サンビュー南海

第91号

令和7年6月発行

南海キャラクター誕生！

南海医療センター・老健の職員よりイメージキャラクターの募集を行い、初となるイメージキャラクター「なんかようかい」が選ばれました。キャラクター設定としては、五所明神社近くに住んでいたいたずら好きな河童が、村人たちの温かい看護で救われた経験から「恩返し」として人助けに目覚めたという心温まる設定です。特徴的な88cmの身長と88kgの体重をもつ「なんかようかい」は、南海医療センターの外観をモチーフにした籠を背負い、頭のお皿には水、籠には診療道具を携えています。また、屋上ヘリポートを思わせる風車とJCHOロゴの首飾りをアクセントにしています。名前の由来「南海」「何か用？」「妖怪」の語呂合わせ。佐伯市の伝説「河童」から着想を得た、地域性豊かなキャラクターです。今後は、病院内資料やホームページなど様々な場面で活動予定です。皆さまへ親しまれるキャラクターとして、温かく見守っていただければ幸いです。

今後老健の方では、少しでも家族と利用者様、職員との距離が縮められるよう、洗濯の入れ替えにて、ご家族様が2階・3階へ上がれるよう検討をしています。決定次第発信して行きたいと思います。

当施設も6月25日（水）に各階ごとに感染対策を行いながら、運動会、7月23日（水）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

重要なお知らせです！！

制度上の改正があり、マイナンバーカードをお持ちで医療の保険者証と紐付されている方は、これまでのような後期高齢者医療被保険者証は郵送されなくなりました。
マイナンバーカードは持っているが、医療保険者証と紐付していない方、マイナンバーカードをお持ちでない方には、代りとして「後期高齢者医療資格確認書」が届きますのでお手数ですが、毎年のように事務室でコピーをいただければと思います。
※今年度はマイナンバーカードと紐付けされている方にも、「後期高齢者医療資格確認書」は届きます。事務室窓口でコピーをさせていただければと思います。

届きましたら、コピーをとりますので、事務室まで持ってきて下さいね。確認をしたら、色はみどり色とのことです。

洗濯物の受け渡しの変更についてのご案内

新型コロナウイルスが流行してからは、ご家族様が利用者様の入所されているフロアへの立ち入りを制限をしていましたが、まずは洗濯物の受け渡し方法を変更して、ご家族様がフロアまで上がれるようにしたいと考えています。今回は、面会制限解除ではないため、面会に関しては、従来通り予約をしていただければと思います。
開始時期等の詳細に関しては、整い次第ご案内致します。
今後は事務室で受け渡しではなく、玄関右側に棚を設置していますので、そこから受け取り、持ってこられた洗濯は、お部屋のタンスに収めていただければと思います。
お部屋番号等分からない事が多くあるかと思いますので、職員へお気軽にお声掛

玄関上がり右側に棚があります。部屋番号順に洗濯物を並べていますので、ご自分でお取り下さい。

デイケアだより ～新人紹介～

①名前：　柳井　國明
　　（やない　くにあき）

②職種：デイケア運転手

③趣味：30才から始めた陸上（長距離）です。今も毎朝3㎞走から1日が始まります。久住や由布岳へ登山も毎年数回行きます。

④モットー・座右の銘：コミュニケーションは大事！！
　　みんな仲良く！
⑤ひと言：65才の新人です。1日でも早く仕事を覚え利用者のみんなに信用されるドライバー目指し日々努力していきたいと思います。よろしくお願いします。

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。 5/19に対象者に向けて水色の封筒で文書が送られています。封筒の中に入っている同意書を6/30を期限として返信いただき、順次名簿を作成します。 同意しない場合も返信をお願いします。 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。 記入方法など分からない場合は担当ケアマネージャー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・橋本

リハビリテーション室より　変形性膝関節症の予防

◎変形性膝関節症で鍛えるべき筋肉は？　予防するため、膝周囲の筋肉！！
とくに太ももの前にある大腿四頭筋（もっといえば内側広筋）を鍛えることが大切です。 膝の伸ばす可動域が維持できるためにも大事な筋肉です。

◎大腿四頭筋を鍛える運動紹介　各10回×3セット
①椅子に座って膝伸ばし　10秒間保持　10回
②足上げ体操（SLR運動）　仰向けになり膝を伸ばしたまま足上げ　10回　※ゆっくりするのがポイント
③ハーフスクワット　10回

◆注意点◆
スクワットは正しいフォームで行えば膝に負担をかけずにトレーニングできますが、間違ったフォームで行うと膝の痛みを悪化させる可能性があります。特に膝が足の甲より内側に入ったり、膝がつま先より前に出たりすると膝関節に過剰な負荷がかかり、痛みの原因になります。正しいフォームが分からない時はいつもでリハビリスタッフに声をかけてください♫

豆知識　～教育委員会～

＊教育研修委員会は、介護士3名・看護師1名・理学療法士・相談員の計6名で構成されています。主な活動としては、毎月1度メンバーで集まり委員会会議を行ない、各セクションの専門職同士で、今後のより良い活動について話し合います。又、毎月開催される勉強会の為に、色々なサポートを行なっています。年間の計画をメンバーで話し合い、各委員会に依頼し開催出来るまでのサポートを、全力で行なう事を一番の目標としています。時には教育委員会からも勉強会を開催し、年間で行なう勉強会の重要性についても、他の職員に理解してもらう為に、行なう場合もあります。地域貢献活動も行っており、地域の方々へ専門的な情報提供等を行っています。後は新人教育です。どこに配属されても、教育委員会が先頭に立ち、各部署のバックアップを色んな角度から行ないます。又、研修報告等も行っているのですが、このご時世ですので、満足な研修も行えていない為、今は発表・報告についても、数少ないのが現状です。今後もすべての職員に学びやすい環境を提供できる様、メンバー一同全力で取り組んで参ります。

佐伯市水防訓練へ参加しました

令和7年5月25日（日）令和7年度佐伯市水防訓練へ南海医療センターDMATチームとして、当施設斎藤支援相談員が参加致しました。毎年行われる訓練ではありますが、出水期に備え、水防活動の充実及び水防意識の高揚を図る目的で行われております。今回南海医療センターDMATチームは、消防・警察・自衛隊と連携して、救護所に搬送された傷病者の応急処置・トリアージ・重度傷病者の病院搬送を想定した訓練への参加となりました。災害時は、多くの機関との連絡調整等が必要になることが改めて理解出来ました。日々の訓練活動を通して、災害時慌てず行動できるよう、日頃より心構えをしていきたいと思います。

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
・ご案内のように、医療保険証（後期高齢者医療保険証）とマイナンバーと紐づけしていない方へ「後期高齢者医療資格確認書」が新たに届きます。前年度分が７月末までとなっていますので、確認書が届きましたら、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いますので、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２１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２３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（フルネーム）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、こちらで記入させていただく場合もございます。

７月行事予定

２日（水）・９日（水）散髪
※予約は事務室にて
２３日（水）夏祭り　※各階2・3階午前中
３０日（水）誕生会
午前2・3階

８月行事予定

６日（水）・１３日（水）散髪
※予約は事務室にて
２７日（水）誕生会
午前2・3階