

いなほ

4

Vol.40

発行所 医療法人凌雲会・社会福祉法人凌雲福祉会/板野郡藍住町笠木字西野50-1/☎(088)692-5757

新入職員を迎えて



医療法人 凌雲会
社会福祉法人 凌雲福祉会
理事長 稲次 正敬
いなづま まさのり

本年も多くの新入職員の皆さんを迎えることができ、大変うれしく思います。新入職員の皆さんは、これから社会人1年生として新たな人生をスタートするにあたって、これまで皆さんを育ててくださったご両親、皆さんを見守ってくださった家族や友人に感謝をして下さい。

私はこの季節が一番好きです。桜の花が咲き始めると、どんなに寒く厳しい日々が続いても必ず春は来るのだと感じます。そして、新

入職員の皆さんは凌雲グループにとって桜の花、注がれる新しい血です。今は、希望と不安な気持ちでいっぱいでしょうが、そのフレッシュな気持ちを忘れず、凌雲グループに新しい風を吹き込んでください。私達凌雲グループは、チームで医療・介護・福祉の業務を行っています。そこで皆さんは次の3点を頭に

置いて業務にあたってください。

1点目は、「患者さん・利用者さんの目線で考えて行動する」ということです。これから仕事をしていく中で、疑問を持つたり、判断に迷ったりすることに必ず直面します。その時、「自分だったら、どうして欲しいか?」「自分だったら、して欲しくない事は何か?」をまず考えて行動して下さい。

2点目は、「常に謙虚な態度で行動する」ということです。私たちは、医療・介護・福祉の分野で、多くの患者さんや利用者さんと関わっています。私も40年余り前に医師となつて以来、教科書で学んだこと以上に患者さん、利用者さんから多くのことを学ばせていただきました。そして、現在も教えられることばかりです。皆さんも多くの方から学ばせていただくのだという、常に謙虚な気持ち・態度で行動することを忘れないでください。

3点目は、「凌雲グループのスタッフとしての誇りと責任をもって行動する」ということです。私たちの病院、施設は、すべて各種法令に基づいて運営されています。法令遵守と凌雲グループ

内規則コンプライアンスの徹底、ということを念頭に行動してください。10年後、20年後、ふと振り返った時に、ここで働けてよかった、と思えるような職場、そんな職場で働いている自分に誇りを持ち、また責任を持って頑張っていきましょう!皆さんのこれからの活躍を期待しています。

最後になりましたが、私たち凌雲グループは、ご利用していただいている皆様方が、この地域社会での生活をいつまでも元気で継続していけるよう支援することを目標に掲げております。今後とも、末長く凌雲グループを、よろしくお願ひ申し上げます。

凌雲グループ基本理念

- 私たちは、利用者が受けてよかったと思える医療・介護・福祉サービスの提供を目指します
- 私たちは、地域社会での生活を積極的に支援できる組織作りを目指します





シリーズ
Vol.8



稲次整形外科病院
リハビリテーション部
主任補佐 桑村 知治

知っておくと得をするリハビリの話

運動前のストレッチ

近年はマラソンブームで今月21日は第4回とくしまマラソンが開催されますが、みなさん運動前にストレッチは行っていますか？

普段から運動していない人が急に運動すると筋肉や関節を痛めることがあります。

そこで運動前には筋肉や関節を伸ばし、血行を良くしておくストレッチが必要となります。

その基本は

①動きやすい服装で。身体を暖めて筋肉を柔らかくしておく。

②無理な力や反動をつけず息を吐きながらゆっくりと伸ばし、筋肉が心地よく伸ばされたところで動作を止め、10秒ほどその姿勢を保持する。

③大きな関節や筋肉からストレッチし、小さな関節・筋肉へと移す。大切なことは毎日続けること。等の注意点があります。

では実際の場面として例えばみな



さんよくご存知のふくらはぎですが、前方の椅子などにつかまり、踵を床に着けたまま全身を前傾してアキレス腱をゆっくり伸ばします。これにより背中も前方へ押しつけられて腰背部が伸ばされます。

