



いなほ 12

Vol.60

発行所 社会医療法人凌雲会・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

外国人介護スタッフが入社します！



いよいよ外国人介護スタッフが入社してきます。まずは、EPA(経済連携協定)に基づく外国人介護福祉士候補者が今月末に入社します。昂2名、藍寿苑2名の合計4名です。4名とも母国はインドネシア、母国での看護師の免許を持つ方ばかりです。今年6月に入国し、大阪で日本語の勉強を6か月行ってきました。現在では、日本語能力試験N3相当で、日本語がペラペラになっています。

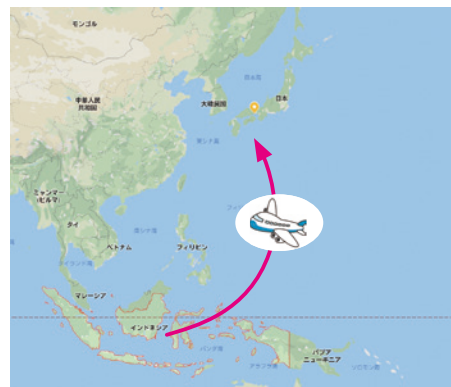
次に来年2月ごろに入社してくるのは、技能実習制度の外国人(技能実習生)です。平成29年、技能実習制度に介護が加わりました。技能実習生も昂2名、藍寿苑2名の合計4名です。4名とも母国はインドネシアです。現在母国で日本語を勉強しているところです。私たちがインドネシアへ行き、現地で日

本語を学んでいるところを見学してきましたが、大変熱心に一日中、日本について学んでいました。

そして、来年4月には、日本の介護福祉士養成校を卒業した外国人(留学生)が、昂1名、藍寿苑1名の合計2名、入社してきます。日本人と一緒に養成校で2年間、勉強し介護福祉士の国家試験を受験する予定となっています。この2名はすでに、夏休みなどの長期休暇中に昂や藍寿苑へ何度も来ています。ともに母国はインドネシアで、母国では看護師、助産師の免許を持っています。

みんな、日本のことが大好きで、とても明るく、優しい人ばかりです。なので、どうぞ、よろしくお願いいたします。

介護人材不足と言われている現



特別養護老人ホーム藍寿苑
施設長 秋山 郁恵

在、外国の方と一緒に、ワンチームで一丸となり、さらによりよいサービスが提供できるよう努力してまいります。と思っています。





シリーズ Vol.27

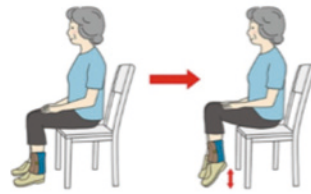


昇 通所リハビリ
赤川 圭佑

知っておくと得をするリハビリの話
— 自宅でを行う自主訓練について —

つま先を天井に向けます。そのままの状態、膝上から太ももにかけて力を入れ、5秒間保持を10回行います。同様に反対側も行いましょう。

② ふくらはぎの筋力を強化するトレーニング

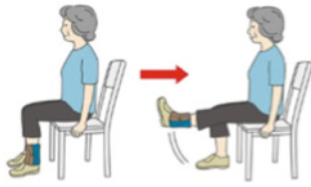


座ってかかと上げ体操

椅子の背やテーブル、壁などに片方の手を添え、体を安定させます。足を肩幅と同じくらいに開き、両方のかかとをしっかりと上げたら、ゆっくりとかかとを下ろします。顔を前に向けて行う事がポイントです。お腹やお尻などに力を入れるよう意識して行うとより効果的です。

気になる点があればリハビリスタッフにお気軽にお声掛けください。

① 太ももの前の筋肉を強化する運動
椅子の背もたれに寄りかからないよう腰かけ、両手は椅子の端を軽く持ちます。片足を上げて伸ばし、



座って膝伸ばし体操



シリーズ Vol.28



藍寿苑 居宅介護支援事業所
三好 みゆき

介護保険サービスの紹介
— 生活環境を整えるサービス —

挟み込み等の重大事故が発生し消費者庁からは安全性の基準が強化され、新規格の商品への交換や、取り換える事が困難な場合にはクッション材や毛布でふさぐなど、すき間に頭や腕などが入り込まないような対策を講じるようにすすめられています。

