

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

111号

令和8年9月発行

さわやか



七夕の飾りに彩られた会場では、浜田マチ子様による歌やダンスが披露され、会場ではたくさんの笑顔と拍手に包まれました。

歌に合わせて手拍子をされたり、楽しそうにご覧になったりと、皆さま思い思いに楽しまれていました。

普段とは違った賑やかな雰囲気の中、楽しいひとときを過ごすことができました。

七月八日、施設にて七夕会を開催しました。

七夕会



歌が大好きな利用者様
皆さんの前で歌を披露して下さいました



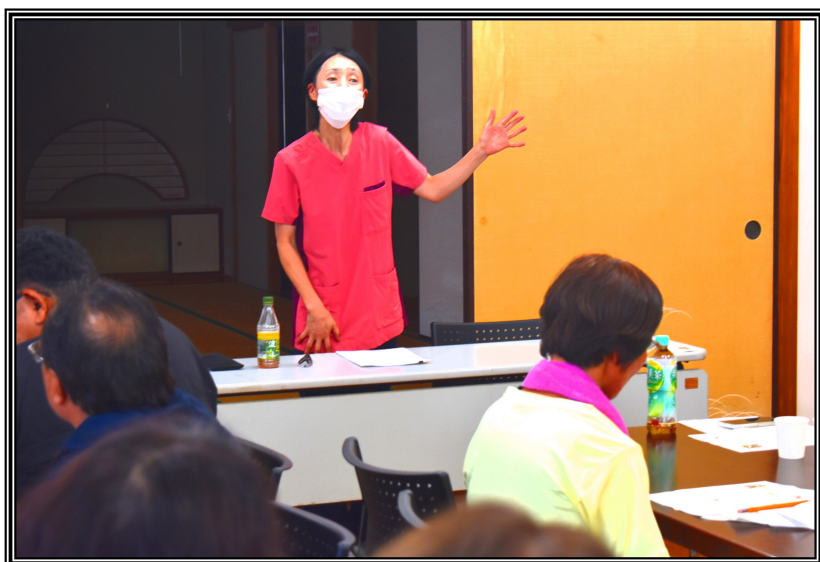
地域貢献事業

認知症介護指導者

栗栖 綾

六月二十六日、天草社会福祉協議会、新和支所より「認知症の理解と対応方法」について、の依頼を受け、陽だまり館にて講義させていただきました。当日は、実際に介護されている方、相談を受けられている方、十八名の様々な年齢層の皆様にご参加いただきました。市の「あんしんガイド」を参考にしながら、物忘れと認知症の違い、認知症の知識・周辺症状への対応方法についてお話しました。また、普段から地域交流や地域活動をしている皆様との講義というところもあり、「共生」という予防策をテーマに、認知症のある方も生活できる為の安心を生活でできる為の

関わり方について、一緒に考える時間を持ちました。さらに、自身の認知症予防やフレイル予防につながる運動・栄養（食生活）・口腔ケア・社会参加について、クイズや実践を取り入れたながら、楽しく学んでいただきました。講義中は活発な質問も多く、私自身も皆様からたくさんのお気と学びをいただきました。ありがとうございました。皆様、心より感謝申し上げます。



リハビリ科から 年齢に負けない体づくりを



作業療法士 山崎 ちひろ

【脊椎圧迫骨折】について

背骨が押しつぶされて変形してしまう骨折で、骨の弱い方に多いのが特徴です。尻もちをつくなど転倒が原因で起こることもありますが、重いものを持ったり、せきやくしゃみなどのちょっとしたきっかけで生じることもあります。知らないうちに起こることもあり「いつのまにか骨折」ともいわれます。



胸椎でおければ胸椎圧迫骨折、腰椎でおければ腰椎圧迫骨折となります。

治療は主に安静と痛みのコントロールです。背骨の変形した部分をコルセットやギプスで固定し、できるだけ安静にすることで治療します。疼痛コントロールのために痛み止めも用いられます。日常生活を送るうえでは完全な安静は難し