続いて両手を組んで頭上に上げ大きく背伸びします。また組んだ両手と上半身を横へ倒したり、左右へ捻ることにより腕・上半身をストレッチします。上半身については手を握ったり開いたりする、手首をまわす、肩を大きく動かす、体幹を前屈するなどのストレッチも大切です。

ストレッチは運動前のウォーミングアップとして有名ですが運動後の整理体操としても有効なんですよ。



シリーズ
Vol.8



昇居宅介護支援事業所
課長 後藤 雅史

介護保険サービスの紹介

ショートステイについて

★ショートステイとは

利用者が短期間施設等に入所し介護を受けるサービスです。施設に入所しますがショートステイは「居宅サービス」に分類されます。

★対象者

介護保険を申請され要支援・要介護の認定を受けている方です。

★目的

結婚式や法事、旅行などの都合により家族の介護を受けられない日や、家族の介護負担の軽減を目的として利用することが出来ます。

★ショートステイの種類

家族の介護の軽減を目的とする「短期入所生活介護」と、それに加えリハビリや医療を必要とした「短期入所療養介護」があります。

★どのような施設に入所するのか

短期入所生活介護では、特別養護老人ホーム、老人短期入所施設などがあります。短期入所療養介護では、介護老人保健施設、介護療養型医療施設など医療・看護を行うことが出来る施設に入所します。

★注意事項

月に利用できる日数は介護度によって

異なります。注意点として

- ① 連続して利用できる日数は30日まで
- ② 1年間の認定期間中に利用できる日数の合計は180日間（有効期限の半分の日数）

以上の点に注意して利用計画を立てる必要があります。

★ショートステイの負担額

居宅サービスとなりますので1割負担となります。料金はその施設・部屋のタイプによって変わります。

★お申し込み方法

担当ケアマネージャーにお問い合わせください。施設の予約状況等を確認し、プランを立案しますのでご相談ください。

【当グループの事業所】

- ショートステイ 昇
- ショートステイ 全室個室 20室



廊下



居室



シリーズ
Vol.3

ちびっこ園卒園式



ちびっこ園
主任 田中 千寿



ちびっこ園20回目の卒園式が3月28日に
行われました。朝は曇り空だった天気も、ま
るで子ども達の門出を祝うかのように、式の時
間が近づくにつれ、太陽が顔を出し、いい天気
になりました。

そんな晴れやかな日に卒園式を迎えたの
は、たいきくん・はなのちゃん・ゆうまくん・
いとねちゃん・ふうとくん・ゆうなちゃん・
あつきくん・そうすけくん・かいとくんの9名の子
ども達。



花道を入場する姿に、入園当初の泣き虫だった姿も、引込み
思案でモジモジしていた姿もなく、成長した卒園児一人ひとりが、
堂々と輝いて見えました。また、理事長から修了証書进行う時
には、練習以上の成果が！今年の卒園児は、イベントを重ねる度
に『本番に強い！』と周りを驚かせるほどで、最後のイベントであ
る卒園式も全員がしっかりと証書を受け取ることができました。

わんぱくでいてマイペースだった9名の卒園児は、4月から幼稚園や新しい保育園に入園します。別れの
さみしさはありますが、希望に満ち溢れたそのまなざしで、幼稚園でも楽しい毎日を送ってほしいと思
います。そして、時々ちびっこ園に遊びに来てくれることを楽しみに待っ
ています。



★卒園おめでとう★

昴

いざ、勝負！



1月26日に藍住北小学校4年2組の谷先生と
4名の生徒さん達が世代間交流として老人保健
施設昴に将棋を指しに来てくださいました。

最初、少し緊張気味
だった生徒さん達も気
さくな昴の利用者さん
達と話をしながら対局
を重ねているうちに笑
顔が見られ、時には真
剣な顔つきで対局に臨んでいました。また、昴の
利用者さん達からも将棋の話や最近の話などを
生徒さん達とすることができて「とても良かった」
という声を頂けました。



