



# サンビュー南海

## 第66号

### 病院前の道路幅の拡張工事も終わりました！！



ご利用者、ご家族の皆様には日頃より大変お世話になっております。普段より当施設の取り組みに関して、ご理解・ご協力の程ありがとうございます。感染対策の観点から、4大行事も皆で集まる事が難しくなりましたが12月22日（水）「クリスマス会」を予定しています。

新型コロナウイルスも、ワクチン接種の影響もあり、全国的にも10月半ば程からだんだんと減少傾向になり、県内の感染状況を鑑み、10月25日より当施設も面会ブースでの面会を開始致しました。テレビ面会とは異なり、直接会えるようになり、久しぶりの面会に皆様笑顔が溢れていました。また、12月1日より以前のように予約なしで、お部屋での面会が可能となりました。時間の制限等がありますが、県境をまたいでの面会も可と致しましたので、この機会に是非面会をお待ちしております。

今年一年を振り返ると、昨年に続き新型コロナウイルスにて「新しい生活様式」を考えさせられる年でありました。3密を避けなければならないので、施設行事等に関しては、各フロアごとに開催をするなど工夫をしていきます。今後は、年末年始で帰省等での人の動きも予想されます。国内で流行しない事を願い、現状の面会方式の継続を望みますが、感染状況によっては変わる場合もありますので、ご理解・ご協力の程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

# 面会緩和についてのお知らせ 12月1日より

## サービスの流れ

- ・以前のように予約なしで、お部屋での面会が可能となりました。洗濯物の受け渡しも、直接お部屋までご家族様をお願い致します。
- ・1回15分程度をお願い致します。※時間厳守 ※週回数制限なし、1日1回まで
- ※三密予防の観点から、2人まで近親者のみとする。※友人・知人、中学生以下は不可
- ※各階3組ずつの案内になりますので、待ち時間も出るかと思いますが、ご理解ご了承ください。
- ※問診票（検温・手指消毒）への記入が必要です。風邪症状のある方は面会できません。
- ※事務室に複数職員がいない場合は、お待ちいただく場合があります。

## 対応時間について ※12月1日以降は事務所は18:00までの対応とします。

月～金曜日 午前10:00～11:30、午後13:30～17:30 時間厳守をお願いします

土曜日 午前10:00～11:30、午後13:30～16:30 時間厳守をお願いします

日曜・祝日 休み

## 面会方法

各フロアまで上がり、お部屋での面会可。飲食禁止・お互いにマスク着用。互いに触れないようお願い致します。

## 県外の方

今回は、県外の方もフロア面会可能です。

今後も感染状況により面会方法も変わることがありますが、ご理解をお願い致します。

## ご協力をお願いします



施設長

テレビ面会から、10月25日より予約制で各フロア面会ブースでの面会の実施を行いました。国内・九州内・県内の感染の動向を見ながら11月末から南海医療センターも時間制限等がありますが、お部屋での面会可としました。当施設も病院感染対策委員会と協議を重ね、12月1日より面会制限を1段階緩和致しました。内容は上記になります。国内は落ち着いていますが、世界に目を向けると、再流行している国もあり、オミクロン株という新しい型も日本に入ってきているので、流行しない事を祈るばかりです。一日でも長く、この形で面会を継続出来る様、職員も感染予防対策を実施していきます。よろしくお願い致します。



## 令和3年度利用者満足度調査のお礼

先日、毎年行われているJCHOの利用者満足度調査に入所者ご家族様・通所利用者様へアンケートへのご協力ありがとうございました。心温まるご意見を多くいただき、日々の業務の励みとなっております。アンケートのご意見の中で、入所者ご家族様から「新型コロナウイルスの関係で面会が出来ない為、部屋の様子や施設の雰囲気、1日の流れなどが分からない」が多くありました。お部屋へ上がれない為直接看護や介護に従事している職員と話す機会が減っているので、元気にしているか等不安に思う事も多くあったかと思えます。12月1日より、面会制限の緩和にてお部屋まで行けるようになりました。その際は、お気軽に職員へ声をかけていただき、最近の様子等お聞きしていただければと思います。新型コロナウイルスワクチンの3回目接種で問診等再度ご協力いただくことも多々ありますが、御意見いただいた内容を今一度職員全体で周知して、皆様に喜ばれる施設を目指していきたいと考えています。