福祉用具を考える時にはリハビリスタッフ・ケアマネジャー・福祉用具専門相談員などが相談に応じてしますのでお気軽に相談してください。

要介護（要支援）者の日常生活の自立を助けるために都道府県が指定している事業所から福祉用具を借りる事ができます。福祉用具貸与では定期的にメンテナンス、調整、交換（無料）を行ってくれます。

介護保険を利用せず購入された福祉用具については、ご自身でメンテナンスや清潔を保つ必要があります。

「ベッドのマットレスは洗濯できない」そう思っているませんか？ マットレス専用の洗浄脱水機・乾燥機の導入によりマットレスは洗える物になっています。マットレスを清潔に保つ事でベッドでの感染を予防し、より快適な生活を送っていただけます。

また、購入・貸与を問わず操作方法により介護用ベッドでの



災害対策（停電・水害）

ここ数年は、地球規模の温暖化により、北極の氷河が大規模に溶け、大規模な山火事の発生など。これまでとは違った状況が世界中に発生しています。日本においても、天候の変化を感じるようになってきました。温帯性気候から熱帯性気候に変化したように感じます。熱帯性気候の地域でよく発生するスコールや大型の台風が発生率が高まっているように思います。9月、10月の大型台風上陸により関東、東北などでは、大きな被害が発生しています。

凌雲グループにおいても、これまで南海トラフ地震対策を中心に災害備蓄品の準備、災害訓練を定期的に実施してきましたが、気候変動により想定される台風による停電、浸水への対策も必要となってきています。

みなさまのご家庭ではどのような準備をされていますか。

昨年夏、私もグループの特別養護老人ホーム藍寿苑を含むエリア一帯が数時間にわたり停

災害時の対応

電になることがありました。2時間程度の停電ではありましたが、いろいろな問題点が浮上してきました。一番大きな問題点として、停電により、水道が止まってしまつてことです。水洗トイレの使用ができなくなりました。この経験からトイレ対策の整備と訓練を実施し、凌雲グループとして非常災害時のトイレ対策備品の整備を行っています。

災害用トイレ対策として最近では携帯トイレ機器などが多数販売されていますが、経費的にも各家庭で準備するのは難しいと思います。簡単に経費をかけず長期間の使用にも便利なのが「非常用トイレ凝固剤」の活用です。



ご存じの方もいらっしゃると思いますが、ご紹介いたします。

準備物

・ポリ袋（45リットル）1枚

・凝固剤

※写真のスプーン一杯分が必要量となります。

ます。

使用方法

① 便器と便座の間にポリ袋をしっ

かりと挟む

※ポリ袋が便器内の水につかる場合は、

2枚活用

② 便座をのせしっかりと固定

③ 排泄後、凝固剤をそのままふり

かける。

④ 数10秒で固まります。

固まったのを確認後、ポリ袋を

取り出し。

しっかりと結んで廃棄。

※一般ごみ（燃えるごみ）として廃棄が

できます。

停電時におけるトイレ使用についてご紹介をさせていただきましたが、災害時発生時には、まず、自分自身の安全確保が大前提となります。各市町村が公表しているハザードマップにて、浸水想定地域、避難場所の確認、避難ルートの確認などを事前決めておくことも重要となります。