また後日、生徒さん達より「次回行ける機会が
あれば行きたいです」など手書きでコメントが書
かれた心尽くしの寄せ書きを頂き、短時間ではあ
りましたが世代間交流の深まりを感じることが
出来ました。人と人のつながりを大切に、今後も
交流を続けながら、いつでも気軽に立ち寄って
頂ける雰囲気を作っていきたいと思ひます。藍住



北小学校の皆
さん、本当にあ
りがとうござい
ました。

デイサービス昴
上枝 哲也

チョコレートファウンテン2013

昴

2月21日にバレンタインイベントとして昴通所
リハビリとデイサービス昴合同で「チョコレートファ
ウンテン」を行いました。

「チョコレートファウンテン」とはアメリカで始
まり、生クリームを加えて溶かしたチョコレートを
噴水状に流し、タワーからこぼれ落ちるチョコ
レートをスポンジケーキやマシュマロ、フルーツ等
を絡めて食べるもので、現在はホテルや結婚式場
で広く行われているそうです。

当日は会場いっぱいに広がったチョコレートの
香り、甘いものが大好きな皆さん、おかわりを
たくさんしていた時の笑顔がとても印象に残り
ました。また新しい催しで皆さんに喜んでもら
えるように頑張っていきますので、宜しくお願い
します。



昴通所リハビリテーション
主任 河野 友志



デイサービス昂での外出行事の紹介

デイサービス昂で行ってきました！

早春の候、ますます御健勝のこととお慶び申し上げます。
平素は格別のご厚誼にあずかり、厚く御礼申し上げます。

さて、デイサービス昂も11月の開設から5ヶ月が過ぎました。
今回はデイサービスで行っているイベントについて少しご紹介させていただきます。



12月



12月は兵庫県赤穂市に出かけました。
12月14日は赤穂浪士討ち入りの日。
赤穂市では毎年、忠臣蔵パレードが開催されています。
デイサービスでは貸し切りバスを用意し、パレード見物に出かけました。

1月



1月は大塚製薬工場見学や藍染体験を行いました。
藍染体験ではハンカチを様々な模様染めて自分だけのハンカチを作りました。また、大塚製薬さんの工場見学では工場ですべて作っている食品をお土産として頂き、新しい食文化に触れることが出来ました。



2月



2月は回転寿司やハンバーグなど外食に出かけました。
普段なかなか一緒に行けない友人との外食を楽しめたことで、お腹も心も満足していただきました。



3月



3月は勝浦のビッグひな祭りへ。
多種多様な雛人形が幻想的な空間を創りあげ、また来年も来ようという利用者さんだけでなく職員も笑顔になる一日でした。



室内イベント

また、デイサービスでは室内イベントも色々を行っています。
その1つがホテル並みの「ケーキバイキング」です。種類も豊富で雰囲気も優雅に特別な時間を過ごして頂けるように工夫しました。

デイサービス昂では人生を楽しみ、新たなライフスタイルを見つけていただこうと施設内外で様々なイベントに取り組んでいます。ぜひ一度、参加して頂ければ幸いです。

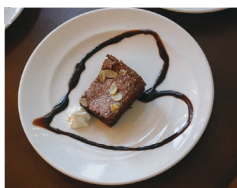
デイサービス昂 西山 修平

就労支援センター
ハーモニー

お菓子づくり はじめ～ました～♪

はじめ
ました


いちご大福



ガトーショコラ



チーズケーキ



デコドーナツ



ロールケーキ


コンベクション
オーブン

ハーモニーでは導入したコンベクションオーブンを活用して、新たにお菓子製造の仕事を開始しました。そして、2月より昴通所リハビリテーション・デイサービス昴・ショートステイ昴をご利用の皆様へ3時のお菓子を出させて頂いております。

