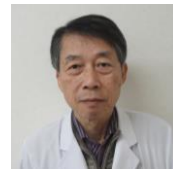


# しおかぜだより



～2015 年 新年のご挨拶～



介護老人保健施設 やわらぎ 施設長 鶴原 一郎

日頃からやわらぎを温かく支えて頂いていますご家族の皆様、地域の皆様、そしてご利用者の皆様新年おめでとうございます。

昨年中は多大なご支援とご協力を頂きましたことにつき関係各位の皆様にはこの紙面を借りて厚く御礼申しあげます。今年の干支は未(羊)で干支の由来は、群れをなす羊は家族の安泰を示し平和に暮らすことを意味するといわれています。色々なことが生じ報道されている昨今ですが是非由来のとおりになる平和な年となるよう願うばかりです。

さて昨年はやわらぎ創立20周年という節目の年を迎え、職員一同で{20周年記念特集号}を今年1月発刊いたしました。20年の歴史をお読みいただけたらと思います。また昨年10月には2階入所施設の一部をユニット型老健施設として利用するため改良工事を開始しました。工事期間中は騒音や入所者制限などご利用者の皆様に多大なご迷惑をおかけいたしました。12月には工事が無事終了し平成27年1月1日付で個室10床のユニット型をオープンいたしました。個人のプライバシーが保護され、個人の家庭生活に近い環境での生活が維持できる場所としてご利用いただければと職員一同お待ちしております。

今年は3年に1度の介護報酬改定の年です。社会保障費充実を目的とした消費税10%上昇時期の延長が介護の世界にどのような影響を及ぼすのかはこれからだと思いますが、財源の凍結はやはり厳しい高齢社会の状況を作り出すことが想定できます。介護報酬改定もマイナス改定と厳しい改定内容が予測されており、皆様に手厚い介護を提供し続けていくために今以上の知恵と工夫と努力が各施設には求められるでしょう。

雨にも負けず、風にも負けずの精神力も時には必要となります。この前向きに向かうエネルギーの源の一つとして、職員が気持ちよく働ける職場創りがあると考えます。この気持ちよく働ける職場があって初めて職員の既成的介護から利用者一人一人に適した心こもった介護の提供へと繋がっていくと考えます。今年も引き続き働きやすい職場環境づくりに励み、やわらぎを利用して本当に良かったと皆様に思ってもらえる施設になるよう職員一同努力をしてみたいです。2015年が皆様方に良い年であることを願い新年のご挨拶に代えさせていただきます。

今後とも引き続きご指導ご愛顧のほど宜しくお願い申し上げます。





## ～新年を迎えて～



介護老人保健施設やわらぎ 看護師長 宅野 安子



新年明けましておめでとうございます。

新しい年を迎え、皆様方にはお健やかに過ごしたと思っております。旧年中は大変お世話になりました。今年度も引き続きの御支援、御協力をよろしくお願いいたします。

やわらぎでは、昨年10月から2階入所居室の一部改築工事を行いました。御利用者様、御家族様には、居室変更の御協力、騒音等、大変ご迷惑をおかけいたしました。おかげをもちまして、今年1月1日より「ユニット型介護老人保健施設やわらぎ」としてオープンすることが出来ましたこと御報告いたします。ユニット型老健では、家庭に近い環境、御利用者様お一人お一人の生活スタイルに沿った支援を心がけ、提供して参りたいと思っております。まだ始まったばかりですが職員一同、知識を習得し、創意工夫しながら一つ一つ作り上げ、皆様の御期待に沿えるよう努めて参ります。



今後とも、従来型老健、ユニット型老健、共々よろしくお願いいたします。



## ～新年のあいさつ～



ユニット型介護老人保健施設やわらぎ ユニットリーダー 小谷 久美



今年の1月1日より、当施設ではユニットケアを導入する事になり、ユニットリーダーになりました 小谷 久美（こだに くみ）と申します。

導入前には、他施設へ見学に行ったり、リーダー研修にも参加しました。大阪の特別養護老人ホームに実地研修に行き、入所者のそれぞれの生活の流れや一日の過ごし方、職員の動きを体験して参りました。その中でも、居住環境は入居者に合わせ、ユニットごとに雰囲気、しつらえが全く異なり、利用者各々がゆったりとした一日の時間の流れや、生活のリズムを持たれており、自分の居場所があることで安心し安らげる事を実感して参りました。その施設のリーダーの方より「落ち着ける場所があると不穏もなくリスクも減る。私たちは、入居者の暮らしにあわせサポートすることが大事で、一人一人に向き合い、チームで共有する事が大切」と助言を受けました。現場体験したのは特養で、老健とはケアの方向性が若干違う所もありますが、少しでも近づけたらと思いました。

