

新年号

独立行政法人
地域医療機能推進機構

天草中央総合病院附属
介護老人保健施設

施設長：芳賀克夫

〒863-0033
熊本県天草市東町101番地
電話 0969-22-2111
FAX 0969-22-0660
Email
roken@amakusa.jcho.go.jp

101号

令和7年1月発行

さわやか



天草中央総合病院附属

介護老人保健施設

施設長

芳賀 克夫

令和7年元旦

天草中央総合病院附属介護老人保健施設は、地域の皆様の暮らしを少しでもお支えするべく、職員一同心を込めて介護事業に取り組んでいます。今年一年皆様に温かい日が訪れますよう心からお祈り申し上げます。

皆様、新年おめでとうございます。昨年末はインフルエンザが流行りましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。昨年は元旦から地震があり、その後も戦争や様々な事件、事故が起こり、とても残念な一年でした。今年は大禍なく、世界中の人々が平和に暮らせることを願っています。

今年一年温かい年となりますように

新年のご挨拶

施設長 芳賀 克夫



謹賀新年
本年も宜しくお願ひいたします



ゆず湯祭り開催

いい湯だな〜♪

令和6年12月11日〜13日まで当施設の大浴場で、毎年恒例の『ゆず湯祭り』を開催しました。通所利用者のご家族様からハンドボールくらいの大きさ、重さも1kgを超えるゆずを数多く提供していただきました。

湯船に浮かんだゆずを手にとられた利用者様は「太かけんびっくりした。匂いもよかねえ」等の声が聞かれ、心と体も温まられた様子でした。



大きなゆずを持って

記念撮影

音楽療法開催

この曲なんだっけ？

12月21日(土) 3・4階フロアにて音楽療法を開催しました。稲田裕子先生がイントロクイズ形式で「せんせい」「青い山脈」から「桃太郎」「浦島太郎」などピアノ演奏をされ、ました。「この曲は聞いたことあるけど思い出さず」と言われていた方も答え合わせの際に皆さんと一緒に歌われた時はニコニコ顔。脳トレ・ニングを兼ねた音楽療法はとても賑やかなひと時でした。



実習生受け入れ

実習を通して学んだこと

介護老人保健施設で入所・通所・居宅で3週間実習させていただきました。

日中、談話室でコミュニケーションをとることで、入所者様同士が関わりを持ち、社会性を保つことの重要性を知ることができました。また塗り絵や貼り絵、絵手紙、足浴を行うことで日中の活動時間を増やし、身体機能や認知機能の低下予防、リラクゼーションに繋がるといった援助を行いました。レクリエーションでは『秋の味覚祭り』を行いました。入所者様が楽しく実施される様子が伺え、とても嬉しかったです。

通所実習では主体性を尊重したリハビリやレクリエーションを行うことで、楽しいという気持ちに繋がりました。集団体操では、馴染みのある数え唄などを取り入れることで、昔を思い出しながら楽しんで体操を行うことができました。

居宅実習では、他職種・他機関とも連携し、最善の支援が提供で

天草市立本渡看護専門学校
大西晴菜・尾中麗菜・金光叶璃
永野芽依・水本朱星

きるよう、サービス担当者会議やモニタリングが行われており、その実際を知ることができました。コミュニケーションをとる上で、傾聴やタッチング、家族への配慮を行うことで、信頼関係構築に繋がると思いました。今回の実習を受け入れて下さりありがとうございます。これからも日々精進していきたいと思えます。



皆さんと収穫ゲームを楽しみました

**職員のスキルアップ
当施設職員4名が症例発表を行いました**



**第35回
全国介護老人保健施設大会**
～岐阜
11月14日～15日

当施設における離脱事故対策
～早期発見に繋げるために～

介護福祉士 松下 幸助

入所前後訪問指導から見えてきたりハ職介入の在り方
～ICFステージングを用いて在宅復帰を考える～

作業療法士 山崎 ちひろ



全国介護老人保健施設大会
(岐阜)に参加して

介護福祉士 松下 幸助

令和6年11月14日(木)・15日(金)に岐阜県の長良川国際会議場で学会に参加してきました。「再び、地域が動く」～多様性を包摂する老健のさらなる共進(共鳴・共生進化)を～というテーマで開催され、会場は多くの参加者がおられました。今回の学会参加を通し、他施設の取り組みや意見交換ができ、新たな気づきと学びがありました。今回学んだことを今後のケアや業務に繋げていければと思います。