月曜日から金曜日まで毎日、ガトーショコラ、チーズケーキ、マドレーヌ、いちご大福やプリン、デコドーナツなどなど、とにかく皆様喜んでいただけるように気持ちを込めて作っています。

おいしいだけでなく、見た目もかわいくデコレーションをするなど工夫を重ねつつ、3時のお菓子の時間がより楽しくなるようこれからもどんどん考えていきたいと思っております。

また、現在は、グループ内事業所向けのお菓子を主に作っておりますが、今後は注文による製造や外部への販売なども計画して、少しずつ拡大していきたいと考えております。

就労支援センターハーモニー 課長補佐 平石 英明


障害者デイセンター
凌雲

★20歳になりました★



今年は4名の方が成人を迎えられましたが、そのうち*庄野貴大さん*と*濱口一輝さん*が1月21日に行った成人式に出席してくれました。

当日は2人ともスーツにネクタイで少し緊張気味な表情…いつもとは違った大人な一面を見せてくれました★

式ではデイをご利用されている成人の先輩方からたくさんお祝いの言葉を頂いたり、一緒に歌を歌ったりしました。また新成人代表として庄野さんからお礼の言葉を、お母様方からも心温まるお言葉を頂き笑顔と感動いっぱいの成人式が行えました。

支援学校時代より実習等で来て頂いていたので2人とも初めて出会った頃から比べると表情やしぐさ等がすっかり大人になられたなぁと私たちデイ職員も嬉しくなりました!!

これからも楽しいこと・嬉しいこと・また辛いこと・大変なことなど色々な未来が待っていると思います。それでも今回の成人式でみんなに見せてくださった最高の笑顔をお忘れすることなく輝いた毎日を送って頂ければと思います。

障害者デイセンター凌雲

主任 万代 美鈴

生活の知恵袋

清拭編(体を拭く)

シリーズ
Vol.5


冬の間は体調を崩したり、寒さで入浴を見合わせたりされる方がいらっしゃいますが清拭だけでもニオイすっきり、良く温まり、満足頂ける清拭の知恵を紹介致します。



ヘルパーステーション
凌雲
主任 笹川 真弓

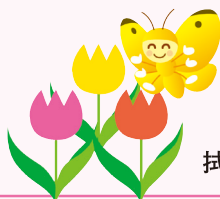


★皮膚は、清拭前に拭く部分を温めると効果的★

例えば背中を拭くときは、背中全体を温めてから拭くと血行が良くなり、ニオイも防げます。背中に蒸しタオル(火傷をしない様に熱すぎるタオルは使わない)を乗せ、防水布かビニールシートをかぶせて温めます。手や足も同じで拭いた後に垢ヨレがよく見られますが、手浴・足浴の出来ない時には蒸しタオルで手・足を包みビニール袋でカバーして温めた後拭き取ると、効果的です。

★陰部・臀部は微湯温洗浄★

陰部は微湯湯で洗うか、すっきりしない場合は洗浄力の強いボディソープなどを使うと皮膚がかぶれたりすることがあるので良く洗い流すか、固形石鹸や泡で出るタイプで優しく洗った後よく洗い流すと良いようです。

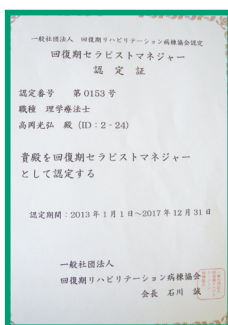


桜が散ればチューリップ、バラや藤の花の便りももうすぐ聞かれそうです。清拭でさっぱりしたら、気分も「春」ですね。



回復期リハビリテーション

セラピストマネジャーになって



稲次整形外科病院リハビリテーション部
主任 高岡 光弘

私は先日、一般社団法人回復期リハビリテーション病棟協会の主催する、『回復期リハビリテーション病棟セラピストマネジャー認定コース第2期』を受講して参りました。

多職種のスタッフがチームを組んで自宅復帰を目指す回復期リハビリテーション病棟においては、病棟におけるマネジメントは重要な課題です。この問題に対しリハビリスタッフも積極的に介入する必要があるとの事から、セラピストマネジャー認定コースが誕生し、現在全国で約250名が認定を受けております。徳島県内の認定者は3名で、当院は2名の認定者が在籍しております(リハビリテーション部土井・高岡)。

