

医療法人普門院診療所機関誌

平成22年新緑号



施設長のご挨拶

介護老人保険施設 看清坊 施設長

グループホーム能羅坊 管理者



田中 貞雅

今年は気温が不安定ですね、「花見をした翌日 雪見をしたよ」と通所の方から話を頂きました。皆様 体調は如何でしょうか？さて私ですが看清坊・能羅坊の施設長になるための研修で1月・2月があつと言う間に過ぎてしまいました。やっと落ち着いて施設内を観ますとスタッフの皆がキビキビと動いて更に入所者の方々に声を掛けをしている、そして褥瘡の方が全くいらっしゃらないことに驚きと感謝の気持ちで一杯になりました。スタッフが気持ちよく働いていけるよう、ご家族から当施設でよかったと安心して頂けるように私も新人さんと一緒に頑張ろうと改めて決心を致しました。スタッフと働ける喜びを噛みしめています。どうぞよろしく お願いします。



食事介助



音楽セラピー

施設長による勉強会（4／23・27）

4／23・27に2日にかけて看清坊・能羅坊・中善坊の職員を集めて講師田中施設長による勉強会を行った。題目は「認知症について」

ポイントは

- ① 利用者様の言動・行動には理由があるので否定しない。興奮をされている時は少し間を取ると落ち着かれる時がある。
- ② 優しく、低い声で利用者様に話す。
- ③ 洗剤・消毒薬・刃物類等の保管場所に気をつける。
利用者様の人権・尊厳を守るにより気持ち良く穏やかに過ごせるようご努力する。

認知症の症状や病状の医学的内容については割愛します。症状毎に対応方法を記載します、参考にして下さい。

忘れ・見当識障害：利用者様が自分の大切なものを何所にしまったかを忘れてたり、いまが何時なのか、どこなのか、自分のご家族が誰なのかが分からなくなる。

例えば

利用者様が食事後すぐに「ご飯を食べていない」と介護職員に訴えた。

悪い例

介護職員が利用者様に「今 食べたところでしょ」と甲高い声で言った。

利用者様は食事したことを忘れており、混乱し不安定となり「食べてない」と繰り返して訴える。

良い例

介護職員が利用者様に「ご飯の用意をしているところですよ、部屋で待っていて下さいね」と優しく低い声で言う。利用者様はその言葉で安心して落ち着かれる。

妄想：利用者様が妄想を描く。

利用者様が「私の財布が無くなった。誰かに盗まれた。」と介護職員に訴える。

悪い例

介護職員が利用者様に「そんなことは無いでしょ、忘れたのでは」と甲高い声で言った。

良い例

介護職員は「警察に連絡しましょうね。又はどこかにあるかもしれないから一緒に探しましょうね」利用者様に答える。否定しないで一緒に解決する姿勢を取る。

徘徊・幻覚：意味が無くうろろすることや夜中に起きて壁に向かってつぶやく。

利用者様はなんかの意味がある動き、例えば「出勤する」「子供を幼稚園に迎えに行く」とかであるなど。想像力を働かせることが必要である。

失行：例えば洋服の着る順番を間違える、上着を上下に逆さまに着てしまう。

利用者様に「これでは窮屈でしょ、直しましょうね」と低い声で優しく利用者様に話しかけながらお手伝いをする。

不潔行為：便を触る。今はオムツが良くなったので尿だけ出ている場合は少しの間は我慢することが出来るが、大便是気持ち悪いのですぐに交換が必要、排泄時間は個人々に異なる。



