

いちがお園だより

発行 社会福祉法人はしうど福祉会
発行日 平成28年5月1日
No.257



宇川診療所 通所リハビリテーション



新緑が色鮮やかな今日この頃。はしうど福祉会はあらたに宇川診療所・宇川診療所通所リハビリテーションが加わり、ばたばたした日々の中にも、新しい交流が始まりました。

宇川診療所通所リハビリテーションは京丹後市の指定管理事業で、正式な名称は『京丹後市国民健康保険直営宇川診療所通所リハビリテーション』です。京丹後市は6町が合併した市ですが、市内には通所リハビリテーションは2か所だけです。隣接の伊根町や宮津市の方には通所リハビリテーションはなく、遠いところからもご利用されています。

知っているようで知らないサービスのあれこれをお伝えしたいと思います。

宇川診療所通所リハビリテーションでは、自立した生活が送れるように医療・介護の専門職がチームで支援します

実施日は月～金 9時半～16時まで、祝祭日は休まず実施しています。

定員は35名で、現在ほぼ毎日定員に近い人数の方がご利用されています。

職員は医師・歯科医 理学療法士 看護師 歯科衛生士の医療スタッフ 介護福祉士等の介護スタッフ 調理員 事務員 運転手と力をあわせて日々の業務を行っています。

サービスの内容としては

理学療法士による個別リハビリやマシントレーニングで生活動作などの維持管理を図る訓練を行います。



マシントレーニングは医師の管理の元に行われる所以安心です。
集団体操では全身運動を行うことでコンディションを整え、硬くなった体をほぐします。

口腔機能訓練として、歯科衛生士による歯科指導・口腔ケア・嚥下体操なども行っています
美味しい食事は命の源。お口の中を清潔にして、自分の歯でおいしく食べられるように応援します



手作業では脳の活性化や手指の機能維持回復を図り、脳トレーニングは学習療法士による認知機能の維持、低下予防訓練を行っています。

このようなサービス利用ができると体の調子がよくなります。
担当ケアマネジャーや地域包括支援センターが相談の窓口です。

在宅介護支援センター

こんにちは。ケアマネジャーです

暖かくなり、体も動かしやすくなり、外出の機会が増えているのではないでしょうか。新緑を見ながらの散歩やドライブが楽しみな季節になりました。しかし、歩行に不安を抱えて外出も楽しめませんね。

シルバーカーや杖・歩行器や歩行車は歩行に不安を抱える人にとって外出を支援する重要な福祉用具です。メーカーからは様々なタイプの歩行支援用具が発売されており、選択の幅が広がっています。今回は『歩行器』の選定のポイントなどをお伝えします。

『歩行器』は杖では体を支えきれない高齢者の方が使用する福祉用具です。一本杖では安定して歩けなかったり、長距離を歩くのは中々大変な方の歩行を助けます。いろいろな種類がありますが、大きく分けると

*杖のように持ち上げて使う4本脚が付いた四脚歩行器

*4本の脚にキャスターがついており、それをカートのように押して歩くタイプがあります。



シルバーカーは軽くて扱いやすかったけど、握力が弱くなったり、上肢や体幹のバランスが悪くなってしまって不安を感じる…ということはありませんか?



そのような不安を感じておられる方には肘を置けるタイプの『歩行器』がレンタル化されています。

動きの変化に伴い、適切な移動補助具を選ぶには福祉用具専門員や理学療法士から専門的な視点でアドバイスをもらいましょう

介護保険で「福祉用具貸与」で借りることができます。ケアマネジャーにご相談下さい

いわきの里

茶話会 今年もやります! 行きますよ!



〈とんからり茶話会〉

昨年度、毎月していました、グループホームいわきの里との合同茶話会を6月から始めます。日程が決まりましたらお知らせしますので是非いらしてください。

また、豊栄・竹野地区の出張茶話会も行かせていただきます。徳光地区からは早くもお声をかけていただいております。ぜひ、他地区でも声をかけてください。

嬉しかったこと



先日、以前に小規模多機能施設「いわきの里」をご利用されていた方のご家族様が「職員さんやご利用者さんに会いに行ってもいい?」といらしてくださいました。
その方が亡くなられて3年…。今もこうしてご家族が来て下さることに感謝です

4月のボランティア様

特 養	むつみ会様 天理教様 井上尚樹 様
デイ	つくしんぼ様
いわき	女性の船様 吉岡千代子様 宗村芳様
グループホーム	井上尚樹様
クラブ	東恵美子様 廣瀬保子様

ありがとうございました

5月の予定

クラブの予定

生花 10日 手芸 6日 20日
書道 9日

8日 グループホーム家族会
22日 いかり高原祭り出店
24日 腰痛検診
認知症全体研修
25日 理事会・評議員会
26日 あきばの里運営推進会議

お花見特集

お花見外出

今年は桜の花が長く咲いたので、あちらこちらの桜の花見に外出。桜の木の根元にはいろいろな法人の車が集結していました。

今回あちこちのお花見の様子を特集してみました



特養

特養部では『ユマニチュード』が終了し、医務にバトンが渡されました。耳寄りな情報を届けします

医務より

廃用症候群って

長期間安静臥床を続けて、心身の機能を適切に使用しないと様々な合併症が発生します。これらを「廃用症候群」といい、高齢者に多くみられます。過度の安静や高齢者自身が必要以上にベッドから動こうとしない場合に見られます。

主な症状としては

- ・関節の拘縮
- ・筋委縮 筋力の低下
- ・骨粗鬆症
- ・褥瘡
- ・起立性低血圧
- ・心肺機能低下
- ・消化機能低下（食欲不振や便秘など）
- ・知的活動低下（抑うつや認知症など）

例えば、1週間安静にしていると筋力は10～15%低下し、1か月では50%に減少するとされています。

趣味や楽しみなどを活用し、活動を促すような働きかけが大切です。自分で体を動かすことができない場合は他動的に動かしたり、体の向きを変えるなども予防の一つです。

参考文献：介護に使えるワンポイント医学知識 中央法規

火事です 火事です 避難訓練です

4月28日 日中想定で避難訓練を行いました。職員同士で声を掛け合って避難誘導することの大切さを改めて学びました。新人職員たちには消火器や消火栓の使い方を消防の方より教えていただきました。いざというときにはすばやく行動したいですね



今できることを熊本へ

熊本地震災害にあわれた皆様にお見舞い申し上げます。地震発生の翌日、法人でできることをしようと地域により支援物資の多いところや行き届かないところなど、まちまちの状況があるようです。物資ばかりではなく介護福祉士会などから人の派遣も始まっています。要介護者の高齢者の方ばかりでなく普通の高齢者の方にとっても夜間のトイレ誘導や日中の話し相手や水分補給なども要請があるようです。

遠い地であっても自分たちにできることをしていきたいと思います。また災害時の福祉避難所のあり方なども考えさせられました。丹後も丹後大震災の経験があり、ご利用者の皆様から当時の事を聞くことがあり他人ごとではありません。今後もできることをしていきたいと考えています。