

老健たより

第34号

NEWS FROM ROKEN

昨年、公立八鹿病院老人保健施設が
創立20周年を迎えることができましたが、
これはひとえに皆様のご理解とご協力の
おかげと深く感謝申し上げます。

谷尚前施設長の方針を引き継いで、老健施設の本来の
役割として「在宅支援」を第一の目標に取り組んできたこと
が評価され、県下で3施設しかない「在宅強化型老健」の基準を
満たすことができました。今年度もデイケア、短期・長期の入所を通し
て在宅療養される方とご家族を支援していきます。

デイケアの正式名称は「通所リハビリテーション」です。第二の目標
としてデイケアでのリハビリ訓練をさらに充実させ、廃用を防ぐことで運動
機能の維持改善を目指します。

第三の目標は認知症ケアで、ますます増加している認知症をもつ人への
ケアへ取り組んでまいります。

本年度も皆様のご支援をよろしくお願ひいたします。

公立八鹿病院老人保健施設 施設長 近藤清彦



明るい笑顔、大事にしたいです。

CONTENTS

P2 - P3 創立 20 周年を迎えました

P4 - P6 行事紹介 「第 20 回文化祭」

「クリスマス会」「餅ばな・しめ縄作り」

P7 認知症ケアだより・栄養科だより

P8 第 20 回福祉センター研究発表会

リハビリだより

【発行】

公立八鹿病院 老人保健施設

施設長 近藤清彦 平成 25 年 4 月発行

兵庫県養父市八鹿町下網場 413

TEL (079) 662-2355 FAX (079) 662-2388

20th
ANNIVERSARY



公立八鹿病院老人保健施設 創立20周年を迎えました

20周年を迎えて

但馬地方で最初に老人保健施設が創設されたのが、八鹿病院老人保健施設でした。兵庫県下では22番目です。現在では、145施設になっています。入所90床（ショートステイ10床）、デイケア10人でスタート、3年後にデイケア20人、4年後には40人となり、10年後は入所を8床増床して98床になりました。

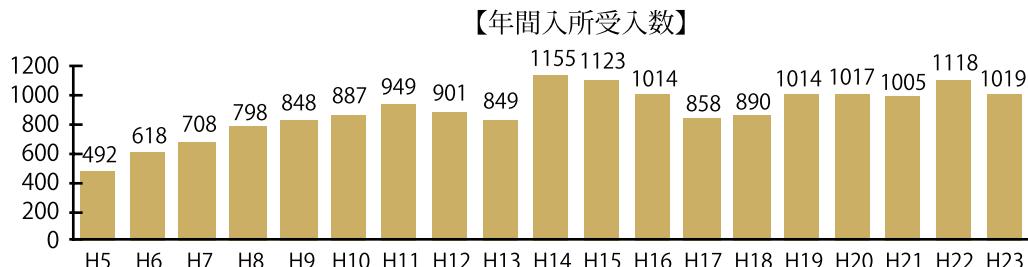
開設時の運営につきましては、長期入所は3ヶ月以内とし、介護者の病気、その他緊急時のショートステイの入所への対応、次に障害の方の入所に対して維持期のリハビリテーション、第3に増加しつつある認知症への対応の3本柱を実施していくことを目標としました。

認知症に対してはバリデーションの概念を取り入れて、お年寄りとのコミュニケーションを行なうセラピーをやってあります。日頃やっていることを日本認知症ケア学会に発表して、4回の「石崎賞」を受賞しました。そのためには日頃の研修が重要であります。当施設の職員の20年の歩みが、地域住民から高く評価されることに對して、嬉しく思います。



公立八鹿病院 名譽院長
前 老人保健施設設施長

谷 尚





平成 24 年 10 月 22 日

創立 20 周年記念講演

「佐久総合病院の歴史と今後の地域医療」開催！



予定していた人数を大幅に超える約 200 名の参加をいただきました。参加者アンケートから「地域医療に対する姿勢・・・勉強になった。」「但馬地域と共に通点多いのでは・・・」「これからの課題も分かった。」などの感想がありました。



兵庫県介護老人保健施設協会会长、森村安史様からも祝辞をいただきました。



回化祭

今年も、もりだくさん！

今年で20回目を迎えました。11月7日(水)～14日(水)まで文化祭を開催。ボランティアの方々にご協力いただきお茶会に始まり、カラオケ、フラダンス・・・。最終日には『芸能祭』を行い、利用者さんによるハンドベル演奏や紅白歌合戦を楽しみました。



白組



桃太郎さんも駆けつけてくれました



2012年11月14日
おやつ
バイキング



おやつバイキングは、初めての試みでしたが、なかなかの好評でした。男性スタッフも頑張りました。

第20文

2012年11月14日

芸能祭

紅組

紅白歌合戦
はじまりまーす

老健の
黒柳徹子と久米宏

お嫁に行きまーす

私達、海原千里・万里でーす

2012年11月7日
お茶会



毎年恒例のお茶会。いつもは介護担当の職員も、
おごそかな雰囲気でお茶やお菓子を振る舞いました。



いつものホールに竹が生えました（笑）

2012年12月19日

クリスマス会

ボランティアサークル“あおぞら”の皆さんによるハーモニカ演奏でクリスマス会を盛り上げていただきました。みんなサンタクロースへ変身！！みなさんにもプレゼント届いたかな？



