

# 老健たより

第12号



明るい笑顔、大事にしたいです。

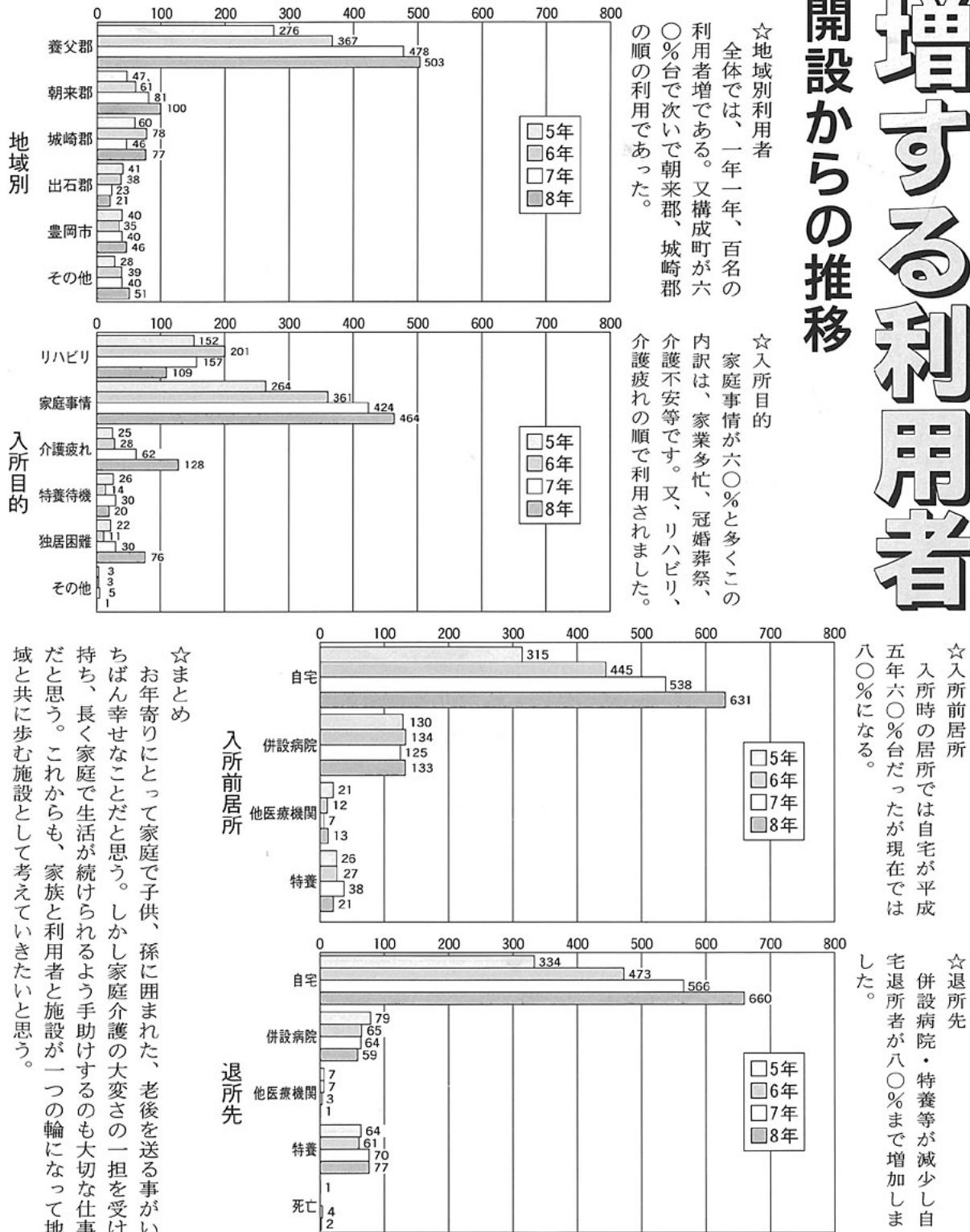
利用者状況	2
老健でのリハビリテーション（その2）	3
行事紹介	4
ボランティアコーナー	5
介護シリーズ	6
利用者の声	6
編集後記	6

