



医療法人普門院診療所機関誌 平成22年 新春号



退任のお知らせ

小山 靖夫 施設長（兼 能羅坊管理者）が平成 21 年 12 月末日にて退任
されましたのでお知らせいたします。

退任のご挨拶

介護老人保健施設看清坊施設長
グループホーム能羅坊管理者

小山 靖夫



長い間ご厄介になっておりましたが、昨年 12 月 31 日をもって退職させて頂きました。省みますと 2003 年 1 月初めてお目にかかりましてから丸 6 年を経過しました。施設長を仰せつかってからでも満 5 年です。私は元々がん治療一筋で過ごしてきた外科医で、ここ看清坊や能羅坊のような介護の仕事には、全くの門外漢でした。また、これら施設が所属する医療法人普門院の設立運営の理念である仏教思想についても全く無知蒙昧な人間であります。ただ、この普門院診療所の事業を興された古刹西明寺の現ご住職の田中雅弘博士ご夫妻と私は、嘗てたまたま、同じ職場の同僚としてがん診療に励む機会がありました。そのご縁によって、栃木県立がんセンターで定年を迎えた私は、この由緒在る施設にお招き頂いたのです。

この 6 年間、与えられた仕事を曲がりなりにも続けることが出来たのは、そのような無知蒙昧の門外漢を受け入れ、介護の仕事を真摯に続けてこられた施設職員の皆様方のご寛容とご指導の賜物です。さらに、この施設をご利用頂いた利用者の皆様方からも、本当に数え切れないほど沢山のことを教えて頂きました。介護を受ける立場での思い、喜怒哀楽、諦めや悦び、悟りなど、観念的空想ではなく、現場で直に実感・体得させて頂きました。広いホールで椅子から滑り落ちそう姿勢で空を見たり、俯いてよだれを流すお年寄りの風景。回診すると褥瘡の数々。初めての私には衝撃的な体験でした。手探りで始めた褥瘡対策が、看護師、介護士の方々の熱心な協力と創意で穴明きラップ法などが創案され、次第に成功を収めて褥瘡追放に成功したことは、一つの良い思い出となりました。

しかし、急速な高齢化を迎え、歴史の浅い日本の介護制度の不備や歪が現場には山積している事も身をもって理解できました。このような過渡期的状況の中で、無経験の私が大きな間違いを起こすことなく、何とか過ごして参ることが出来たのは一重にこれら皆様方のご理解とご協力のお陰と、心から御礼申しあげる次第です。

退職後は、従来の仕事との繋がりや、がん患者とその家族の方々の悩みや不安、不満等についての相談を受ける仕事、また此処益子での体験を生かせる仕事が宇都宮近辺で出来ればと考えています。馴染みになった皆様方とお別れすることに、寂しさ、名残惜しさがあります。また、朝夕親しんできた益子の里山の、季節季節の風景にも、去り難いものを感じます。しかし、お互い元気で居ればまたお会い出来る機会が有ると思い、それを楽しみにしております。ありがとうございました。

就任のお知らせ

前施設長の小山先生に替わり、医療法人普門院診療所 田中貞雅 理事長が、介護老人保健施設 看清坊の施設長として、平成22年1月より就任されましたのでお知らせいたします。

就任のご挨拶

介護老人保健施設看清坊施設長
グループホーム能羅坊管理者

田中 貞雅



今年度より、施設長に就任した田中貞雅です。

前施設長小山先生には大変お世話になりました。2～3年前から交代をしたい旨聞いておりましたが今年までお待たせしてしまい申し訳なく、やっと交代することが出来てほっとしています。

久しぶりで看清坊と能羅坊の仕事をしましたが褥創の方がいない、入居者が落ち着いる、施設内の臭いが消失している、そして掃除が行き届いている事に驚いています。スタッフ皆さんの努力が感じとれました。