まずは安心して過ごせる、くつろげる空間作り、居心地の良い暮らしの場の雰囲気作りから頑張りたいと思っています。至らない点は多々あるとは思いますが、現場のユニットケアを皆と一緒に頑張りたいと思っておりますので宜しくお願いします。

## ～新年会を行いました～



1月17日(土)に新年会が開催されました。

ゲストには地元で活躍されているミュージシャンの森田さやか様、マジシャンのマジカル近藤様の2名をお迎え致しました。

ミニコンサートでは、「ふるさと」「上を向いて歩こう」等、計4曲披露して下さいました。温かい心に響く歌声に、感動され涙する方や昔懐かしい曲に口ずさむ御利用者の姿が印象的でした。マジックショーは、今まで間近で見たことない御利用者が多く、釘付けになって見ておられました。マジックが成功すると会場は大きな拍手に包まれました。



毎年恒例の新人職員による出し物では、おもしろ楽しい元気なダンスが披露され、いつもとは違う職員の姿に会場は大盛り上がりとなりました。

昼食はご家族様と共にごちそうを囲んで楽しい時間を過ぎて頂き閉会となりました。



## ～資格取得情報～



当施設には、喀痰吸引や経管栄養（注入）を必要とされる利用者様が多数おられます。平成24年4月から介護職員等による喀痰吸引等（たんの吸引・経管栄養）についての制度が始まり、それぞれの知識・技術など一定の研修を受けた職員であればこの行為が行えるようになりました。



やわらぎでは、現在5名の介護福祉士がこの資格を取得しております。

【有資格者】・角 伸二 ・山脇 文雄 ・石井 千穂 ・森本 瑞子 ・小谷 久美

【取得予定者】・口村 真希

.....  
【その他 H26 年度 資格取得情報】

・樋口 勝（介護支援専門員 取得予定）

・永井 奨（住環境コーディネーター2級取得）





## ～サービスプランだより～



平成27年度は、3年に1度の介護保険の大幅な改正が予定されています。

平成27年4月から

1. 介護保険サービスを利用をした時の利用者負担が変わります。
2. 介護保険料が変わります。
3. 介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)の入所基準が変わります。

平成27年8月から

4. 一定以上の所得がある人は、利用者負担が2割になります。  
介護保険負担割合証が発行されます。
5. 高額介護サービスの一部の上限額が新しくなります。
6. 高額医療、高額介護合算制度の限度額が変わります。
7. 低所得の施設利用者の食費、居住費の適用条件が変わります。
8. 要支援1・2の人が利用できるサービスが一部変更になります。  
(市区町村により開始時期は異なります。)

平成28年4月から

9. 地域密着型サービスに「地域密着型通所介護」が追加されます。



これらの情報は、確定しているものではありません。(平成27年1月20日現在)  
気になる事や不明な点がありましたらお問い合わせください。



## ～ヘルパーステーションだより～



新しい年がスタートしました。

早いもので大寒が過ぎ、暦の上では立春を迎えますがまだまだ寒い日が続きます。

県内にインフルエンザ警報が出ていますが、引き続き予防に心がけ細心の注意が必要です。

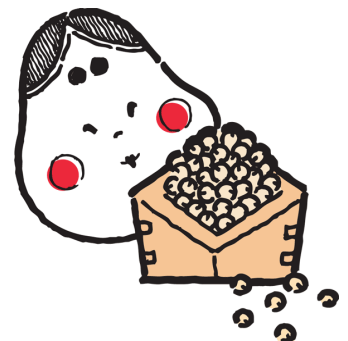
さて、お話しは立春の前日に戻りますが、2月3日は節分です。

旧暦では節分が大晦日にあたります。昔から厄を払い新年の幸せを願う行事として大切にされてきました。『豆まき』は宮中で節分に行われていた『追儺(ついな)』という鬼払いの行事が広まったものだそうです。ところでこの節分にちなんだ食べ物で『恵方巻き』がありますが、「福茶」というのはいかがですか?! 昆布の佃煮か塩昆布、梅干し1個、豆まきの福豆を湯呑みに入れ熱湯を注ぎます。

豆は「まめまめしく働く」の意味。吉数の3粒を入れます。梅の花はおめでたい花、こぶは「よろこぶ」の意味で縁起のいいお茶です。

豆がお湯でやわらかくなり香ばしくておいしいですよ!