ジングルベール♪ジングルベール♪



サークルあおぞらのみなさん



2012年12月28日

餅ばな・しめ縄作り



餅つきの後、五穀豊穣をねがう“餅花”を紅白のお餅で作りました。みなさん、一生懸命です。しめ縄作りは、慣れた手つきで、どんどん出来上がっていきます。とても立派に仕上りました。さすがです。これで、すてきなお正月を迎えられそうです。



認知症ケア
だより

認知症ケアのい・ろ・は

【第3回】想像してみてください

～認知症の方の不安な思い～

認知症の方は「呆けてしまって、かえって幸せだ」と言っていた時代もありましたが決してそうではありません。では、認知症の方はどういう思いの中で過ごしているのでしょうか。もし自分が「知らない外国にいる」とすると、目の前にいる人たちの言葉は何を言っているのか分からず、何故ここにいるのか、ここからどうやって家に帰つたらよいのか分からない…。強い不安と悲しみ、認知症の方はその様な思いの中にいます。その不安を取り除くように、言葉に耳を傾け寄り添う事がとても大切です。



看護師
安原恵美子

【認知症の初期の方が書かれたお手紙を紹介します】

手紙を書きかけたが、なかなか落ち着かない。
自分の仕事も気にかかるが、中々思い通りにはかどらない。体の疲れは込み上げる。
生きることの難しさ、ただ涙が込み上げるのみ。
強く正しく生きる事が出来るならと
涙を思い浮かべて筆を取る。
頭に悲しみや苦しみは、これが身の定めだと
頑張るよう仕方がない…

栄養科だより

高血圧予防！塩分の控え方

生活習慣病とは、毎日の良くない生活習慣の積み重ねによって引き起こされる病気です。これを機会に、体に良い習慣を始めてみませんか？



管理栄養士
堂前真美

- 厚生労働省ホームページより
- 塩分を控えるための12カ条
- ① 昆布や鰹節などでしつかりだしをとり、薄味に慣れましょう。
 - ② 潰物・汁物の量に気をつけて。量や回数を決め、汁は具だくさんにしてしましょう。
 - ③ 効果的に塩味を使いましょう。
 - ④ 「かけて食べる」より「つけて食べる」がおすすめ。
 - ⑤ 酸味を上手に使いましょう。
 - ⑥ 香辛料を利かせて。塩分の代わりに少量使用してみましょう。
 - ⑦ 香りを利用しましょう。しそやごまなど少量取り入れると、また違う一品になります。
 - ⑧ 香ばしさも味方に。
 - ⑨ 油の味を上手に利用しましょう。ただし、脂質の摂りすぎにならないように、油を使用したメニューばかりにならないように注意しましょう。
 - ⑩ 酒の肴に注意。塩分が多く含まれるものが多いので注意しましょう。酒量にも注意を。
 - ⑪ 練製品・加工食品・塩干物には気をつけて。
 - ⑫ 食べ過ぎないように。薄味の料理でも、沢山食べることで、塩分量・カロリーも多くなります。腹八分目を心がけましょう。

● 第20回福祉センター研究発表会

平成24年11月27日、八鹿病院講堂にて第20回福祉センター研究発表会が行われました。この発表会は、老健開設翌年から続けられており、自己研鑽に努めています。



■演題 座長：橋本八代美・米田正樹

1) 認知症の方への関わりの振り返り

～アンケート結果と事例を通して～

公立八鹿病院老人保健施設 介護福祉士 田中大輔

2) あなたの声が聴きたくて～失語症の方の可能性を信じて～

公立八鹿病院老人保健施設 介護福祉士 中村理恵

3) 寝たきり高齢者の在宅を支える看護

～住み慣れた家で夫と過ごしたい対象者への支援～

朝來訪問看護ステーション 所長補佐 看護師 田和和子

4) 在宅ALS利用者への訪問リハビリテーションについて

～コミュニケーションへの関わり～

南但訪問看護センター 作業療法士 宮垣伸之



リハビリだより 短時間デイケア行っています

老健で行っているデイケア（通所リハビリ）は平成24年5月からデイケアリハビリ担当者が2名になり、短時間利用のデイケアを行っています。

デイケアではリハビリ・入浴・食事・レクリエーション等のサービス提供を行っていますが、短時間デイケアはリハビリ対応を中心に行うものです。（通院のリハビリに代わるもの。通院リハビリの医療保険から介護保険への移行を見据えて）。

現在10名の利用で毎日平均3名の方々にリハビリを行っています。リハビリ内容はパワーリハビリ、歩行練習、マット上練習などを行っています。デイケアで長い時間（朝から夕方）滞在するのはどうかな？と思われている方に最適と思われます。通所方法・利用時間帯など詳しくは老健までお問い合わせください。



理学療法士
今井秀樹