# デイケアだより

## 災害避難訓練 (2回目) を行いました

10月22日に今年度2回目となる災害訓練を行いました。今回は、入浴中に震度5の地震が発生したと想定し訓練を実施しました。入浴介助中という初めての想定で、浴槽からの脱出や衣服はどうするかなど、細かな点において検討事項が多く、前回の訓練とはまた違う緊張感がありました。訓練を有事の際に生かせるよう、今後も定期的に取り組んでいきたいと思えます。



## 居宅ケアマネです

以前より、当施設で取り組んでいる地域貢献活動の一環として、新たに「介護予防について」と題して資料を作成しました。居宅ケアマネジャーが介護保険制度や介護状態にならない為の予防についてなど、わかりやすく解説します。地域への出前講座も行いますので、是非ご相談ください。

### 本日の内容

介護保険制度について

介護予防について



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だより

今回は「骨盤底筋運動」についてです。

骨盤底筋が弱くなると尿道や膣が閉まりにくくなり、咳・くしゃみや運動でお腹に力が加わると尿が漏れてしまうといわれています。尿漏れの予防・改善をするには、以下の運動を行なうことを勧めています。※実際に骨盤底筋運動をやってみましょう

①仰向けに寝て足を肩幅に開き、膝を少し立てて体の力を抜き肛門と膣を締めます



③手足を肩幅に開いて立ち、両手を机の上に乗せ体重を腕に乗せず。肩・お腹の力を抜いて肛門と膣を締めます



②クッションの上に肘を立てて手にあごをのせます。この姿勢で肛門と膣を締めます



④足を肩幅に開き、背中を真っ直ぐに伸ばし頭を上げます。肩の力を抜き、お腹が動かないようにしながらゆっくり肛門と膣を締めます



①～④の運動で「5秒引き締めて力を抜く」を10回×2～3セットずつ行います。5セットずつ行うとより効果的だといわれています。また女性の方が効果が高いそうです。すぐに効果が出るわけではありませんが、毎日継続すると2～3ヶ月後に効果が現れるといわれています。個人差はありますが、日々の運動を根気よく続けることが大切です。継続できるように頑張ってください。

## 令和3年度公益社団法人全国老人保健施設協会表彰

大分県支部から推薦いただき、公益社団法人全国老人保健施設協会表彰に選考の結果、当施設が選ばれました。表彰式が本来11月に全国介護老人保健施設大会岐阜で行われる予定でしたが、新型コロナウイルスの感染症拡大防止の為残念ながら中止となりました。受賞を励みに、今後も老健の役割を十分に発揮できる施設であり続けられるよう、精進していきたいと思えます。

施設長



## 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、家族の方も毎回隔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。職員紹介も全職員の紹介が済んだので、今年度は各部署の紹介をさせていただく等新たなチャレンジも行なっています。入所のご家族様は、面会制限が緩まず、会えない日々が続いておりますので、施設内での様子を今後も伝えていければと委員会で日々話し合っております。是非、載せて欲しい情報・短歌・作品紹介等あれば、お気軽にお声掛け下さい！！



# 部署紹介: 栄養課

## 栄養管理室

栄養管理室は管理栄養士1名と委託栄養士1名、調理スタッフ9名が在籍しています。

食べる事は、生活の中で大きな楽しみのひとつです。噛む力、飲み込む力といった食べる機能が低下した方にも美味しい食事を楽しんでいただくため、利用者様一人ひとりに合わせた食事内容、形態で提供し、栄養管理を行っています。

季節ごとの行事食で四季を感じてもらいたいと思い、献立を作成しています。

これからも、新しいメニューを取り入れつつ、皆さんの楽しみである食事を提供できる様頑張っていきます。



これからも、美味しい食事を提供できる様、頑張っていきます！！



## 事務連絡・お知らせ

- 年末年始入浴日は、12月28日(火)3階、機械浴、12月29日(水)2階・3階・機械浴利用者、1月3日(月)2階・機械浴利用者の入浴を予定しています。後日ポスター等でご案内致します。
- 年末年始の外出、外泊は現在検討中です。決まり次第お知らせ致します。理解の程お願い致します。
- 年末年始の面会は、1月1日(土)～1月2日(日)はできません。
- デイケアは、年末年始12月29日(水)～1月3日(月)お休みします。1月4日(火)より営業します。
- 持ち物・衣類への名前の記入の確認を今一度お願いします。



## 1月行事予定

7日(金) 散髪

※予約は事務室にて

26日(水) 誕生会

午前2・3階



## 2月行事予定

18日(金) 散髪

※予約は事務室にて

16日(水) 誕生会

午前 2・3階