邪を払い、福を招き入れ今年も無事を祈り、健康に過ごしましょう。





## ～リハビリだより～



今回は手工芸が好きな利用者様についての紹介です。

病気になり“自分に出来る事はない”と言われていた利用者様が、ある時、折り紙で爪楊枝入れを作られたことがきっかけで、自分に出来ることを見つけ、作る喜び・人にあげる喜びを感じられ今ではたくさんの作品作りに挑戦されています。

皆に「やり方を教えて♪」とお願いされる姿は、まるで手工芸の先生の様です。

今では、「病気になった時は、本当にすることもなく何をして過そうかと思っていたけど、自分にも出来ることがあってうれしい」と話されています。また作品によっては、リハビリ職員に相談してられることもあります。日々利用者様同士で昔作っていた作品を持ち寄り、作り方を教え合いながら挑戦されています。

完成品は、近所の方に出来た作品をプレゼントされたり、公民館祭りにも展示されるなど作品を通して近所の方々との交流も深まっているそうです。

次はどんな作品が出来るのでしょうか…。職員一同とても楽しみにしています♪♪

☆以下の写真は、利用者様が作られた作品ですのでご紹介致します☆



(爪楊枝入れ)



(正月飾りとビーズで作る白鳥)



(あじさいの刺繍)



(手まり)

### 医療法人同愛会

はあとふる・ねっとわーく

#### ●介護老人保健施設やわらぎ

TEL (0859) 31-1000

FAX (0859) 31-1003

#### ●デイケアやわらぎ

TEL (0859) 31-0150

#### ●ヘルパーステーションやわらぎ

TEL (0859) 31-1025

#### ●サービスプランやわらぎ

TEL (0859) 31-1002

### 1日おためし体験についてのお知らせ

デイケアやわらぎでは毎週月曜日から金曜日（祝祭日除く）の9:30～15:30迄の時間でおためし体験を受け付けております。

対象者：要支援・要介護認定を受けられた方

内容：健康チェック・レクリエーション  
グループ活動（体操・脳活性・工作）

【見学】入浴・個別リハビリ。施設内案内

費用：昼食（おやつ代込み）600円

ご家族同伴・送迎（車椅子でも可）も承っておりますので気軽にお申し込みください。

問い合わせ（担当：判田）



## ～栄養部だより～



### ＜冬の脱水症について＞

脱水症というと、暑い夏に多いという印象がありますが、空気が乾燥し、暖房器具を使う冬にも脱水症は多く起こっているのです。

脱水症になると水分とともに、細胞や臓器の機能維持に必要な電解質も失われるため、血液がドロドロの状態になり生命にかかわることもあります。食欲不振、頭痛や吐き気、脚のつり、脱力などの症状がみられ、深刻な場合は、脳梗塞や心筋梗塞などにつながる危険性もあるといわれています。

成人に比べて体内水分量が約10%少ない高齢者は特に注意が必要です。のどの渇きを自覚する機能が低下し、腎機能も衰えるなど、体内に水分を蓄えておく力が弱くなっています。さらに、トイレに行く回数が増えるのを嫌がり、介護者の手間を避けようとして水分摂取を控える心理的要素も加わります。また、高血圧や心不全などの治療薬には、血圧を下げる目的や、心臓の負担を減らす目的で、利尿薬を使用することが多く、これらも脱水症の遠因となるようです。

このように、高齢者は日常的に脱水気味であるともいえ、下痢や嘔吐、発熱、発汗などの症状で、たちまち脱水状態に陥るリスクが高いことに注意しましょう。こまめな水分補給と加湿器等で室内の湿度を50%前後に保つことが脱水症予防のポイントといえます。



### 今後の行事予定

- |       |           |
|-------|-----------|
| 2月 3日 | 節分行事（豆まき） |
| 2月13日 | 和風喫茶      |
| 2月19日 | 防災訓練      |
| 3月 8日 | 洋風喫茶      |
| 3月13日 | 手作りおやつ    |

### 編集後記

あけましておめでとうございます。  
昨年は色々とお世話になり、ありがとうございました。  
20周年記念誌も無事発行する事ができました。今年の干支は“羊”でございます。  
2015年が皆様にとって素晴らしい年になりますよう心から願っております。

しおかぜだより 32号（2014年 冬号）  
2015.2月発行

【初回発行日】1996年8月

特定医療法人財団同愛会

介護老人保健施設やわらぎ

683-0801 鳥取県米子市新開4-11-13

TEL (0859)31-1000

FAX (0859)31-1003

HP <http://www.douaikai.net/>

E-mail [yawaragi@douaikai.net](mailto:yawaragi@douaikai.net)

以下のQRコードから携帯でもご覧頂けます。

