが通常通り入浴は行います。
 - ・7月27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、スタッフが更衣を致しますので、是非ステーションまでお持ち下さい。
 - ・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。
 - ・食費代・居室代(介護保険負担限度額認定証)で割引を受けている方は、更新時期になりましたので市役所にて手続きをお願い致します。※手続きしない場合は利用料が上がりますので、ご注意下さい。
- ※入所の方のみ対象

7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
※予約は各階ステーションにて
- 17日(水)華丘流慰問
午後 2階
- 23日(火)大正琴(高藤の会)
午前 3階
- 27日(土)夏祭り
- 31日(水)誕生会
午後2・3階



8月行事予定

- 9日(金)散髪
※予約は各階ステーションにて
- 14日(水)音楽ボランティア
午前3階、午後2階
- 21日(水)華丘流慰問
午後 3階
- 27日(火)大正琴(高藤の会)
午前 2階
- 28日(水)誕生会
午後 2・3階