# 激増する利用者

## 開設からの推移

当施設は平成4年11月に但馬で初めての施設として開設しました。ベッド数90床の認可だったが、5~6名からのスタートになった。5年度492名の利用者が6年・68名、7年・708名、8年・798名と年々増加してきた。長期利用一辺倒の利用が家庭事情等、個々のニーズによる短期の利用者が増加したためと思われる。

過去4年間の利用者の地域別、目的、入所前居所、退所先をグラフに表してみました。



## 表 病気の時期とリハビリテーション

- I 急性期（早期）リハビリテーション——急性期病棟
  1. 意識がはっきりしないとき
    - ① 体位と体位変換
    - ② 関節の拘縮予防
    - ③ 呼びかけ
  2. 意識がしっかりしているとき
    - ① 早期坐位保持に向けて
    - ② 筋力低下の予防
    - ③ できるADL（日常生活動作）を
- II 回復期リハビリテーション——リハ専門病棟（病院）
  1. 基本動作訓練
  2. ADL訓練
  3. 生活関連動作訓練
- III 維持期リハビリテーション——在宅・施設等
  1. 機能維持
  2. 新しい生活の組立て
  3. 生活拡大

居室からの移動方法による障害になります。又、機器は車イス・ベッド・ポータブルトイレがすぐ頭に浮ぶと思いま  
すが、その他には移動用、段差解消のための機器も数多くあります。これにより在宅してもベッドばかりではなく、屋内移動や外出ができ寝たままになってしまふ事を防ぐことになります。(それぞれの家庭の事情・ニーズにより差が大きくなっています。)  
⑤の福祉サービスには、在宅で受けるものと、施設利用があります。家中では動き

難しいので施設利用としてのデイケアがあります。月1回から毎日まで多くの利用があります（現在は毎日30人前後の人利用您的）。図のように寝たきりにならない為に、精神的刺激と身体的能力維持の目的・昼間老人だけになる為の不安軽減に利用される方とニーズが

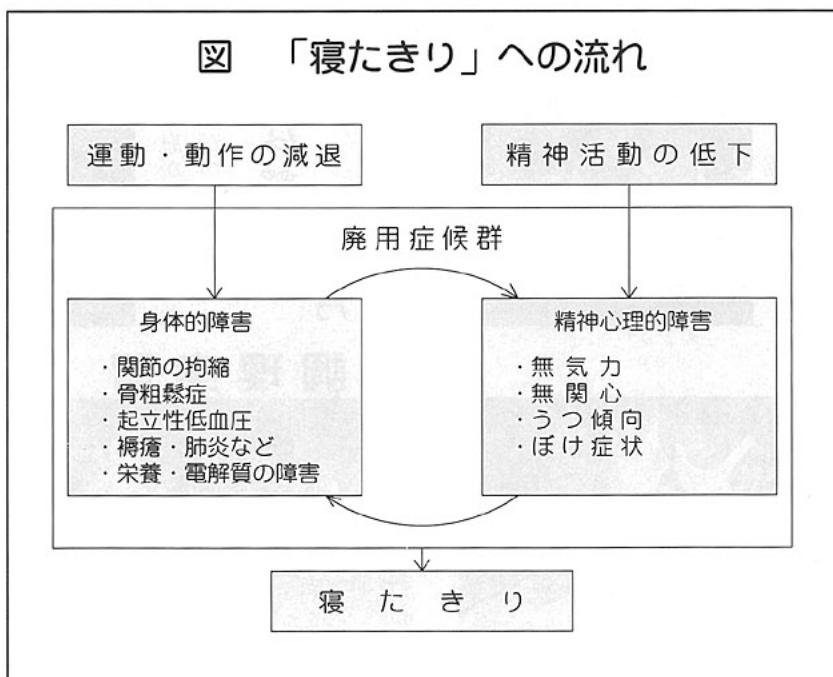
拡大しています。ディケア利用者の状態が寝たきりから独歩の人まで広範囲なため、全てうまく進行しない事もありますが、より充実感のあるサービスを受けてもらえるよう努めています。

前号では老健の中でのリハビリテーションについての概要を紹介しました。今回は在宅生活に関する紹介します。

に、①利用者を訓練し動作能力を向上させる。②動作に障害があつても在宅生活が出来る様に環境を変える。③訓練などを継続させ、機能低下を少なくする。の3点が主にならると思います。①の訓練は前