利用者の方々がその人らしく安心して生活出来る施設になれるように私も努力して参ります。どうぞ宜しくお願いいたします。



職員の声



看清坊 看護
桜井 裕美

普門院診療所から看清坊へ異動となり、早5ヶ月が過ぎようとしております。当初は、入所者が60名と診療所の何倍もの方の名前を覚えるのに、すごく苦労しました。

診療所と違いまして、穏やかな日常生活を送っている利用者の皆様が安心して生活を送れるように、

「あれ、いつもと違う、おかしいな……」といち早く気づける、そんな看護をしていきたいと思ひます。



看清坊 介護
根岸 弓

こんにちは。根岸と申します。介護という職に就いてから、もうすぐ3年が経とうとしています。

この3年間、たくさんの方々に出会いました。当たり前のことですが、同じ方は一人としていらっしゃいませんでした。

これからも、一人一人にあった「ケア」に務め、日々精進していきたいと思ひます。



看清坊 介護
油原 ありさ

看清坊に入社して、もうすぐ4年になる油原と申します。日々、忙しい勤務に追われていますが、利用者様に明るい声かけをするように努力しています。

苦しい事もたくさんありますが、良き仕事仲間に恵まれ、毎日楽しく仕事をさせて頂いています。

これからも、利用者様が笑顔でいられるような介護をしていきたいと思ひます。



看清坊 介護
石関 コト

初めまして、石関と申します。

看清坊に入って、早いもので2年になりました。何も分からないままの私を、ご指導下さいました先輩方に感謝いたします。

まだまだ、勉強不足の私ですが、これからも宜しくお願ひ致します。

転倒 予防の豆知識

● 高齢化社会と転倒

平均寿命の年次推移をみると、第二次世界大戦前は「50 年」を下回っていました。その後、2005 年には、平均寿命は**男性 78.5 年、女 85.5 年**と伸びています。加齢に伴い、体力の低下や疾病・障害の合併が生じ易くなります。これらが起因となり“転倒”が起こり、結果として骨折や寝たきり、要介護状態を招きやすくなると考えます。

● 転倒発生率

65 歳以上の在宅高齢者における年間転倒発生率は **20%程度**、施設入居者では **40%**とされています。

● 転びやすさ度チェック

現在のあなたは、転びやすい状態でしょうか？以下の質問 1～12 に回答して、自分の転びやすさ度（転倒の危険度）をチェックしてみましょう。

1	現在、3種類以上の薬を飲んでいますか？	いいえ	はい
2	この1年間に入院したことがありますか？	いいえ	はい
3	この1年間で転んだことがありますか？	いいえ	はい
4	現在、転ぶのが怖いと感じますか？	いいえ	はい
5	日常の移動能力についてですが、一人で外出（遠出）できますか？	はい	いいえ
6	物につかまらなくて、つま先立ちができますか？	はい	いいえ
7	トイレに行くのに間に合わなくて、失敗することがありますか？	いいえ	時々ある
8	肉類、魚類、卵、牛乳のうち、いずれかを毎日、1つ以上食べていますか？	はい	いいえ
9	これまでやってきたことや、興味があったことの多くを、最近やめてしまいましたか？	いいえ	はい
10	あなたの握力は、 [男性: 29kg以上]、 [女性: 19kg以上] ですか？	はい	いいえ
11	目を開いて、片足で [男性: 20秒以上]、 [女性: 10秒以上] 立てますか？	はい	いいえ
12	5mを普通に歩くとき、[男性: 4.4秒未満]、 [女性: 5.0秒未満] ですか？	はい	いいえ

赤枠で囲った回答に、5 つ以上回答された方は、転倒の危険性が高いとされています。
(鈴木隆雄、大淵修一編：介護予防完全マニュアルより抜粋)

加齢に伴う筋力やバランス能力、視聴覚機能などの身体機能低下は、高齢者の転倒原因の大きな割合を占めています。しかしその一方で、加齢による身体機能の低下はトレーニングやふだんからの訓練によって低下を予防することができます。

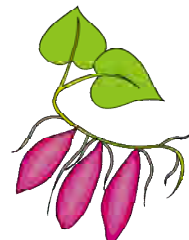
そこで次回号では、「**家庭で行える転倒予防運動**」の紹介をしたいと思います。

行事スナップ

《 さつま芋掘り : 10 月 14 日 》



天気も良く、大収穫でした！



《 運動会 : 10 月 26 日 》



応援にも力が入ります！



ゴールまで、あと少し！！



熱戦の結果、白組の優勝！！

《 クリスマス会 : 12 月 18 日 》



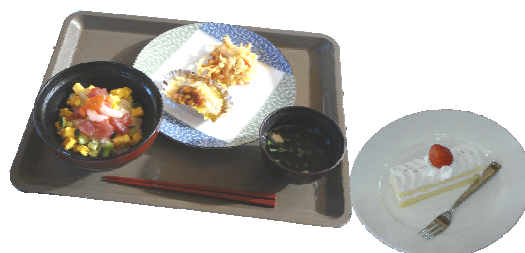
看清坊にて

☆職員サンタからのプレゼント☆



能羅坊にて

クリスマス特別メニュー



《 餅つき大会 : 12 月 28 日 》



つきたてのお餅を、利用者様の皆さんで、
おやつの時間に食べました！！



《 新年会 : 平成22年 元旦 》



お雑煮が大好評！！



職員（ヤングガールズ）
による「りんごの歌」合唱♪



お知らせ

寒さも本番となり、季節性インフルエンザの流行する時期となりました。
高齢者や病気の方への感染を防ぐために、発熱した方やかぜ症状のある方は、
しばらく面会をお控え下さいますようお願い申し上げます。

私たち職員も、体調管理をしっかりと行い、手洗い・うがい等、しっかりと感染予防対策に努めてまいります。



《 今後の行事予定 》

2月 3日	節分会
3月 下旬	じゃがいも タネ植え
4月 上旬	お花見

発行日 / 平成 22 年 1 月 31 日

発行所 / (医) 普門院診療所 介護老人保健施設 看清坊
栃木県芳賀郡益子町益子4493 TEL.0285-70-1150

ホームページ <http://fumon.jp/>



をクリックして下さい。