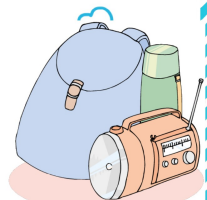
いため、痛みが強い時期は極力安静に努めつつ、軽くなったら骨折部に負担がかかる動作（前かがみ）に注意しながら運動やリハビリを行います。

安静の工夫の例

項目	工夫	目的
ベッド上での過ごし方	背中を支える姿勢をとる	クッション等で負担を分散
トイレ動作	補助具の利用	ポータブルトイレの使用等
立ち上がり	手すりや杖の活用	バランスを保ちやすい
動作スピード	ゆっくり行う	急な動きでの痛みを防止

※コルセット装着について、使用時間や装着期間については医師の指示を守りましょう。不明な点はスタッフへご相談ください。

栄養課から 災害時に必要な水



管理栄養士 野口 真美

災害時は水の確保が困難です。水道管は地中を通っているため、大規模災害の場合復旧までに数か月を要する場合があります。災害時に一人一日当たりどれくらい水が必要かというと、飲料水3ℓ（飲料水1ℓ調理用2ℓ）、生活用水として10〜20ℓ必要とされています。最低でも3日分の蓄えが必要です。また、夏場は汗をかくため、より多めの水が必要となります。

○水はローリングストックを（一人一日3ℓ×3日分9ℓ）

ペットボトルの水をまとめて買うのは大変なため、少しずつ買い足しましょう。

賞味期限が近づいたら使用し、使った分は新たに補充します。最近では長期保存（5年〜10年）が可能な保存水が売られています。値段は高

くなりますが、入替の手間が減ります。

○どのように収納しておく？

一箇所にまとめて収納するのではなく、分散して収納しましょう。家が崩れたとしても、どこか一箇所が無事なら取り出せます。キッチンやリビング、玄関やクローゼット、ベッドの下など小分けにして置きましょう。二階建ての家の場合、一階と二階にそれぞれ置いておくとういでしょう。

○生活用水の確保

普段からお風呂の浴槽に水を張っておきましょう（ほこりやゴミが入らないようフタをしておく）

一般的な浴槽では約150〜200ℓの水を溜められます。

また、自治体からの給水を受けられるよう、ポリタンクも準備しておきましょう。

当施設での取り組み 「看取り介護について」



当施設では看取りを行っています。

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。

最期の瞬間まで、その人らしく尊厳のある生活が送れるように身体的、精神的なケアを行っています。

当施設でもご本人やご家族の気持ちに寄り添いサポートさせていただきます。ご質問等あればお気軽にご相談下さい。

看取り介護の3つのケア

- ・身体的なケア
- ・精神的なケア
- ・身内やご家族に対するケア

看取りにおける身体的なケア

- ・バイタル測定(体温・血圧・脈)
- ・体温調整・体位変換
- ・栄養や水分補給
- ・口腔ケア・喀痰吸引
- ・清潔を保つ(入浴、清拭、更衣など)

夏の夜空を彩る花火を 楽しみました

七月二十五日、天草の夏の風物詩「天草ほんど花火大会」が開催され、施設からも花火を見学しました。

夜空に色とりどりの花火が打ち上がると、利用者の皆様から「きれいな」「大きいね」と歓声が聞かれ、笑顔で楽しまれていました。

大きな花火が次々と夜空に広がる様子を眺めながら「昔も花火を見に行ったね」と思い出話をされる方もおられました。

施設でゆっくりと花火を楽しみながら、皆様と一緒に夏のひとときを過ごす事ができました。
素敵な夏の思い出となりました。



あとがき

七月二十八日に発生した「令和八年熊本地震」では、熊本県内を中心に大きな揺れが観測され、天草地域でも強い揺れを感じました。突然の地震に、不安や心配を感じられた利用者様もいらつしやつたことと思います。

施設でも、利用者様が安心して穏やかに過ごしていただけるよう、防災への意識を高め、安全な環境づくりに努めて参ります。

一日でも早く、皆様が安心して普段の生活を送れることを願っています。

これからの予定・行事

- ☆9月14日(月) 誕生会(各70ア)
- ☆9月30日(水) 敬老会(各70ア)
- ☆10月13日(火) 誕生会(各70ア)