入社式

平成22年度医療法人普門院診療所入社式が4月1日看清坊ホールにおいて行われました。
今年も強力なスタッフの加入により、さらに充実した医療・介護をめざします。

施設長による辞令交付



新入社員による誓いの言葉



今年新卒入社のスタッフ



みんなの希望の満ちた
笑顔がすばらしいですね

新採用者の自己紹介

看清坊 介護職員 日下田 美樹



私は中学の職場体験授業で看清坊介護職を経験し、将来介護職になろうと思い、夢が叶って今年看清坊に入社ができました。有り難う御座います。

私は下記の2つの目標を立てました、

1つ目は笑顔で利用者様とのコミュニケーションで信頼を築くこと

2つ目は不器用な自分なので人より何倍も努力し介護技術の向上を目指すことです。

毎日 誠心誠意 頑張りますのでご指導下さるようお願いいたします。

看清坊 介護職員 古沢 ひかる



毎日が勉強です。先輩方にたくさん教えてもらい早く仕事を覚えていくように頑張っています。失敗してもくじけないで次に役立てるようにして行って、一日でも早く多くのことを覚え、「社会人」としてやっていきたいです。

また、3年間働いて資格もとっていきたいと考えています。これからも積極的に動き、働いていきたいのでよろしくをお願いします。

普門院診療所 事務職員 高橋 美穂



この春から普門院診療所の事務として入社しました高橋です。毎日、学ぶことが沢山ありますが、一日も早く仕事を覚え。普門院の一員としてお役に立てるように日々努力していきたいと思えます。

そして、患者さんやそのご家族の皆さんに喜んで頂けるよう明るく頑張ります。これからどうぞよろしくお願ひ致します。

普門院診療所 事務職員 檜山 美咲



3月から普門院で事務をしている檜山です。1ヶ月が経ち少しずつ普門院の雰囲気慣れてきました。仕事はまだ分からないことが多く、みなさんにご迷惑をおかけしてしまっています。今は自分にできることを精一杯頑張りたいと思えます。

患者さんの顔と名前を覚えて、コミュニケーションがとれるようになりたいです。明るく笑顔で頑張りたいと思えますので宜しくお願いいたします。

職員の声

看清坊 介護職員 吉澤 洋子



普門院に入りまして早5年になろうとしており、看清坊に移動して3年が過ぎています、未だにその広さに戸惑っています。

私の仕事は館内を掃除することで、利用者様や来館者様に「きれいな施設ですね!」と思われるように頑張っています。皆様のご指導を宜しくお願いします。

看清坊 介護職員 根本 美津子



私は根本 美津子と言います。入社して6年になります。主に仕事は掃除です。特に水回りの箇所を重点的に行っています。目標は、入所と通所の方々に気持ちよく過ごしていただけるように努力をすることです。

皆様のご指摘・ご指導を宜しくお願いします。

看清坊 介護職員 檜山 康志



昨年末から介護職員として勤務させて頂いている檜山と申します。介護の仕事はまったく未知の世界であり不安もありましたが、良き先輩方に支えられ、少しずつ慣れてきたように思います。勤務して5ヶ月足らずですが介護の難しさと、感謝される喜びを感じとっている今日です。

今後、初心を忘れることなく、利用者の皆様が安全に且つ快適に過ごせられる環境造りに貢献していきたいと思っております。未熟な私ですが、ご指導よろしくお願ひいたします。

看清坊 介護職員 持田 尊英



今年1月にご縁があり介護職員として入社しました持田と申します。今までの仕事は電子部品製造の品質保証をしてました。

4ヶ月が経ちますが毎日が勉強で、介護の奥深さとひしひしと観じております。

これからも初心を忘れず毎日を笑顔で利用者様は勿論のことすべての人に接し、安全重視と顧客満足度向上を常に頭に入れて頑張りたいと思います。

行事スナップ

節分 (2 / 3)

立春を1年のはじまりである
新年と考えれば、節分は
大晦日にあたります。



普門院20周年パーティー (2 / 22)

[開院した時から通われている患者さんも招待されました。]



ご出席をあり
がとうござい
ます。



おいしゅう
ございます



20周年おめでと
う御座います。



じゃがいもの種まき (3 / 23)