**第9回
JCHO地域医療総合医学会**
～宮城
11月29日～30日

「大切な報告をありがとう」
～ヒヤリハット報告書を導入して見えてきたもの～

介護福祉士 錦戸 良尚

介護老人保健施設における事故報告と利用者の入所時の状況との関連

看護師 西山 あさみ

**第9回JCHO地域医療
総合医学会に参加して**

介護福祉士 錦戸 良尚

令和6年11月29日(金)・30日(土)に宮城県の仙台国際センターでの学会に参加してきました。私は当施設のヒヤリハット報告書を導入しての取り組みについて発表させて頂きました。他施設や病院の方も様々な取り組みをされており、参考にすることがたくさんありました。今回学んだことを、今後のケアや業務に活かして行きたいと思えます。



看取りとは、病状の回復が見込めない方や自然な老いに対し、無理な延命を行わず、自然に亡くなる過程を見守る事です。食事や排せつといった日常生活のケアを行いながら、身も心も苦痛を取り除き、安定した穏やかな最期を迎えられるように支援を行います。

かつての日本では死期が近い人にも人工呼吸器をつけたり、胃ろうをつくったり、たくさんの薬を投与して「どんな状況でも長生きさせる」という考え方が主流でした。しかし最近では、死が近い人が「最後に自分らしい時間を過ごす事」を尊重する考え方が広まりつつあります。

近年の日本では高齢化に伴い、一人暮らしの高齢者が増えています。自宅で最期を過ごしたいと思いつつもなかなか難しいのが現状です。そのため過ごされた施設で、日常生活の延長上にあるものとして自然な死を迎えたいと、看取りを選択する方が増えています。

当施設の看取りは医師、支援相談員、リハビリスタッフ、栄養士、看護師、介護士でチームをつくり、それぞれの専門性を活かし、連携しながらケアにあたっています。医師が看取りの段階と判断し、ご家族様の希望があれば看取り開始となります。入所者様とご家族様が最期の時

を安心・納得して過ごせるよう、希望をお聞きして、できる限り叶えられるように努めています。今までは「長く会っていない兄弟に会わせたい」「自宅に帰りたい」「きれいな桜を見せたい」という希望があり、スタッフ付き添いのものと外出を行いました。また娘様が希望され、ご本人様が使用していたお気に入りのお化粧道具で最後のお化粧をされた事もありました。