各家庭で、この機会に話し合ってみてはいかがでしょうか。

社会福祉法人凌雲福祉会

統括事務局長 萩原 浩貴

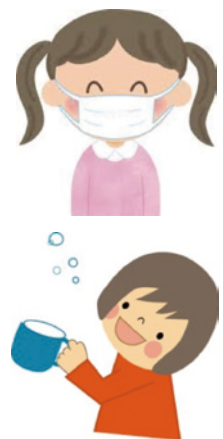


知恵袋
シリーズ
Vol.23

風邪とインフルエンザの違い



介護老人保健施設 昂
看護師長 森 裕美



毎年流行する、風邪やインフルエンザ。「ただの風邪」と思っていたら、実はインフルエンザだったということもありますよね。風邪とインフルエンザの違いって？ 対処法も違うんです。油断していると重症化してしまうこともあるので注意が必要です。すぐに、風邪をひいてしまう人、めったに風邪をひかない人、その違いは为什么呢？

それは、体に関わる免疫力、日ごろから、免疫力を高める生活に心がけ、風邪やインフルエンザに負けない体を作りましょう。

	原因	症状	症状の現れ方	現れる部位
風邪	アデノウイルス ライノウイルス	のどの痛み、鼻水 鼻閉 くしゃみ、咳、発熱など	比較的ゆっくり	のど 鼻など局所的
インフルエンザ	インフルエンザウイルス A型 B型 C型	高熱（38～40度）頭痛、関節痛、強い寒気、咳、強い倦怠感、のどの痛み、鼻汁など	急激	全身

免疫力を高めるには、

- ・ 外出後の手洗い
- ・ バランスの良い食事
- ・ マスクをする
- ・ 温度、湿度管理（適温18℃、20℃ 湿度50%～60%）
- ・ ストレスをためない

☆「風邪かな？」と思ったらインフルエンザかどうか受診してチェックしましょう。

障がい者デイセンター凌雲の紹介

障がいサービス
シリーズ
Vol.15

当センターは、日常的に介護を必要とする方に対して、日中（昼間）に、入浴・排せつ・食事等の介護、生活等に関する相談・助言その他の必要な日常生活上の支援、創作的活動・生産活動の機会の提供のほか、身体機能や生活能力の向上の為に必要な援助を行う①生活介護と②地域活動支援センターを運営しています。利用対象者は、①生活介護は、18才以上で障がい福祉サービス受給者証の障害支援区分が区分3以上である方（年齢が50歳以上の場合）、区分2以上）②地域活動支援センターは、18才以上で身体障害者手帳・療育手帳等をお持ちの方。尚かつ障害支援区分1・2、もしくは障害支援区分の出していない方となります。

特徴としては、リハビリテーションや外出訓練に力を入れております。作業療法士が、ご利用者の心身機能の維持・向上や、日常生活の自立を目指した訓練を提供しています。今年の外出訓練では、10月オープンしたMEGAドン・キホーテ徳島店への買い物や四国大学の学園祭に出かけ、キャンパス内散策や学生の模擬店を堪能してきました。



電話：088-637-3373
FAX：088-637-3360
mail：day-svs@ryoun.com
担当：山口 香代子
井原 勇規

ご相談・ご見学等いつでもお気軽にご連絡ください。

レッツ!

秋の大運動会!

昴通所リハビリ

昴特製のお弁当で腹ごしらえをして、紅白に分かれ玉入れと今年からの新種目「ボッチャ」を行ないました。チームで協力しあい、声を掛け合っ



たくさん体を動かし、白熱した昴運動会になりました。



デイサービス藍寿苑

よーいスタート!パン食い競争、借り物競争、玉入れなど、皆さん気合十分です。普段では見られない速さで歩かれる様子

に、付き添いの職員も大慌て。応援にも熱が入ります。大盛況となり、笑顔溢れる1日となりました。



小規模多機能ホーム藍住の家

第2回、藍住の家運動会を開催しました。

今年も全員が全ての競技に参加でき、ご利用者様も勝負事となると力が入るようで頑張られていました。中でもパンくい競争が大変盛り上がり、思い出に残る1日になりました。



小規模多機能ホーム名東の家

小規模多機能ホーム名東の家では、毎年恒例の秋の大運動会を11月16日(土曜日)に開催いたしました。白組、紅組に分かれ、パン食い競争・玉入れ・仮装競争の競技に全員参加いただきました。競技結果は同点となり、最後に同点決勝で玉入れを行い、見事白組の優勝。職員の仮装競争にもお手伝いいただき、今年も白熱と笑いのある運動会となりました。



