

カンピューナー南海

第70号

令和4年6月発行

5/25(水)運動会を各階にておこないました！！



新型コロナウイルスの感染状況は、大分県内も連日100～300人台の感染者が出ており、佐伯市でも昨年と比べると増加しております。世の中的には、「withコロナ」「夏場のマスク着用は？」等のニュースも目にしますが、当施設をはじめ高齢者施設では、まだまだ油断する事が出来ず、日々の感染対策をおこなっております。病院感染委員会では、県内のステージ状況を見ながら、職員の行動規範を変更しております。現状「ステージⅢ（感染者が急速に増加して医療提供体制に支障）」の状況は続きますが、今後も感染対策を行い、県内や、国内の動向を見ながら、以前、行った「各階エレベーター前でのブース面会」への緩和のタイミングを検討していきたいと思っております。

5月25日(水)に各階ごとに感染対策を行いながら、運動会を開催致しました。皆様、日頃のリハビリの成果が出ており、想像以上に、白熱した盛り上がりを見せていました。イベント自粛傾向の中、このような会を行えたことが我々職員としても嬉しく思います。また、アドレナリン全開で、真剣に競技に参加される利用者様から職員も元気をもらうことが出来ました。今後とも、皆様が楽しめるようなイベントを考えていきますのでよろしく願い致します。

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 TEL0972-20-5090

南海老健運動会を各階にて行いました！

準備体操しますよ～



☆玉入れ☆



今年も運動会は、ご家族様は参加できませんでしたが、各階大変盛り上がりました！！



☆運動会恒例玉転がし☆



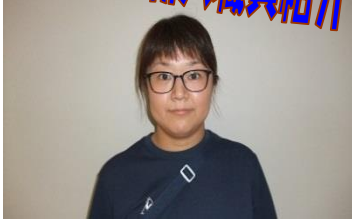
タイムを競い、リレーは応援共に盛り上がりました！！



職員も走りました☆



デイケアだより 新入職員紹介



①名前:小野 千春

②職種:看護師

③趣味(休日の過ごし方)

美味しいものをたくさん食べる

④座右の銘

為せばなる

⑤ひと言

5月からデイケアで勤務させて頂いています。新しい環境で慣れないことが多く、ご迷惑をおかけしますがよろしくお願いします。

5月から勤務しています!!



居宅ケアマネです♪

国内で新型コロナウイルスの感染が確認され2年以上が経過しています。介護施設に入所すると面会制限等がありますが、感染症の収束の出口が見えない状況が続いています。そんな中、家族や親戚、友人と会いたいとの希望から、**介護施設や病院退院時、自宅に戻って生活したいと、最近は多くの相談**があり、私達、居宅ケアマネが自宅で利用できる介護サービスの調整をしています。

- ・介護ベッド、車イス、スロープなどの環境調整
- ・デイサービス等の日中の通所利用
- ・ショートステイを利用して施設に短期間泊まるなど

実際に支援を調整し、短期間(1ヵ月程度)自宅で過ごし施設に再入所したケースもあります。ご家族の都合に合わせて、無理なく自宅で過ごせる計画をお手伝いしますので、いつでもご相談下さい。

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 古川・山下



リハビリテーション室より

☆簡単血管ケアの方法☆

血管を柔らかくするには・・・「血管伸ばし」硬くなった血管を柔らかくするため太ももやふくらはぎなど太い血管が通っているところを伸ばすストレッチです。血管には筋肉があり、その緊張を解くことで柔らかく保つことができます。NO(一酸化窒素)という物質には筋肉の緊張を解く作用があり、血流がよくなるとそのNOがつくられ血管を柔らかく保ってくれます。ストレッチには、効率よくNOを出す効果が期待できるのです。

柔らかい血管を手に入れる! 家で簡単ストレッチ! 5つの「血管のばし」

ストレッチは5種類あります。両足2回、30秒ずつ伸ばします。朝と夜の2回、行ってください。

<p>No.1 ひざ裏の血管伸ばし</p> <p>① 片足を前に出す ② ひざに両手をそえる ③ しっかり体重をかける</p>	<p>No.4 ふくらはぎの血管伸ばし</p> <p>① シャガんで片足を前に出す ② ひざに両手をそえる ③ しっかり前に体重をかける</p>
<p>No.2 足の付け根の血管伸ばし</p> <p>① 正座する ② 両手を前につく ③ 片足を後ろに伸ばす</p>	<p>No.5 おしりの血管伸ばし</p> <p>① 寝る ② 片足を抱える</p>

⚠️ ストレッチの間に30秒ほどの休憩を挟むのがコツです。整形外科的な疾患のある方や関節などの痛み症状が出る方は行わないでください。

豆知識

～虐待防止・接遇向上委員会～

私たちは介護支援という業務の特性上、直接身体に触れ、プライベートな部分にまで関わることとなります。時としてそれは、相手に不快感や恐怖心を与えてしまう可能性をはらんでいます。

不快感を与えず、安心して支援を受けていただくためにはどうしたら良いか・・・信頼関係を築いていくためには何が必要か・・・人と人とのコミュニケーションで大切な事は何か・・・

勉強会や毎月の目標掲示、チェックシートの活用などにより、全職員へ働きかけ、接遇マナーの向上を目指し、活動を行っています。

適切な身だしなみ・適切な言葉づかい・声のトーンや表情、適切な手技・・・当たり前のことですが、その当たり前こそが、信頼を得るために最も重要なことではないかと考えています。

入所者様はコロナ禍で、面会が出来ない状況が続きますが、安心して生活できるよう職員一同取り組んでいきますのでよろしくお願い致します。



部署紹介 ～2階介護スタッフ～

2階フロアは看護師1名、介護士16名で日々めまぐるしく介護をしています。医療度の高い方・看取り期の方・認知症の方・在宅復帰を目指す方も一緒のフロアで生活しています。その中で個々にあった介護を提供するのはとても大変ですが、フロアスタッフ全員で協力しあい日々試行錯誤しながら頑張っています。

現在はコロナ禍で生活スタイルががらりと変わってしまいましたが、これからも時代の変化と共に、介護する側も個々の求められるニーズに合わせて柔軟に対応し、スタッフ一丸となって介護していきたいと思っています。

介護の事なら、お任せ下さい！！



重要なお知らせ（利用者様・ご家族の皆様へ）

緊急時のご連絡等もありますので、携帯電話等に南海老健の電話番号の登録をお願いします。また、連絡があった際は、お掛け直しいただくと大変助かります。今一度ご確認ください。

電話番号登録をお願い致します

TEL:0972-20-5090

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
- ・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。また、詳しく市役所より案内があるかと思しますので、後日別紙で案内いたします。直接市役所での手続きも可能です。※手続きしない場合は利用料が上がりますので、ご注意ください。※入所の方のみ対象
- ・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18日（月）海の日で祝日となりますが入所の方の入浴は行います。
- ・7月27日（水）の『夏祭り』は、コロナ禍中の為、各階のフロアごとの開催とします。今年度もご家族様の参加は出来ませんが、ご理解のほどよろしくお願い致します。

7月行事予定

8日（金）散髪 ※予約は事務室にて

20日（水）誕生会

午前2・3階

27日（水）夏祭り ※各階フロアごと

午前2・3階



8月行事予定

12日（金）散髪

※予約は事務室にて

24日（水）誕生会

午前2・3階

