

くにさきだより 2021 第56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/



4月の行事

お花見

今年は新型コロナウイルスもあり苑内での花見となりました。



今年は例年より早く桜が咲き、お花見に行ったころには少し散っていたので残念でした。

今年は新型コロナウイルスの影響で利用者様の感染リスクを考慮し、ご家族様と面会が出来なく寂しい事と思いません。少しでも気分が柔らかくお手伝いが出来ればと思っております。

久々の外はうれしいけど来年はもっとたくさんの桜を見にいけるといいなあ





6月行事 芋の苗植え



今年はコロナウイルスの影響で職員のみでの苗植えとなりました。芋の豊作とコロナ鎮静化を願い苗を植えました。



すくすくと育っています！



秋の芋ほりが楽しみ♪



栄養ニュース



災害時の高齢者の食事について




災害が起こると、道路の寸断、水道・電気・ガスのライフラインの遮断など、衣食住への支障が発生し、特に生命や健康に関わる「食」についての対応が急がれます。今回は、災害時の高齢者を対象とした食事の注意点と、災害時に備えて用意しておくの良いものについて紹介します。

<高齢者の食事の注意点>

◎低栄養予防！食事をしっかり食べましょう



災害のストレスから食欲が低下しがちですが、低栄養予防のためにも食事はしっかり摂るようにしましょう。冷たいごはんやおにぎりなどが食べにくい場合は汁に入れて雑炊のようにする、パンなどのパサパサしたものは  牛乳に浸して柔らかくして食べるなど、ゆっくりと口に含んで少しずつ食べるようにしましょう。

◎脱水予防！水分はしっかり摂りましょう



飲料水の不足やトイレを我慢するために水分摂取を控えがちになります。高齢者の場合は、体内水分量が少なく、容易に脱水症状を起こしやすくなります。1日1Lを目安に食事時、食間などに水分をとるように心がけましょう。



コップ1杯：約200ml

※糖尿病、高血圧、腎疾患、食物アレルギーなどで普段から食事に注意が必要な方は、早めに避難所の医療・食事スタッフへ相談しましょう。

食品衛生に気をつけましょう

流水で手を洗ったり、しっかりと火を通したりすることが難しい場合が多く、衛生面での注意が必要です。

手洗い



水がない場合は、手指用アルコール剤、ウエットティッシュなどを使う



- ・調理はラップやポリ袋などを使用し、食品に直接触れないようにする
- ・開封した食品は早めに食べる
- ・食べ物はなるべく加熱して食べる

3日分程度の食の備えを

<非常時に備えて用意しておく良いもの>

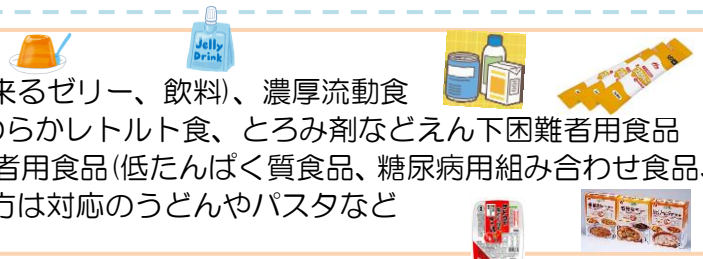
- ・開けるだけ、お湯を注ぐだけで簡単に食べられるもの…持ち出し用にも使えます
- ・長期保存出来るもの…日頃から利用し、期限が切れる前に使い、補充しましょう

主食：お米、レトルトご飯、カップ麺、乾麺(素麺、そば、スパゲティなど)
 主菜：ツナ缶、サバ缶、魚肉ソーセージ、レトルト食品(カレー、シチューなど)
 副菜：即席汁物、果物缶 飲料：水、お茶、野菜ジュース その他：菓子(飴、チョコなど)



高齢者に合わせて備えておきたいもの

- ・栄養補助食品(少量でエネルギーを摂ることが出来るゼリー、飲料)、濃厚流動食
- ・咀嚼、飲み込みの悪い方はレトルト粥、やわらかレトルト食、とろみ剤などえん下困難者用食品
- ・糖尿病や高血圧症などの慢性疾患のある方は、病者用食品(低たんぱく質食品、糖尿病用組み合わせ食品、腎臓病用組み合わせ食品など)、アレルギーのある方は対応のうどんや Pasta など



災害発生時から、支援体制が整うまでに約3日間かかると言われています。災害発生直後は食料の確保が難しいため、日頃から食品を備蓄しておくことが大切です。

部署紹介 ホームヘルプ事業

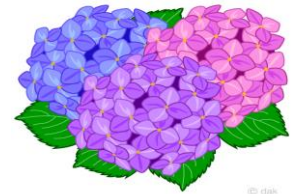


地域に密着した支援を行うよう日々奮闘しています



現在ホームヘルプ事業所にはサービス提供責任者（兼ヘルパー）2名、看護師1名、登録ヘルパー3名の計6名が在籍しています。事業所は、在宅医療介護連携研修センターの1階にあります。日常生活に支障があり、介護が必要な方のために実際に家庭を訪問し家事全般、入浴、排泄などといった生活介助をサポートしています。在宅生活が快適に過ごせるように、支援させていただきます。訪問介護サービスを必要とされる方がおられましたらご相談ください。

**[3E]～ 笑顔
会釈
Eye Contactで!**



面会禁止のお知らせ

新型コロナウイルスによる感染防止のため、原則面会禁止しております

※入所・退所時の付き添いは1名までとさせていただきます。

※12歳以下の方の入苑はお断りします。

※入苑時のマスク着用へのご協力をお願いします。

編集後記

皆さま待ちに待った東京オリンピックがもうすぐ開幕します。昨年は新型コロナウイルスの影響で延期となりましたが、無事に今年開催されるといふことで、とても楽しみにしている方も多いのではないのでしょうか。現地での観戦はなかなか難しいとは思いますが、テレビ越しの日本代表選手と一緒に応援しましょう。さて、くにさき苑では毎月色々な行事を企画しております。今回は七夕まつり、納涼祭、敬老会などの行事を予定しています。新型コロナウイルスの影響で今まで通りの規模での開催は難しいですが、新しい生活様式に沿った形で利用者様に楽しんでいただけるような企画を考えております。

今年は例年より早く梅雨が明け、これから暑さが増していきます。熱中症や食中毒に注意してこまめな水分補給や休養を心がけていきましょう。

ご意見やご要望ございましたらお気軽にお寄せください。

行事予定

7月 七夕まつり

8月 納涼祭

9月 敬老会

※変更になる場合があります