



サンビュース南海

第84号

令和6年6月発行



駐輪場そばの花壇で紫陽花が咲きました

当施設も新型コロナウイルスが昨年5月より2類から5類になったことを受け、厚生労働省のガイドラインに沿い、ブース面会を実施してきました。しかし、予約制・時間の制限・近親者に限る等制限があり、早く以前の様な面会の様式を希望する声を多くお聞きしています。コロナウイルス自体の感染力は変わらない事、2度のクラスターもあり、なかなか大きく改善することは出来ませんでした。今後は、少しでも面会出来る機会を多く持てる様改善していきますので、決定次第発信して行きたいと思えます。最近、世間ではマスクをしていない方も多くなってきましたが、面会をされる方は引き続き、マスクの着用・手指消毒・検温等の体調管理の聞き取りは継続させていただきますので、ご理解・ご了承の程よろしくお願い致します。

だんだんとお祭りごとや行事に関しても以前のように再開され、スポーツの声出し応援なども出来るようになり、日常を取り戻してきているように感じる今日この頃です。当施設も6月26日(水)に各階ごとに感染対策を行いながら、運動会を、7月24日(水)に夏祭りを開催予定にしております。行事が終わりましたら、事務窓口前に写真を掲載いたしますのでご覧いただければと思います。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 TEL0972-20-5090

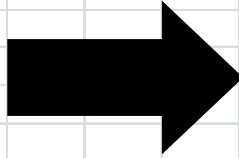
通所介護報酬改定について

6月より通所リハビリ(デイケア)も介護報酬改定があり、基本料金の変更がっております。その他加算に関しては、利用者様毎に異なりますので、個別に案内を出しております。利用者様のご負担も増えますが、ご理解賜りますようお願い申し上げます。

※ 通所利用料関係

①基本料金(通所リハビリテーション費・6時間以上7時間未満)

現行		※1割負担の場合 令和6年6月1日改正
1日		
要介護 1	710円	715円
要介護 2	844円	850円
要介護 3	974円	981円
要介護 4	1,129円	1,137円
要介護 5	1,281円	1,290円



※ 介護予防通所利用料関係

①介護予防通所リハビリテーション費

現行		※1割負担の場合 令和6年6月1日改正
1月につき		
要支援 1	2,053円	要支援 1 2,268円
要支援 2	3,999円	要支援 2 4,228円



リハビリ職員の異動がありました お疲れ様でした



皆さん3年間本当にお世話になりました。
訪問リハビリテーションが主で働いていたこともあり、なかなか皆さんと多く接する場面は少なかったかもしれませんが、病院では経験できない介護場面でのアプローチなどを多く学ばせていただきました。
また老健に戻ってくることもあるかもしれません。そのときはまたよろしくお願ひします。本当にありがとうございました。

渡邊 信一郎 理学療法士

新入職員いらっしゃい!

この度、6月より南海医療センターより移動してきました、理学療法士の井芹です。初めての老健勤務で、不慣れな点が多く、皆様にはご迷惑をおかけすると思ひます。早く慣れて少しでも良いリハビリが提供できるように努めたいと思ひます。よろしくお願ひします。



井芹 康貴 理学療法士

デイケアだより



口腔機能向上の取り組みについて

口腔機能には、美味しく食べる・楽しく話す・呼吸をする・表情を豊かにするなど大切な働きがあります。この機能が低下すると、むせやすくなったり、飲み込みにくい、しゃべりにくい等の症状が出て、低栄養や誤嚥性肺炎、閉じこもり、転倒のリスクを高めることになってしまいます。デイケアでは、お口の体操、発声練習、口腔の清潔を保つ取り組みをしています。普段の生活にも取り入れ、健康的な生活を送っていただきたいと思ひます。ご自宅で気になることがありましたら、お気軽にデイケア職員にご相談ください。



居宅ケアマネです♪

災害時の避難において支援を

必要とする方の把握について

佐伯市では災害対策基本法に基づき、市が保有する情報を元に災害時に避難において支援を必要とする方の名簿を作成しています。4月下旬頃に対象者に向けて水色の封筒で文書が送られています。回答期限は5/31までになっていましたが、届いた方は送られたでしょうか？未回答の方は市の方が確認のために訪問する予定となっています。この調査は災害が起きた時に避難を手助けしてくれる人を探すために、地域の方に情報を提供してよいか確認を取る為のものです。まだ回答してない方は社会福祉係（22-4225）までお問い合わせください。



