

くにさきだより 2018 第47号

益田市立介護老人保健施設くにさき苑基本方針

1. 地域包括ケアサービス施設として、必要な医療、看護や介護、リハビリテーションを提供します。
2. リハビリテーション施設として、集中的な維持期リハビリテーションを行います。
3. 在宅復帰施設として、早期の在宅復帰に努めます。
4. 在宅生活支援施設として、家族の介護負担の軽減に努めます。
5. 地域に根ざした施設として、地域一体となったケアを積極的に担います。また、評価・情報公開を積極的に行い、サービスの向上に努めます。

発行：益田市立介護老人保健施設くにさき苑 広報委員会
 〒699-3676 島根県益田市遠田町 1956-8
 TEL：0856-22-1150
 FAX：0856-22-1237
 E-mail：kunisaki@masumi.shimane.med.or.jp
 URL：http://kunisaki.masuda-med.or.jp/

新年のご挨拶

明けましておめでとうございませう。くにさき苑の利用者様やご家族の皆様方に、職員を代表いたしまして遅ればせながら御礼と新年のご挨拶を申し上げます。今年のお正月も昨年と同様に天候にも恵まれ暖かい日が続きました。昨年末から益田地域はインフルエンザの流行期に入り、年末からいろいろと対応して参りました。幸いにも今のところ感染拡大には至らず注意深く経過をみています。インフルエンザの流行期は4月上旬から中旬まで続きますので、まだまだ注意が必要です。

毎年のように「今年からは介護の環境が厳しい年になります」と前ふりをするのが常ですが、今年には医療保険（2年に一回）と介護保険（3年に一回）の、6年に一回の同時改定の年です。様々な対応を迫られるものと覚悟しております。また、改定の作業とは全く別次元の話ですが、報道などでもご存知のように介護施設での様々なトラブル、中でも職員による問題行動、人手不足に起因する事故などが各地で次々と起こっており、当施設でも様々な事象回避のための対応に追われているところです。

今年からは「地域包括ケアシステム」と呼ばれる新しい体制で各自治体での医療・介護・福祉などのサービス体系が再構築されます。くにさき苑の基本理念である「住み慣れた益田地域で安心して自立した在宅生活が続けられる地域づくりを目的とし、利用者様の尊厳を守り地域ニーズに合った医療・看護・介護・リハビリテーションを提供します」が、ますます充実したものになるように取り組みたいと考えております。

利用者様やご家族様からのご意見やご感想をいただくことで業務の改善につながることがしばしばありますので、遠慮なくお申し出ください。

今後も引き続きまして、笑顔で楽しく利用できる施設として運営していきたいと考えております。

益田市立介護老人保健施設

くにさき苑 施設長

松本 祐二

1月の行事

新年会



新年明けましておめでとうございませう。今年も恒例の新年会を1月21日に行いました。種神楽社中様による神楽のご披露があり、皆さん時間を忘れて神楽を楽しんでおられました。

11月の行事

芋掘り&クッキング



手作りおやつ♪
スイートポテト作
り☆



さくらんぼ保育
所の園児と一緒
に芋掘り♪



12月の行事

クリスマス会



くにさきサンタより、園児
の皆さん、利用者様にプレ
ゼントがありました！！

さくらんぼ保育所園児によるかわ
い踊りのプレゼントがありまし
た！！



栄養ニュース

冬の「かくれ脱水」に注意！

脱水というと、夏をイメージする方が多いかもしれませんが。しかし冬も湿度が低くなり、空気が乾燥するため体からでていく水分量が増える時期です。また、暖房器具を使うことによってより湿度が低くなり、「汗をかかないから」と夏に比べ水分補給への意識が減ることも原因です。最初は、「口の中がネバネバする」「だるい」といった症状から始まり、放っておくと「食欲低下」や「たちくらみ」などが起こります。更に悪化すると「脳梗塞」や「心筋梗塞」のリスクを高めます。今回は冬の脱水予防についてまとめました。

冬の脱水を防ぐポイント

部屋の乾燥を防ぐ

湿度 50~60%が目安

加湿器の使用

換気をする

濡らしたタオルや洗濯物を干す

観葉植物を置く



石油ストーブにヤカンをかける

浴槽に湯をはりドアを開けっぱなしにしておく



夏と同様にこまめな水分補給

1日 1.2~1.5Lが目安

起床後、食事の時、食事の間、入浴時、就寝前など水分をとるように心がけましょう。



野菜や果物なども水分が豊富に含まれているため、積極的に食べるようにしましょう。



牛乳やしょうが湯など味のある飲み物でもよいので、しっかり摂りましょう。食事の際にスープや味噌汁など温かい飲み物を取り入れると良いでしょう。

肌の保湿も忘れずに

皮膚が乾燥した状態では、水分が出ていってしまいます。入浴後などに、体全体をクリームで保湿して水分をしっかり閉じ込めましょう。

◎ノロウイルスやインフルエンザの場合には

下痢や嘔吐を伴うノロウイルスや、高熱によってたくさん汗をかくインフルエンザによっても脱水となることがあります。脱水の症状が強いときは、ナトリウム(塩)やカリウム(野菜・果物に多く含まれる)などの電解質も失われます。このような場合に水分だけを補うと、体の中の電解質の濃度が薄まるため、水分に加えて電解質、ブドウ糖(砂糖)を含んだ飲み物(スポーツ飲料や経口補水液)を飲むことがおすすめです。

くにさき苑のご紹介

第4回!!

リハビリテーション科



僕たちも
いますよ~



くにさき苑リハビリテーション科は、現在、理学療法士3名、作業療法士3名、言語聴覚士1名の計7名が所属し、通所リハビリテーション、入所・短期入所のリハビリテーションを担当しています。若い部署・・と思っていましたが、平均年齢33.8歳、技にも、体にも、脂がのってきたように思います。

私達は、利用者様やご家族様から直接リハビリテーションに関するご希望を伺い、生活環境をふまえた上での各療法士による専門的な機能訓練の他、生活の場である居室などでの歩行や生活動作の練習を、看護・介護職員と協力しながら行なっています。その他、筋力トレーニング用の機械を使った体力作り、生活や介護に関する助言等を行います。

また、入所の方を対象に、週に1回集団リハビリを実施しており、座ったままできる体操や昭和流行歌の歌唱を取り入れ、楽しみながら体力作りや脳の活性化が図れるよう工夫しています。

これからも、利用者様やご家族主体のリハビリテーションが提供できるように、頑張っていますので、よろしくお願いいたします。



筋トレ用の機械です。
順番待ちの列ができる日もあります。



利用者様と一緒に育てているお花です。
チューリップがかわいい芽を出してくれました。春が楽しみです。

編集後記

行事予定

- 2月 節分
- 3月 ひなまつり
- 4月 花見

明けましておめでとうござい
ます。昨年はどんな一年でし
たか？今年は成年です。皆様
にとってワンダフルな一年にな
りますように！
くにさき苑では年一回『くに
さきだより』を発行していま
す。少しでも多くの方にくにさ
き苑の事を知って頂き、永く愛
されるものを発行していきたい
と思っています。
インフルエンザやノロウィ
ルス等が流行る時期です。手洗
いやうがいを行い予防に努め
ましょう。
「意見、ご要望等」がございま
したらお気軽にお寄せください。