これからも、認定セラピストとしての力を十分に発揮し、患者様の『自宅復帰』に向けて、病棟一丸となって取り組んで参ります。

認定看護師として



稲次整形外科病院2病棟
看護師 鈴江 春代

平成25年1月に、第5期生となる回復期リハビリテーション看護師の認定に合格しました。当院では2人目の認定看護師です。

全国の回復期リハビリテーション病棟から約120名の看護師が集まり現場で活躍されている先生方の講習を受け、自分達の悩みを相談したり、情報交換をし改めて、回復期リハビリテーション病棟が社会から求められている分野でありやりがいのある仕事であることを痛感しました。

又、チームで患者さんと関わることが多く、他職種の方との連携が重要であることも学びました。

障害をもった方が住み慣れた地域での生活を続けられるよう支援していきたいと思ひます。



水いぼの痛くない治療法



写真1
おしりにできた水いぼ



写真2
アロマ軟膏外用2週間後

水いぼ^{でんせんせいなんぞくしゅ}は、赤い小さなブツブツが皮膚にできる、伝染性軟属腫という子供に多い皮膚病です。ウイルスが原因で、プールで良く移るといわれています。自然に消える事もありますが、一般的な治療法は、麻酔のシールを貼り、水いぼを1個1個潰していきます。完全無痛ではないので、子供には大変苦痛です。

数年前、日本アロマセラピー学会（アロマセラピー：植物から抽出された、薬効成分を持つ精油を用いた治療法）で、水いぼの痛くない治療が発表されました。精油を混ぜたワセリンを塗るだけの治療法です。当時は外用後1ヶ月位で治っていました。

昨年秋頃、私の息子の右脇に水いぼが沢山でき、早速抗ウイルス作用のある精油ティートリーとワセリンで以前よりも高濃度のアロマ軟膏を作り、1日2回外用しました。

1日目で水いぼが少し小さくなり、7日目で数が半分に減りました。そして14日で完全に水いぼが消えました。今回身内でしたので、高濃度で試せ、しかもアロマ軟膏の効果を毎日観察する事ができてラッキーでした（息子よ、ありがとう）。職員の子供のおしりにできた水いぼも同じように約2週間で治りました（写真1、2）。

アロマ軟膏は自宅でも簡単に作れますが、精油の濃度や、品質が非常に重要です。かぶれることもありますので、パッチテストが必要です。高品質の精油は病院外来で注文できます。痛くない水いぼ治療をご希望の方は、是非形成外科外来まで御越し下さい。

稲次整形外科病院 形成外科専門医

日本アロマセラピー学会認定医 高瀬 真記



南海地震への対策について



“来るぞ来るぞと言ってる間は地震は来ない”といわれますが、東北で予想だにできなかった巨大地震、津波が発生し、被害額の試算は25兆円、人的被害も甚大でした。事務所のテレビで見た街を襲う津波の映像に背筋が寒くなったことを思い出します。藍住町は津波想定で影響が少ないようですが、液状化現象を示す地図では真っ赤に塗られています。報道では南海地震発生時は、東南海・東海地震が連動する可能性もあり、影響は九州北部から静岡沿岸におよび広範囲が被災します。しかし大阪や名古屋の大都市が相手では、板野郡藍住町に届く援助の順番は想像にたやすいでしょう。

この藍住町で展開する私たちのグループでは常時200名以上の入院・入所・入居サービスを提供しています。私たちも1週間程度の水の確保、食料の備蓄、衛生材料の準備、トイレの

