

とらいあんぐる

「とらいあんぐる」とは…

利用者様と家族様、地域の皆様、私たちみゆきの丘の“つながり”を表した言葉です。

〒999-3161

山形県上市市弁天2丁目2-11

☎023 (672) 8585

みゆきの丘

検索

新年度挨拶

ケアサービス部長 関

修



新年度を迎えるにあたり、皆様にはみゆきの丘へのご支援・ご協力いただき心から感謝申し上げます。今年度も職員一人一人が、利用者様・家族様・地域の皆様に心のこもった介護を提供できるよう日々努力をしておりますので、今年度もご支援のほどよろしくお願い致します。改めて介護老人保健施設の理念と役割について話したいと思います。

理念

介護老人保健施設は、利用者様の尊厳を守り、安全に配慮しながら、生活機能の維持・向上を目指し総合的に援助します。又、家族様や地域の人びと・機関と協力し安心して自立した在宅生活が続けられるように支援します。

役割

1 包括的ケアサービス施設

利用者様の意思を尊重し望ましい在宅または施設生活が過ごせるようチームで支援する。利用者様に応じた目標と支援計画を立て、必要な医療、看護や介護、リハビリテーションを提供する。

2 リハビリテーション施設

体力や基本動作能力の獲得、活動や参加の促進、家庭環境の調節など生活機能向上を目的に、集中的な維持期リハビリテーションを行う。

3 在宅復帰施設

脳卒中、廃用症候群、認知症等による個々の状態像に応じて、他職種からなるチームケアを行い、早期の在宅復帰に努める。

4 在宅生活支援施設

自立した在宅生活が続けられるよう、介護予防に努め、入所や通所・訪問リハビリテーションなどのサービスを提供、他サービス機関と連携して総合的に支援し、家族様の介護負担軽減に努める。

5 地域に根ざした施設

家族様や地域住民と交流し情報提供を行い、様々なケアの相談に対応する。市町村自治体や各種事業者、保健・医療・福祉機関などと連携し、地域と一体となったケアを積極的に担う。又、評価・情報公開を行い、サービスの向上に努める。

以上の理念のもとみゆきの丘では「在宅介護支援を目指す」住み慣れた環境で生活ができる為のケアに力を入れて取り組んでいきたいと考えています。

皆様の更なるご支援、ご協力のほど宜しくお願い申し上げます。

祝 100歳おめでとうございます



平成28年度、通所リハビリテーションあかねでは、二名の方が100歳を迎えられ、ささやかではありますがお祝いさせて頂きました。

100歳を迎えられることだけでも素晴らしいことですが、お二人共にご自分の力で歩かれており、本当に尊敬いたします。お祝い会では、長寿の秘訣を教えて頂き、他利用者様や職員にそのパワーを分けて頂きました。

今後も元気で楽しく長生きするための一助となるよう職員一同、努めてまいります。100歳おめでとうございます!!

通所リハビリあかね主任 稲村 久



イクメンパパ紹介

通所リハ 丹野

敦さん

さやか
紗花ちゃん(5さい)

けいすけ
恵佑くん(1さい)



- ・ お子さんの好きな遊びや、休日の過ごし方を教えてください。
休みの日は家族4人で買い物に出かける事が多いです。子供たちは最近お馬さんごっこがお気に入り、にぎやかに楽しく過ごしていますよ。お姉ちゃんの紗花はyoutubeで大好きなアニメを見るのもはまっていますよ。現代っ子ですよ～。
- ・ 将来一緒にしてみたいことはありますか？
思い浮かぶ事はたくさんありますが、スポーツ観戦や温泉旅行ですね。全国各地でスポーツを観戦し、同時に温泉巡り!なんて欲張りすぎですかね(笑)
- ・ どんなふう成長していった欲しいですか？
2人には素直でマイペースに育っていった欲しいですね。

シリーズ介護

Q & A

便秘解消編



◆高齢になると便秘の原因が増える

筋力の低下、特に腹筋周りは腸の動きに直結します。腸自体の機能も衰えますので、便がなかなか運ばれず、長く腸内に留まることで水分が失われ、固くなり、さらに便秘になりやすくなってしまいます。



食事量と同時に水分を取らなくなるのも便秘の一因となります。 トイレや尿漏れを気にして水分を取らなくなると、ただでさえ少ない便から水分まで失われ、固くなり、便秘の原因となってしまいます。