最期の時は誰にでもやってきます。元気なうちからご家族で話し合われておくと、悔いのない最期を迎えられるのではないのでしょうか。

看取りは最期の時を迎える時のひとつの選択肢です。当施設でも看取りケアを実施していますので、ご質問等あればお気軽にご相談ください。

看取り委員会

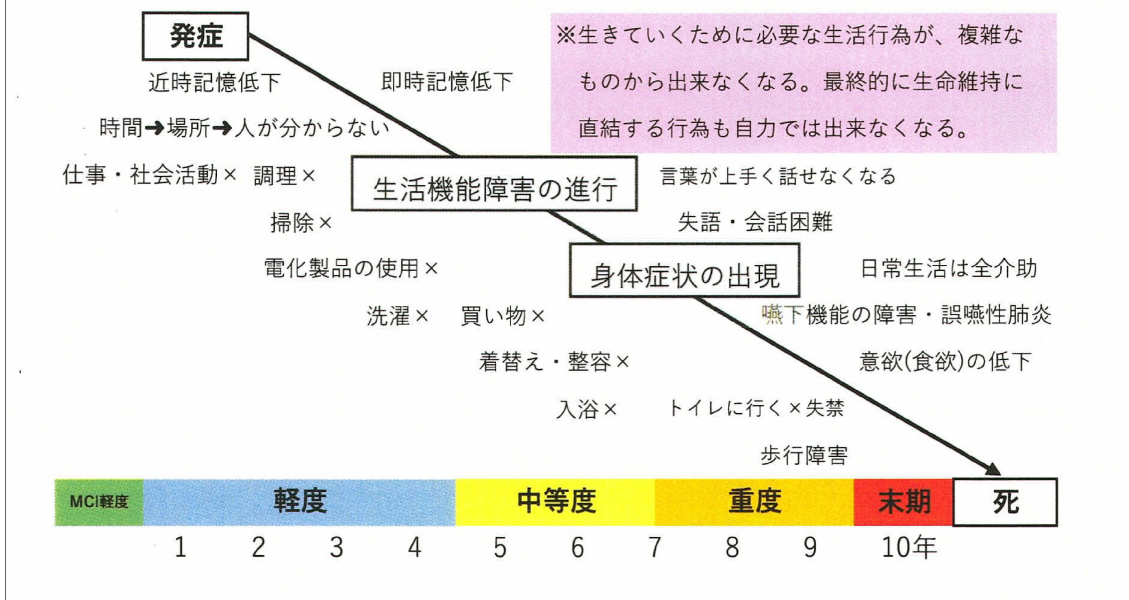
看護師

吉野 瞳



認知症の自然経過

アルツハイマー型認知症の自然経過



リハビリ科から

リーチ(届く範囲)が広がる？



作業療法士 樋口 美寿々

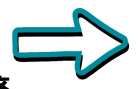
肩の痛みや骨折など以外にも環境で手のリーチは大きく影響を受けます。今回は座った際のリーチのしやすい環境をチェックしてみてください。

④座面の高さを調整する
 ばれるように足の位置の確認・足場が安定したものにします

①座面を安定させ、体がふらふらしないようにする
 ②体幹が(弱ければ)保持できやすく、傾きなどに合わせて背もたれや肘乗せなどを調整する
 ③前にリーチをするとき、足でふん

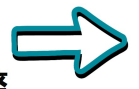
大まかにですがここをチェックすることでリーチしやすくなる可能性があります。また、座った姿勢が安定することで恐怖心も軽減し安心感を得られます。『食事中、下を向いてばかりでなかなか自分で食べてくれない。』という方にも一度確認し、調整してみてはいかがでしょうか。

①上方リーチ



調整
リーチ拡大!

②前方リーチ



調整
リーチ拡大!

栄養課から



管理栄養士 野口 真美

新しい年を迎えお酒を飲む機会が増えることでしょうか。今回は健康に配慮したお酒の飲み方についてご紹介します。

★お酒の影響を受けやすい
3つの要因★

①年齢の違いによる影響

高齢者は体内の水分量が少ないため、若い頃と同じ飲酒量でもアルコールの影響が強く現れます。また、10歳代、20歳代の若年者は脳の発達途中であり、多量の飲酒により健康問題のリスクが高まる可能性があります。

②性別の違いによる影響

女性は一般的に男性よりも体内の水分量が少なく、分解できるアルコールの量も少ないため、アルコールの影響を受けやすいと言われています。

③体質の違いによる影響
 アルコールを分解する酵素の働きが個人によって異なります。分解酵素の働きが弱い場合、アルコールの影響を受けやすくなります。

健康に配慮した飲酒の仕方

- ①自らの飲酒状況を把握する(飲酒によって生じるリスクを減らす)
- ②あらかじめ量を決めて飲酒する(過度な飲酒を避ける)
- ③飲酒前、飲酒中に食事をとる(血中のアルコール濃度の上昇を防ぐ)
- ④飲酒の合間に水を飲む(アルコールをゆっくり吸収、分解できるようにする)
- ⑤1週間のうち飲酒しない日を設ける(毎日飲むなど継続した飲酒を避ける)



クリスマス音楽祭開催



リズムに合わせて歌や踊りを楽しまれる利用者様

楽楽楽の皆様は通所リハビリから始まり3階→4階と3ステージ公演して下さいました。



令和6年12月18日(水)各フロアにてボランティアの音楽グループ楽楽楽(LaLaLa)様によるクリスマス音楽祭が開催されました。ウクレレやピアノなどを使用した迫力あ

る生演奏に合わせて、ご利用者の皆様も手拍子や足でリズムを刻むなど楽しんでおられました。演奏終了後には利用者様から「上手やった〜」「また聞きたかね」など様々な感想が聞かれました。楽楽楽の皆様楽しい時間をありがとうございました。



貼り付け作業をされる山田様



お花紙を丸められる志波様

通所リハビリから

2人で協力して

作品作り

通所リハビリご利用の志波政子様(99)と山田スズン様(91)は毎月2人で協力して作品作りをされています。12月はクリスマスと



通所には数々の作品が掲示されています



お正月の2つの作品を作りあげられました。今までの作品もカレンダーとして通所に展示しています。

※次号は令和7年 3月発行予定です



あとかぎ
皆様明けましておめでとうございます。昨年は暗いニュースが多かったのですが、今年は巳年で「脱皮することによって古い姿から新しい姿に生まれ変わる」と伝えられています。
皆様にとっても良い一年でありますように！

これからの予定・行事

☆1月17日(金) 誕生会(各フロア)

☆2月13日(木) 誕生会(各フロア)