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

～梅雨の時期～家の中でもできる運動のおすすめ♪

人は運動しない期間がわずが2週間続いただけで筋力が大幅に落ちてしまいます。雨が多い梅雨の季節でも少しずつ体を動かしていきましょう。



運動のおすすめ(一部分)

- ①ラジオ体操・めじろん体操 ②踵上げ・スクワット・太もも上げなどの筋力トレーニング
- ③エア自転車こぎ(寝たままの状態から自転車をこぐように足を動かします。)
- ④踏み台昇降(階段などを使って段差の上り下りを繰り返します。)



- ・回数は体調や疲労感に応じ調節しましょう。
- ・運動の前後にはストレッチをしてケガを予防しましょう。

豆知識 ～安全管理委員会～

『人は転ぶもの 2足歩行であるがゆえに』

日本転倒予防学会

10歳代や20歳代でも転んでしまう事があります。石につまづいたり、濡れた地面で滑ったり、急いで足がもつれたり様々なシチュエーションで転倒は発生します。高齢の方にとってはなおさらです。転倒が起こる要因としては、外的要因と内的要因と言われるものがあります。

～内的(個人)要因～

- 加齢による運動量減少 → 筋力低下、瞬発力低下など
- 加齢による身体機能の低下 → 視力低下、柔軟性低下など
- 認知機能低下 → 物忘れ、注意力低下など
- 個別的障害 → 膝関節症、股関節症、内服薬など



～外的(環境)要因～

障害物、滑る床、照明不足(明るさ)、慣れない場所、使い慣れないもの など



上記の様々な要因が重なり転倒に繋がっていきます。

転倒は誰にでも起こり得るものとして考えていかなければなりません。今一度、家の中の環境や近所の道の状況等注意してみる事やご自分の体の動き方など確認してみるのも、転倒予防になると思います。当施設においても、転倒リスクの高い方は、センサーマット等利用して転倒予防に努めていますが、リスクが低い方でも上記のように転倒の危険性がある事は、ご理解いただけると幸いです。今後ともよろしくお願ひ致します。

お詫びとお願いについて

最近、洗濯の受け渡しの際に、ご家族様より「違う方の洗濯物が入っていました」という事例が、頻発しており大変申し訳ございません。

間違った衣類等を、本人様へご返却したいのですが、名前の記載がなく、お返しが出来ない事例もあります。なかなか、面会に入れずお部屋まで行けません、名前が書いてあれば、本人様へお返しが出来ます。

現在、冬物を衣替えで一度ご返却させていただいておりますので、今一度、ご確認して頂き、名前の記入をお願い致します。名前が無ければ、記入をさせて頂く場合もありますが、よろしく願い致します。

南海老健職員募集のお知らせ

・デイケア介護スタッフ72名

・70歳介護スタッフ71名

南海老健では、左記職種の方を募集しております。明るく・楽しい南海老健と一緒に働いてみませんか？経験豊富な先輩方が、優しく指導させていただきます。経験が無くても大歓迎です。お知り合い等いらっしゃいましたら、ご紹介していただけると大変助かります。よろしく願い致します。

問い合わせ先 0972-20-5090

南海老健 事務 簗戸まで



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。今一度ご確認下さい。

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。※今年度は緑色
- ・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、市役所より詳しく案内があるかと思しますので、改めて別紙でご案内いたします。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、ご注意下さい。※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15日（月）海の日で祝日となり洗濯の受け渡しは出来ませんが、2階入所の方の入浴は行います。
- ・7月24日（水）の『夏祭り』は、感染予防対策の為、各階のフロアごとの開催とします。ご理解のほどよろしくお願い致します。
- ・衣類やタオル等に今一度、お名前の記載があるかお確かめいただけると幸いです。名前が無い物に関しては、

7月行事予定

3日（水）・10日（水）散髪
※予約は事務室にて
24日（水）夏祭り ※各階2・3階午前中
31日（水）誕生会
午前2・3階



8月行事予定

7日（水）・9日（水）散髪
※予約は事務室にて
28日（水）誕生会
午前2・3階