号にて紹介しました。②は、3つ考えられます。(a)介護者に適切な介護方法をマスターしてもらう。(b)家屋改造、機器を利用してもらう。(c)福祉サービスを利用する。になります。(b)については退所前・

老健でのリハビリテーション その2



# 行事紹介

# かんぱ~い



4月

4月23日、待ちに待ったお花見会の日がやってきました。今年は屋外で盛大に行う予定でしたが、雨のため室内に変

更になってしまい皆さん残念そうでした。ですが、二階のホールには桜や花がたくさん飾られ、本物の花見に負けないくらいの会場がセッティングされました。入所者の男性は酒を?楽しみに、女性は化粧をしてもらい照れながら会場にやってきました。本谷課長のあいさつでいよいよ花見会が始まり、菊見会の見事な

舞踊が披露されました。

踊りの後は、デイケア利用者の田村倉司さんの乾杯で食事が始まりました。お酒が入ったせいか?、見事な歌声を披露してくれる方もいました。カラオケで盛り上がった後、看護学生のコーラス、職員の演芸を見て、皆さん大満足で盛大に花見会が終了しました。



節分（もちつき）

2月



おひな祭り  
3月



二人とも息がピッタリ。おいしいお餅がつけました。

調理実習



3色だんご（4月）



ちゃきんずし（3月）



巻きずし（2月）

かわいいお雛さまに皆んな  
大感激。



116

## ボランティアコーナー

去る一月十六日、当老人保健施設に於いて、ボランティア活動紹介ということで、サンテレビの方より、紙芝居と尺八演奏をしておられる中川さんと田中さんを撮影にこられました。

二人には定期的に老健の方で紙芝居と尺八演奏をしてもらい、入所者、通所者の方に大変喜んで頂いています。今回その二人にアンケートしてみました。

① 今は、以前から歴史、昔話民話が大好きでした。しかしこれまで読書する時間がありませんでしたが最近では時間に余裕が出来、但馬の歴史などを読んでいると、こんなすばらしい歴史、民話を皆に伝えたいと考えたのがきっかけです。

② 今では、このような話を紙芝居に書いて五十作品千枚程作っていて自分で良く出来たと思うのは十作程でお祭りの話や人と動物の心の交りの話等です。

③ まず初めての公演は、婦長さん等に「一度老健で公演してみたら」と勧めてもらいました。その気になりH六年七月

で、老健の方で紙芝居をして喜んでも頂いています。今回その二人にアンケートしてみました。

二人には定期的に老健の方で紙芝居と尺八演奏をしてもらい、入所者、通所者の方に大変喜んで頂いています。今回その二人にアンケートしてみました。

ア活動紹介ということで、サンテレビの方より、紙芝居と尺八演奏をしておられる中川さんと田中さんを撮影にこられました。

二人には定期的に老健の方で紙芝居と尺八演奏をしてもらい、入所者、通所者の方に大変喜んで頂いています。今回その二人にアンケートしてみました。

### 質問事項

- ①始めた動機
- ②レパートリー（作品）
- ③施設に対して一言
- ④今後の抱負

### 中川博雄



右：田中正一

左：中川博雄

① 相勤の当直員中川さんが老健で紙芝居をして喜んでもらっていることを知り、私も考える様になり施設に行くのが大変楽しくなってきたその後、田中さんと一緒に行く様になりました。

② 今では、こんな下手な紙芝居公演でも皆様が待って下さると思うと頑張って元気な限り公演を続けたいです。

③ 大勢の老人の介護本当に大変だと思います。施設の中に入つてみて一部分しか見ていませんが、施設の必要性、介護の大変さがわかりました。

④ 現在、特養の四施設を重点に活動していますが、無理のないようにし、できるだけ長く続けていき、皆様に喜んでいただけたら幸いです。

に初公演しました。初めは少し緊張しましたが皆が熱心に見て下さり「又来月も来いよ。」と言われると嬉しくなり、回が重なる度、コミュニケーションが取れて来月はどんな話ををして笑ってもらおうかななどと考える様になり施設に行くのが大変楽しくなってきたその後、田中さんと一緒に行く様になりました。

