

「みんなで考え、さらなる ステップアップにつなげる場に！！」



名香山苑在宅支援センターでは、年9回の事例検討会と年2回の居宅研究部会での事例検討会を実施しています。事例検討会とはひとつの事例について、みんなで意見交換しながら理解を深める検討会です。事例と向き合うことは日頃のケアマネジメントの実践について振り返る機会になります。第三者の意見に耳を傾けるうちに、自分に足りない部分に気づいたり、自分一人では考えつかなかった対応方法を見つけたりできます。又、参加者にとっても他者の事例を通じて自らの支援のあり方を客観視できます。ケアマネジャーとしての資質や姿勢、技術などを再確認する事で、より良い支援を行うためのスキルアップにつながっていきます。

〈豆知識 No.2〉

○「冷えると体に悪い」に根拠はあるのか？

「冷えは万病のもと」「おなかを冷やすとだめ」など「体を冷やすと健康に良くない」のは単なる言い伝えではなく根拠があります。冷えると血管が収縮して血めぐりが悪くなります。身体に運ばれる血液が減るので、血液が運んでいた栄養が行き渡らなくなり、発痛物質や疲労物質の代謝も滞ります。又、冷えた部分に送られた血液が心臓に戻ると、体の中心部まで冷えてしまい、正常な生命活動を妨げることに繋がり、体が冷えると様々な不調につながります。

○「冷え性」と「冷え症」は違う？

「冷え性」と「冷え症」は確かに似た言葉ですが、一般的には違う状態を指します。「冷え性」は寒さやストレスなどで血めぐりが悪くなり冷えていると自分で感じている状態で、特に手足の冷えを意味します。「冷え症」は冷えによって生じる不調の事です。又、似たイメージをもたれることのある「低体温症」とは深部体温(脳や内臓の温度)が正常値を下回った時に起こる症状を指します。

お湯に浸かると皮膚の下の血管などにまで水圧が加わるので、手足にたまった血液が押し戻されて血行がよくなり、冷えの改善に役立ちます。又、浮力がかかるので筋肉や関節を休めることもできます。冷えや疲れの改善のためには、湯船にしっかりつかる入浴の習慣も欠かせないようにしましょう。

苦情受付

令和元年9月～12月までの間、苦情の申し立てはございませんでした。今後もサービスの向上に努めてまいります。ご遠慮なくご意見をお寄せください。

〒949-2112 新潟県妙高市大字関川733-20 TEL 0255-86-5321 FAX 0255-86-5322

名香山苑 在宅介護支援センター デイサービスセンター ショートステイ
©掲載されている写真についてはご本人様及び、代理人様の同意を得ております。



名香山苑在宅だより

令和2年1月15日発行

第57号

温泉日和

デイサービス作品「鼠」

今年も宜しくお願
い
いたします。



謹賀新年



所長
矢野 利仁

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

旧年中は名香山苑在宅部門に対し、格別なるご高配を賜り心から感謝申し上げます。皆様におかれましては、新しい年を健やかに迎えられたこととお慶び申し上げます。令和二年の年頭に際し、名香山苑の新たな幕開けを皆様とともに無事に迎えることができたことに、深く感謝申し上げます。

今年「令和」の新しい時代となり、初めての新年を迎える節目の年であります。今、介護業界だけではなく妙高市の人口の変化等、様々な要因により「各業界での人材不足」が課題とされております。

名香山苑では、働き方改革による職員の処遇改善、事業規模の見直し、事業内容・業務内容の簡素化、介護ロボットの研究等の行動をコツコツと積み重ね、人材不足に立ち向かうことで、これからも地域に根ざした循環型サービスとして、切れ目のないサービス提供を継続し、安心して頼られる施設になるように取り組んでいきたいと考えております。

今年も変わらず、通所介護事業、居宅介護支援事業、短期入所生活介護事業、共々、地域の皆様に愛されるように、職員一同努めてまいりますので、よろしくお願ひ致します。

デイサービス



機能訓練

機能訓練の一環としてポッチャに挑戦しました。白い的に目掛けてできるだけ近くに投げるのがポイントです。なかなか難しいですが皆さん楽しそうに行っていました。

小学生が訪問活動に来てくれました。歌を歌ったり手遊びをしたりと楽しくふれあうことができ、とても喜ばれていました。



訪問活動



手工芸

手工芸では毛糸を使って大きなりんごを作りました。「りんご狩りに行ったつもりで沢山作るね」と話しながら作りました。男性の方も頑張っています。秋のおいしい果物葡萄作りです。沢井作ってデイサービスの天井を飾りました。



おやつ作り

ふかしたさつま芋を手つき良くつぶしさつま芋の茶巾絞りを作りました。生クリームを上飾り、洋風のさつま芋のモンブランのようになりました。皆さんとても喜ばれていました。



ショートステイ



9月14日にデイサービスとショートステイ合同の敬老会を行いました。S.O.Pストリートダンススクールの生徒様の元気で若さ溢れるダンスを拝見し、利用者の方々も大変喜ばれていました。利用者の中には喜びのあまりに涙ぐまれる方も……。



日常の風景



感染症対策について



しっかり予防しましょう!

予防の基本は、手洗い・うがい、マスクです!!

手洗い・うがい

指の間や指先、爪もきれいに洗いましょう。



石けんと流水で洗いましょう!

マスク

外出時は、予防のためにも、人にうつさないためにもマスクをつけましょう。

(マスクがない場合は、ティッシュなどで鼻と口を覆って、ほかの人から離れて咳やくしゃみをするように注意)



室温 20~23℃

湿度 約60%

厚生労働省/2012年改訂版保育所における感染症対策ガイドラインより
http://www.mhlw.go.jp/bunya/kodomo/pdf/hoiku02.pdf



~お願い~



インフルエンザや感染性胃腸炎が発生する季節です。これらのウイルスに高齢者が感染すると重症化する危険性があります。

まず、手洗い・うがいで予防をお願いします。デイサービス・ショートステイご利用時、送迎職員が健康状態の確認をさせていただきます。

体調が悪い時は、受診をお勧めしたり、その日のご利用をお断りさせていただく場合があります。

また、ご面会の際には手洗い・うがいをしていただき、マスクの着用もお願い致します。体調が悪い方のご面会のご遠慮いただいております。

施設内の発生防止のため、ご理解・ご協力をお願い致します。