処理等多岐にわたり備え、災害を想定した訓練（災害伝言ダイヤル、緊急召集、炊き出し）も行っています。最近は防災より「減災」で、国の対策委員会でも災害被害を最小限にとどめる取り組みがなされています。私たちも家具の固定や持ち出しリュック等のできる備えをすることが、減災につながり被害を抑えることを意識して行うべきなのでしょう。

室戸岬の頂上付近では貝の化石が見つかります。昔は海の底だったのが今では山になりました。1回の地震での隆起する高さや今を計算すると、最低2万回以上、南海地震規模の地震が起こっているそうです。南海地震は、人間ごときが防ぐことのできない、普遍的な自然の営みなのでしょう。

稲次整形外科病院 事務長 浦山 和生

NEWS

新聞に掲載されました！

就労支援センター ハーモニーと県内障害者施設が共同で制作した「徳島県情報コーナー」プレートの記事が3月1日徳島新聞朝刊に掲載されました。

徳島県産杉の間伐材を材料に、昨年度に導入したレーザー加工機と特殊プリンターを活用して制作しました。

このプレートは県内外のコンビニ・ローソンに置かれる予定です。



ご利用下さい！「手話通訳者」

障害者生活支援センター凌雲では市町村より委託を受け、次の事業を行っています。

手話通訳者設置事業

板野郡内の聴覚障害の方の家庭や社会生活のコミュニケーションを円滑にするため、手話通訳者を配置しています。

手話通訳者・奉仕員派遣事業

板野郡内の聴覚障害の方や関係機関の申し出により、円滑な意思の疎通に支援が必要な場合に、手話通訳者を派遣します。

手話奉仕員養成研修事業

聴覚障害の方の生活や関連する福祉制度等について理解と認識を深め、日常会話に必要な手話や表現技術を習得します。

【お問い合わせ】 障害者生活支援センター凌雲 FAX 088-692-6776

新入職員紹介 1月～4月まで

医療法人 凌雲会



1病棟看護師
瀬尾 千恵



1病棟准看護師
田上 由香



2病棟看護師
岩寄 弘幸



2病棟看護師
谷本 生弥



2病棟看護師
恵谷 愛



2病棟介護職員
玉井 仁



病院放射線科技師
中島 和弥



病院リハビリ療法士
井内 亮太



病院リハビリ療法士
山崎 慎也



病院リハビリ療法士
横納 拓也



昂入所准看護師
堀川 美千代



昂入所介護福祉士
村上 有香



昂入所介護福祉士
加藤 千佳展



昂入所介護職員
岡崎 直信



昂入所介護職員
森本 雄也



昂短期入所介護福祉士
笹原 明美



昂短期入所介護職員
山腰 尚夏



昂通所リハ介護福祉士
富永 佳那子



昂居宅介護社会福祉士
谷 吉倫



昂事務職員
高島 敏男



親の家介護福祉士
野崎 美寿々



病院栄養管理栄養士
田淵 裕美



社会福祉法人 凌雲福祉会



第2ヘルパー介護職員
青木 綾香



支援センター事務職員
入山 亜希



ハーモニー職業指導員
井本 笑子

どうかよろしく
お願いします



♪ご結婚・ご出産 おめでとうございます♪

▶ご結婚

1月 谷 梨津子 リハビリテーション部
(旧姓: 藤井)

▶ご出産

1月 下岡 拓矢 障害者デイセンター凌雲
1月 小川 麻実 病棟看護部
1月 辻 俊行 訪問リハビリテーション部
真理子 ショートステイ昂
2月 藤見 絵美 昂入所
3月 伊藤 千恵 地域連携室

編集後記

新年度です。今年も沢山の仲間を迎えることができました。時候では『春暖の候』をよく使いますが、暖かいを通り越して日中は汗ばむほど暑さを感じる日が続いております。花粉症、皆さん大丈夫でしょうか？ 体調には充分に気を付けて下さい。

広報委員 井原 勇規