小規模多機能ホーム万代の家

令和元年9月28日 第1回万代の家運動会を開催しました。利用者様代表の選手宣誓で競技がスタートしました。

赤・青チームに分かれて、玉入れ・スプーンリレー・借人競争の種目を元気いっぱいに行われました。



キッズ
シリーズ
Vol.23

ちびっこ
園

さわやかな秋晴れの
中、今年もちびっこ園

運動あそびを開催しました。

当日は少し緊張した様子の子ども達でしたが、競技が始まると張り切って挑む姿が見られました。

0歳児クラスは、「ハイハイレース」

という競技を行いました。今年が初めての参加でしたが、泣くことなくたくさんの保護者の方が見守る中トンネルくぐりや滑り台などの競技に楽しんで参加することができました。

1歳児クラスは、「障がい物競争」を行いました。自分で選んだフルーツを動物の口に入れて食べさせてあげたり、ボールの中から宝物を探したりと、なんでも1人でしょうと挑戦している頑張り屋さんな子ども達の園での様子が保護者の皆様にも伝わったのではないのでしょうか。

年長児クラスのぱんだ組さんでは「洗濯日和」と「絵合わせブロック」という2つの競技を行いました。ぱんだ組さんは2歳〜4歳のおともだちがいて、できることに違いがありながらもお母さんになりきってお洗濯する姿や、ペアを組んだ



友達と一緒に力を合わせてゴールを目指す姿はとてもたくましく見えました。
大きな行事の1つでもある運動あそびを終えて、心も体もひとまわり成長した子ども達。これからの成長もとても楽しみです。

ちびっこ園 横岑 桃花



☆☆ 遊びや体験を通して ☆☆

キッズルーム
りょうりん

キッズルーム（藍寿苑）は、一步外に出ると広い芝生広場があり、かけっこしたり虫を探したり、花を摘んだり、好奇心旺盛な子ども達にとって最高の遊び場になっています。今の時期はススキやくつきむし（植物）を取り、ススキをほうきに見立てお掃除したり、くつきむしは初め名前を聞いて『虫嫌いやけんいらん！』と嫌がった子も、植物と知り友だちと服にくっつけ楽しんでいきます。また、落ち葉が多くなってくると、その上を歩き、踏んだ時の音や感触を楽しんだり、拾い集めた落ち葉で頭飾りを作るなど、遊びが広がっています。

また、園外保育であすたむらんどや動物園、歴史文化公園などに行き、様々な遊具で遊んだり、動物と触れ合ったりと、いろいろな経験・体験をしています。そこで、楽しかった出来事を話したり伝えたりする中で、言葉の成長を感じたり、興味・関心をもったことを、図鑑で調べてみようとするなど、探求心も育まれています。

遊びや体験は子ども達の心の成長にとっても大切で、感覚を働かせ、想像力を豊かにします。

これからも、子ども達と一緒に様々な遊びや体験を通して、見て・感じて・考えて、笑って泣いて、楽しみを共有していきたいと思えます。

キッズルーム 武田 千寿



ご挨拶

ホーム長が代わりました
（小規模多機能ホーム 名東の家・藍住の家・親の家）

名東の家



小規模多機能ホーム
名東の家
ホーム長 福富 郁代

10月1日よりグループホーム親の家・小規模多機能ホーム親の家から、小規模多機能ホーム名東の家へと異動となりました。ご利用者様、ご家族様からの学びを名東の家でも活かしようと思い支援ができればと思っています。

藍住の家



小規模多機能ホーム
藍住の家
ホーム長 西浦 佳代

藍住の家で10月1日より勤務しています。これまで徳島市名東町の小規模多機能ホーム・メデイション凌雲名東町で生活を支援してお手伝いをさせていたただいておりました。藍住の家でもこれまでと同様に持ち前の明るさと元気を生かし、少しでも皆様のお力になれたらいいなと思っています。よろしくお願いいたします。

