

# ひまわり

第22号

発行日 平成30年4月10日

ひまわりはリハパーク舞岡のイメージフラワーです。



社会福祉法人親善福祉協会

## 介護老人保健施設 リハパーク舞岡 広報誌

〒244-0813 横浜市戸塚区舞岡町3048-4

TEL 045-825-3388 FAX 045-825-3133

ホームページ <http://rehapark.org>

発行責任者 施設長 本田 守弘

## 新年度スタートを迎えて

療養長 宝田 信子

今年も色とりどりの花が咲きそろい、春の代表である桜の花びらが舞う安らぐ季節となりました。私は咲く花を見て気持ちがほっこりし、温かい気持ちにつつまれ幸せを感じるこの頃です。

リハパーク舞岡は平成22年2月1日に開設し今年9年目を迎えました。緑豊かな丘の地に位置しており、創業以来今日まで地域の方々の温かいご支援と深い理解を賜り、老健施設として一步一步進めてまいりました。昨今、超高齢社会を迎え、介護や福祉を取り巻く環境はめまぐるしく変化しています。今年度当施設は『在宅強化型老健』としての歩みをスタートいたします。ご利用者方々に生活機能向上の為に必要な医療・看護・介護・リハビリテーションを提供し、目標である在宅生活が安心して豊かなものになりますよう、職員一同一層精進してまいりますのでよろしくお願いいたします。



## 口腔ケア委員会



当法人の親善福祉協会で実施された職員提案制度で、当施設の口腔ケア委員会が「嚥下障害に対する応用～咽喉マイクによる頸部聴診法」を提案し、当法人の山下理事長より表彰頂きました。

委員長からは、初めての提案制度でしたが、メンバー全員の協力で、今回の提案が出来ました。今後もより良い施設作りを目指して、業務提案を行ってまいります。





前は車いすの種類を紹介させていただきました。

最終回は車いすがご本人に合っているか確認方法をご紹介します。

### 座面の奥行き

⇒車いすの座面が長すぎるとお尻が前に滑り骨盤が後傾した姿勢になりやすい。

座面は膝の裏が座面に当たらないよう4～5cm短くする。

### 座面の幅

⇒座面が狭すぎると窮屈な姿勢になってしまう。逆に広すぎると体が左右に傾きやすくなってしまい自走もしにくい。

座面の幅は掌が入るくらい、腰の幅より4～5cmゆとりをもたせると良い。

### 肘掛の高さ

⇒肘掛が高すぎると肩が上がった姿勢になり疲れる為肘掛を使わないようになる。逆に低すぎると前傾姿勢や後継姿勢になりやすい。肩を楽にした状態で肘を90度に曲げた時の高さより1～2cm上方に設定すると良い。

### 足台の高さ

⇒足台は床から5センチ以上高く太ももが床に平行になるくらいの高さが良い。

低すぎると前にずり落ちやすく、高すぎると体が後ろに倒れ円背姿勢になりやすい。

この他にも快適に車いすを使用する為に様々な工夫の方法があります。

お気軽にご相談ください。

作業療法士 原 愛実



## 箸でつかむ健康 第22回 ～食中毒を予防しましょう～

食中毒というと、飲食店での食事が原因と思われがちですが、毎日食べている家庭の食事でも発生しています。普段、当たり前に行っていることが、思わぬ食中毒を引き起こすことがあるのです。家庭での発生では症状が軽かったり、発症する人が1人や2人のことが多いことから風邪や寝冷えなどと思われがちで、食中毒とは気づかれず、重症化することもあります。

食中毒予防の三原則は、食中毒菌を「付けない、増やさない、殺す」です。

「6つのポイント」はこの三原則から成っております。

これらのポイントをきちんと行い、家庭から食中毒をなくしましょう。

食中毒は簡単な予防方法をきちんと守れば予防できます。



# ユニット紹介 2Bユニット編



この季節は、桜の開花とともに春の訪れを感じます。2Bユニットでは、室内にいても四季や行事といった、季節が感じられるよう、装飾に力を入れております。装飾には季節の涼しさや温かみが、感じられるように、趣向をこらしております。当ユニットでは日々、ご利用者様と職員が一緒になり、月日の移り変わりを、感じて頂けるように心がけ支援を行っております。