おおきく
な一れ



うまくいっ
たかな





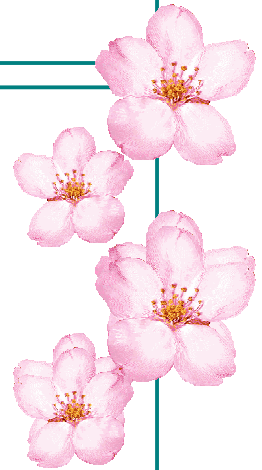
高野 勉 氏による
尺八演奏会 (3 / 30)

ボ～
ボ～

花 見 (4 / 6)



花より団子



今年も綺麗
に咲いたね

花 祭 り (4 / 7)



甘茶です



お釈迦さまは、現在の
ネパール国
で生まれました



転倒 予防の豆知識

● 高齢化社会と転倒

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普段からの訓練によって低下を**予防**することができます。そこで今回号では、**家庭で行える転倒予防運動**を紹介したいと思います。

● 家庭で行える転倒予防運動

前回号での『 転びやすさ度（転倒の危険度）チェック 』の結果はいかがでしたでしょうか？今回は**座りながら**簡単に行える下肢中心の**運動**をご紹介します。是非、自宅で行ってみてください。

順番	[運動の方法] (運動の目的)		注意点
1	[体幹の屈伸] 体幹の前屈と反らし運動 (上肢・体幹のストレッチ)		・足の裏を地面にしっかりつける ・息を吐きながら前屈をする
2	[体幹の側屈、重心移動] (上肢・体幹のストレッチ)		・息を吐きながら、横に倒す ・腋の下側をのぼすように行う
3	[左右重心移動] (上肢・体幹のストレッチ)		・両腕を水平にし、手首を立ててお尻を付けたまま横へ手を伸ばす
4	[足首の運動] つま先上げ、かかと上げ (前頭骨筋・下腿三頭筋強化)		・踵を床につけたままつま先を挙げる ・つま先を床につけたまま踵を挙げる
5	[足踏み] (股関節周り及腹筋の強化)		・膝が横に開かないように、上半身が後ろに反り返らないようにする
6	[膝の屈伸] 膝の曲げ伸ばし運動 (大腿四頭筋の強化)		・足首を手前に返しつつ、太ももに力を入れる
7	[休憩]		
8	[ボール転がし] 足裏で、ボール転がします (足部の柔軟性)		・テニスボールやゴルフボールなどを、足裏で踵からつま先までゆっくりと転がします。 ・左右とも数分間行います。
9	[タオルたぐり] タオルを足の指でたぐり寄せる (足指の筋強化)		・濡れたタオルで行うと、滑らずにたぐり寄せやすいです
10	[名前を書く] 空中に、足で名前を書く (下肢の柔軟、筋強化)		・膝を伸ばし、足首を返しておこなう ・名前や○△□などを空中に書く

荒川ころぼん体操（東京都荒川区）一部参照

- 休息を取りつつ、痛み や 疲労 を伴わない程度（回数）から始めてください。
- 運動前に簡単な ストレッチング、柔軟体操 を行いましょう。
- 無理をせずに、「～ながら運動（テレビを見ながら、本を読みながら）」で、普段の生活に取り入れ、継続して行っていきましょう。

看清坊からのお知らせ

もうすぐうっつしい梅雨がやって来ます。特に高温、多湿を好む食中毒の細菌は活動が活発となり、毎年新聞をにぎわしています。

また今マスコミで話題の新型インフルエンザ等 私たちの体に、細菌が侵入するのを防ぐため食事の前や外出後には「手洗い」「うがい」を徹底しましょう。

細菌を『つけない、増やさない、やっつける』



◎行事予定

- | | |
|----------|----------|
| 5月10・11日 | ドライブ |
| 5月14日 | 新人歓迎会 |
| 5月 | さつまいも苗植え |
| 5月26日 | チャレンジデー |
| 5月26日 | 避難訓練 |
| 6月 | のど自慢 |
| 7月 | じゃがいも収穫祭 |
| 8月7日 | 納涼祭 |

発行日／平成22年5月10日

発行所／（医）普門院診療所 介護老人保健施設看清坊

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