親の家



小規模多機能ホーム
グループホーム
ホーム長 上村 佳乃子
親の家

10月1日付で小規模多機能ホーム藍住の家からグループホーム親の家に異動になりました。上村佳乃子と申します。藍住の家で学んだこと、経験させていただいたことを活かして、親の家でもチームワークを大切に、入居者の皆さんが日々笑顔で安心して過ごしていただけるよう努めてまいります。至らないことも多いかと思いますがどうぞよろしくお願い致します。

新入職員紹介

令和元年8月～12月初旬まで

社会医療法人



病院 看護師
河村 真弥



病院 看護師
松井 永里子



病院 調理師
矢本 里美



病院 管理栄養士
松本 晃代



病院 調理員
倉貫 明日香



病院 調理員
佐藤 美弥



昂通所 介護職員
小西 千代子



名東の家 介護職員
木下 裕康



社会福祉法人



障がいデイ生活支援員
北谷 綾乃



障がいデイ生活支援員
和田 小百合



凌雲ヘルパー 訪問介護員
西川 明美



藍寿苑 看護師
岸 夏希



藍寿苑 介護職員
保 まどか



デイ 藍寿苑 介護職員
坂野 聖



ハーモニー 就労支援員
林 宏美



ハーモニー 職業指導員
杉野 慶一



ハーモニー 就労支援員
大開 英子



シリーズ Dr.コラム



形成外科での美容治療



稲次病院 形成外科
形成外科専門医
日本レーザー学会専門医
高瀬 真記

当院形成外科では、主に怪我の治療や腫瘍の切除などの保険診療を行っています。私費による美容治療も行っています。今回は、昨年導入した2種類の最新美容機械についてご紹介いたします。

① IPL (光治療) : しみ、そばかす、ニキビ、赤ら顔など

フィルターを交換することで、1台で様々な症状の治療が可能な機械です。ダウンタイム(治療をしてから、肌に何も貼らなくても良い状態になるまでの時間)が無く、照射直後からお化粧をしてお帰りがいただけます。1~2か月毎の照射を繰り返すことで、徐々にお肌の状態が良くなって行きます。



IPL(光治療)

治療中の痛みには個人差がありますが、機械の先端に冷却装置が付いているため痛みが少なく、無麻酔での施術が可能です。

② Hifu (ハイフ: 高密度焦点式超音波) : しわ、たるみ

最近様々な雑誌で、切らない美容治療として取り上げられています。しわ、たるみは気になるけど手術までは…という方に適しています。皮膚の約4.5mmの深さまで約60度の熱を加えて顔面表情筋膜を引き締め、コラーゲンの変性や再生を促します。治療中の痛みはほとんどなく、皮膚の深部がじんわりと生暖かい感じになります。こちらも皮膚表面には影響を与えないため、ダウンタイムが無く、お化粧をしてお帰りがいただけます。施術の効果を直ぐに感じられる方もいらっしゃいますが、約4週間から半年かけて徐々に改善していきます。しかし、日々お肌は衰えていきますので、約半年毎の継続した照射をお勧めします。



Hifu

施術料や診療予約については、稲次病院外来までお電話を下さい。尚、他院で美容治療を受けている場合、施術内容によっては当院での治療が受けられない場合があります。ご心配な場合はお尋ね下さい。

表彰されました



迅速かつ的確な安全確保と救助活動によって、事故を未然に防止されました。その功労をたたえ表彰されました。



特別養護老人ホーム藍寿苑 申 容子 さん

凌雲グループ
スタッフの

♪ ご結婚 おめでとうございます ♪

2019年7月~11月分

7/21 看護部

本村 弘美 (旧姓:長谷川)

10/24 看護部

竝川 かほり (旧姓:藤木)



編集後記

令和初めての年の末を迎えました。令和元年は、皆さんどのような年でしたか。新しい年に向け、体調管理により一層気を付けていきましょう。

広報委員 小井田 有沙