食生活の改善

- ・水分をしっかりとる
- ・乳酸菌を摂る
- ・食物繊維の含む食品を取り入れる
- ・栄養価の高い食べ物や飲み物を選ぶ

まず大事なのは水分をしっかりと取ることです。歳を取ると喉の渴きを感じにくくなり、水分補給が十分にできていない場合があります。その結果、便が固くなって便秘になるので、こまめに水分をとるようにしましょう。ちなみに、このときに食物繊維を含むお茶などがあれば、水分を補給しながら自然に便秘対策ができるのでおすすめです。

食物繊維の種類

水溶性 食物繊維	水溶性食物繊維は、水に溶け保水性が高い食物繊維です。腸内で水分を吸着し、便の分量を増やし柔らかくします。海藻(コンブ、ワカメ、ヒジキ)に多く含まれています。	
不溶性 食物繊維	不溶性食物繊維は、水に溶けない食物繊維です。腸内で水分を含んで膨らみ、腸を刺激することで蠕動運動を促し、有害物質を吸着して排泄と一緒に外に出す効果があります。穀物・豆類・野菜類(ごぼう、千切り大根、大根)などに多く含まれています。	

福祉用具 歩行器

様々な福祉用具の中でも今回は歩行器についてご紹介致します。
歩行器は大きく分けて固定型歩行器と車輪付き歩行器に分類されます。

- ・固定型歩行器は杖のように持ち上げて使うタイプで、腕の力はあるが杖歩行は困難な人に向いています。多少の段差があっても乗り越えやすくなっています。
- ・車輪付き歩行器は脚に車輪(キャスター)が付いており、それをカートのように押して歩くタイプの歩行器で腕の力が少ない方でも使用しやすいです。早い速度で移動しやすいですが、滑りがよい分バランスが崩れやすいため転倒につながりやすいというデメリットもあります。また、シルバーカー(手押し車)も歩行器の一種です。

歩行器を選ぶ際に最も優先するべきポイントは「安定性」です。歩行器では肘や手などの上半身を使って体重を支えますが、身体能力や環境によって適合する歩行器は変わってきます。歩行器は多くのタイプがありますので、選び方に迷った時は当施設のリハビリスタッフや販売店にご相談ください。



固定型



車輪付き

新人紹介



コメント

利用者様1人1人と向き合い、よりよいサービスと楽しい時間を提供出来るように一生懸命頑張ります。

名前
井上 巨
(通所リハビリ)

趣味
車いじり、カメラ



コメント

笑顔であかるくがんばりますのでよろしくお願ひします。

名前
伊藤 姫乃
(みゆきの丘3番街)

趣味
映画を見に行く事



コメント

まだまだ未熟な部分がありますが仕事を一生懸命頑張りたいと思いますのでよろしくお願ひします。

名前
亀田 拓郎
(グループホーム笑顔)

趣味
読書映画鑑賞

第3弾

我が家のペット紹介

みゆきの丘の職員の自慢のペット紹介です。

① ペットの名前(性別) ② スタッフの名前 ③ コメント

- ① リンちゃん(♀)
- ② 事務 井上 和子
- ③ ふわっふわのお腹に顔をうすめて、ムギユムギユ？している時が幸せ！癒しの瞬間です！



- ① シュート(♂)
- ② 2番街 佐藤 礼奈
- ③ お留守番が嫌いな甘えん坊のかまってくんです。休日是一緒にドライブに出かけています。この間は「ふせ」を覚え、今は「待て」の練習中です。



- ① そら(♂)
- ② 5番街 武田 初美
- ③ やんちゃ盛りの男の子です。しょっちゅう手を噛まれたり、引っかかれたりして傷が出来ますが、可愛くて許してしまいます。夜は同じ布団で寝て仲良しです。



- ① あんず(♀)
- ② グループホーム笑顔 渡辺 智葉
- ③ ポメラニアンとダックスフンドのMix犬。祖母が大好きで私には見向きもしませんが、おやつを持っている時となでてほしい時だけ寄ってきます。



スタッフのつぶやき

暖かい日が続き、季節の移り変わりを感じます。利用者様と食べ物のお話の花を咲かせる毎日。花を咲かせると言えば春のピックイベント…そう！お花見！！キレイな桜を眺めながら気の置けない仲間たちと飲むお酒に美味しい料理たち…何より忘れちゃいけないのはお花見団子！団子屋を見つけると思わず立ち寄ってしまうほど団子好きな私。皆さんはお気に入りのお団子屋さんありますか？お団子の好みも人それぞれ…つくたてのもちもち感ある団子、これでもかと餡がのったボリュームたっぷりの団子、老舗の団子、ホッと落ち着く馴染みある餡の団子など考えただけでもお腹がすいてきます。自分にとっての最高の団子が必ずあるはず。見つけてみませんか？あなただけのお花見団子を…



3番街 須藤 晴奈