① 相勤の当直員中川さんが老健で紙芝居をして喜んでもらっていることを知り、私も考える様になり施設に行くのが大変楽しくなってきたその後、田中さんと一緒に行く様になりました。

② 今では、こんな下手な紙芝居の合間に二～三曲演奏するというやり方で行つたところ好評であったことから、以後定期的にコンビを組んで実施しているところです。

③ ボランティア向きとして、歌謡曲、民謡、童謡を演奏しています。本来の「都山流」流派曲である本曲、古曲、新曲もあわせ勉強中です。

④ 大勢の老人の介護本当に大変だと思います。施設の中に入つてみて一部分しか見ていませんが、施設の必要性、介護の大変さがわかりました。

### 田中正一



(童和保育園)



(小佐保育園)

### 園児さんありがとう

毎月定期的に保育園児が老健に慰問してくれています。

かわいい園児たちの来所に、やかになっています。

# 介護シリーズ

## 食事のお世話

### 1. 食事をするとき注意すること

#### ●ポイント

- ① 食事は老人にとって楽しみであるので、楽しい雰囲気を用意する。
- ② 新鮮な食品を用いてバランスのとれた食事を準備する。
- ③ 食事はできるだけ離床し食堂です。(寝食分離)
- ④ 食事の姿勢は上体を起こし、前かがみの姿勢にする。
- ⑤ 水分を十分にとる(1日1000ml)
- ⑥ 食べ方をよく観察する。



### 2. 食事介助の仕方

- ① おちついで食事ができるようにする。
- ② 排泄をすませておく。
- ③ 冷水、冷たい番茶、薄い食塩水などで、うがいをする。
- ④ 寝たきりの人を介助する場合の注意点

① 起き上がりができない場合もできるだけ上体を高くする。

② 食物が熱くないか確かめる。



④ お年寄りのペースに合わせる。



③ 飲み込んだかどうか確かめる。



⑤ 片マヒの人はマヒのない口の端から入れる。



座ぶとんを半折りにして背中にあてる。



## 利用者の声



松田道



田中まつ枝

桜の花が、未だつぼみの頃に病院の方から、老健に来させて頂きましたが、日数が過ぎるのがとても早く四月も終りました。看護婦さんを始め、リハビリの先生、若いスタッフ方々、皆様が実にやさしく言葉をかけて下さったり、きびきびとお仕事をなさっておられる姿に感心致しております。私も皆さんに溶け込んで家庭的な雰囲気を味わっております。老健は、とても楽しい所です。お花見、お習字、カラオケ、紙芝居等々、いろいろと考え下さり、みんなをいたくつかせないようにと心くばりが大変だと感心致しております。「ありがとうございます」紙上を借りてお礼を申し上げます。

老健は、とても楽しい所です。お花見、お習字、カラオケ、紙芝居等々、いろいろと考え下さり、みんなをいたくつかせないようにと心くばりが大変だと感心致しております。毎日のお世話心より「ありがとうございます」紙上を借りてお礼を申し上げます。

三年前大病をし、ベッド上の生活を余儀なくされ、退屈な生活を送り、やっと解放されたと安心すれば、グッとギックリ腰、またまた寝たきり生活に…。生活リハビリをしながら、あせらずゆっくり療養したら、と先生から紹介されたのが老健でした。

老健を利用し、歩く事も困難だった私が、今元気になり自分の事が自分で出来るようになった事に感謝し、利用者の皆さんの励みになればと、難感を書いてみました。

日々の生活の中で、家族の理解と、職員の皆さんとのやさしい心掛け、温かさ、尊さを感じながら、自立の生活を送る源となるものを得ることができました。今後とも、どうぞよろしくお願ひ致します。

## 編集後記



- 春つていいですね!
- 桜の花も咲きました。今年の花見はいかがでしたか。
- 自分の環境にそれほど変化はないが、ピカピカのランドセルや、ちょっととぎこちないストーツ姿を見かけると何となくこちらまで元気になさせてくれるものですね。
- 値上げの消費税。
- 感情的には負担が多くなるので「悪い」が、福祉を支える税金なら「良し」としよう。
- 今年も新入職員を迎えて目的を持ち、そして楽しむながら、毎日を送ってきました。