ユニット内の装飾とご利用者様の生活の様子

## 通所リハビリ便り

第22回



### ひなまつりと舞岡ぼやし



通所リハビリのご利用者様からご厚意で寄贈して頂いた立派な雛人形、今年も飾りました。

寄贈して頂いたご利用者様からは「4年掛けて買い足した旦那様の苦勞の賜物の雛人形を、広い所で飾ってもらえとても満足」とのお話を伺いました。

毎年の定例訪問となりました、舞岡小学校3年生による舞岡ぼやしの様子です。他にも獅子舞や太鼓、笛の伴奏による”ふるさと”を披露してくれました。緊張気味の3年生の皆さんでしたが、上手に演奏していました。

利用者の皆様も、笑顔でご自分の孫、ひ孫を見ているようで、演奏終了後には大きな拍手！

## 第22回 今年も嫌な花粉症の時期になりました



看護師からの  
健康マメ知識

みなさま花粉症は大丈夫でしょうか？花粉症を患っている方にとってはとても嫌な時期になりました。中でも1月半ばから5月にかけて多く症状として現れるのが、スギ花粉症と言われています。樹木の花粉は1月～6月に多く飛散し、雑草の花粉(ブタクサやヨモギなど)は6月から11月に飛散しています。同じ花粉症でもアレルギーの種類によって症状が出る時期が異なります。くしゃみや鼻水、鼻づまりが主な症状であり、その他にも眼のかゆみや異物感、充血、めやに、のどの違和感、喘息、咳、頭痛などなど様々です。症状を最小限にするためには天気がよく風が強い日はなるべく不要な外出を避け、外出時にはマスクや眼鏡の着用が必要です。飲み薬の他にも点鼻薬や目薬など種類は数多くあります。どんな病気にも言える事ではありますが、早いうちからかかりつけ医に相談し症状を最低限に抑え、つらい花粉症を乗り越え、充実した自宅での生活を送る事を願っています。



看護師 下道 一恵

## 介護でお困りのことありませんか？

リハパーク舞岡では医師をはじめ看護師、理学療法士、作業療法士、管理栄養士、介護福祉士等の様々な専門職が相互に連携し、通所リハビリテーション・ショートステイ・入所サービスの3つのサービスを提供することで地域の高齢者の皆様の在宅生活をサポートしています。

介護でお困りのことがあればお気軽に当施設へご連絡ください。専門の相談員が明るく・親身に・丁寧に相談を受けさせていただきます。

また施設内の見学や通所リハビリの体験利用も随時受け付けております。ご希望がございましたら、お気軽にお問い合わせ下さい。

※連絡先 介護老人保健施設 リハパーク舞岡  
TEL 045-825-3388  
FAX 045-825-3133

◎通所リハビリテーション担当 牧島 (まきしま)  
◎ショートステイ・入所担当 小山 (こやま)  
宗形 (むなかた)

## ボランティア募集中！

リハパーク舞岡ではボランティアをして下さる方を大募集しています！！

お時間のある時だけ、気の向いた時だけでも結構です。ご興味、ご関心のある方はお気軽にボランティア担当の吉岡 (よしおか) までご連絡ください！

## 編集後記

今年は介護報酬改定の年です。介護報酬とは、介護保険制度で介護保険事業者や施設が、利用者にサービスを提供した場合、その対価として事業者を支払われる報酬。つまり、サービスの値段と言えます。

今回の介護報酬改定の概要は

- ①地域包括ケアシステムの推進
- ②自立支援・重度化防止に資する質の高い介護サービスの実現・充実
- ③多様な人材の確保と生産性の向上
- ④制度の安定性・持続可能性の確保

この流れから介護老人保健施設は在宅復帰支援に対するウエイトが高まっております。当施設もご利用者様に適したリハビリ支援を行い、在宅復帰支援を強化してまいりますので、今後ともどうぞ宜しくお願いします。

支援相談員 宗形 高明

次号 ひまわり第23号は7月上旬発行予定です。

