老人保健施設もえぎ 広報紙
もえぎ通信
さんぽ路
2021 1月 Vol.23
もえぎ
発行/北信総合病院老人保健施設もえぎ　発行責任者/下山 丈人　〒383-0015 中野市吉田123-1 TEL.0269-22-7800/FAX.0269-22-8585

新年のご挨拶

令和3年は脱コロナの年になっていますように

施設長
下山　丈人

明けましておめでとうございます。令和2年は新型コロナで始まって新型コロナで終わり、大変御苦労されておられる方も多いことと思います。令和3年はどんな年になるのでしょうか。

当施設におきまして、昨年は新型コロナウイルス感染症に関係し、面会制限から始まり、入退所の一時停止や通所リハビリテーションの一定期間の休止、入所される皆様に対する新型コロナウイルス抗原検査の実施など、ご利用者やご家族並びに居宅のケアマネジャーや地域の皆様などには大変ご迷惑とご心配をおかけしました。深くお詫びさせていただきます。幸いにも今までのところ集団感染などの重大な問題は発生しておらず、ほっと胸をなでおろしているところであります。感染対策は完全というものがなく、いくら行っても全く安全というわけではありません。しかしながら、その場でできることは可能な限り行うことが重要であり、そのために労を惜しんでいては感染が広まってしまう可能性があります。これからも何かとご不便やご迷惑をおかけすることがあると思いますが、どうかご理解のほどをよろしくお願いいたします。

来年の今頃は今までの生活様式に完全に戻っていなくとも、有効なワクチン接種が進み、新しい治療法も開発されて新型コロナウイルス感染症の脅威から解放されていると信じたいものです。今年が皆様にとって良い年になりますように。今年も老人保健施設もえぎをどうかよろしくお願いいたします。

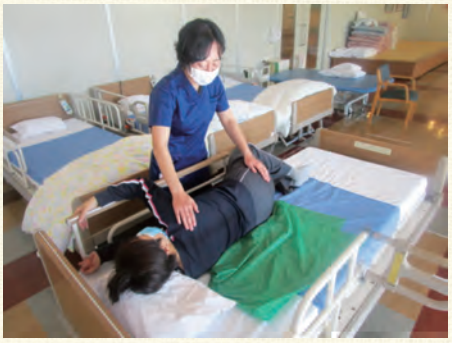
家族介護教室を開催して

介護労働環境改善委員会

昨年11月14日・15日に、もえぎご利用者家族を対象に家族介護教室を開催しました。数名のご家族の出席があり、コロナ感染対策をしていただき開催することができました。

施設で使用している福祉用具の使い方を実際にご家族に実践していただきました。普段使い慣れていない用具を使ってもらい、「福祉用具の進化があり感動した」などの感想がありました。また、使い方にとどまらず、ご家族が日常行っている介護の場面で使えないだろうか?など沢山のアイデアを、ご家族の方から意見していただいた事にうれしく思いました。

老人保健施設の役割の一つに在宅復帰施設として位置づけがあります。私たちスタッフは「家に帰ってからの生活」をよりよい生活になるように支援しています。ご家族と話をする中で、「こんなやり方はどうだろう?」「家ではこんな状態なんです」といった情報はとても重要な情報になります。コロナ禍でご家族にはご迷惑おかけしていますが、利用者様の事でお話していただけることは、どんなことでもスタッフに伝えて頂けたらと思います。



中野立志舘高校生徒の介護職員実習を実施しました

当施設では、現在も実習生の受け入れを感染対策を徹底したうえで行っています。

高齢者の方達の健康を守る為、これからの介護を担う方達の育成の為、学校側と相談・連携をとり、介護実習を実施しました。実習生には実習2週間前から体調の管理・不要不急の外出を控える等の協力をしてもらい、当施設での実習も手指消毒や飛沫感染を防ぐ為に、食事支援は行わず他の支援に力を入れ行いました。

なかなか生徒達が思うような実習はできませんでしたが、今の状況だからこそ学べる事が沢山あると思います。

これからも学校側と相談をしながら感染対策をしっかり行ったうえで実習を行っていきたいと思います。

非接触型体温測定器AIを導入しました。

これまでの体温計を媒介とした感染拡大を防ぎ、検温者と披検温者の近距離での接触と飛沫対策のため、『非接触型体温測定器 AI』を設置致しました。

引き続きご来所者様へのコロナウィルス感染予防に努めてまいります。

なかの なかよく なっちょ体操

田尻 勝

北信ケーブルテレビと北信総合病院とで作成している番組「北信ナビ」に参加させていただき、「介護予防について」というテーマでお話をさせていただきました。その中で、高齢化率を日本の平均値と中野市とで比較し、高齢化率が全国平均より高い状態で推移されると予測される中野市において、自立した生活を長く維持することができると期待される方法の一つとして体操を紹介させていただきました。

中野市の総人口は、減少するものの65歳以上の人数はあまり変わらないため少子高齢化が今後も進み、全国平均より高齢化率が高い状態で推移していくと考えられます。そのような状況下でも、今まで以上の社会福祉制度や社会保障制度が期待できないとされており、厚生労働省からも言われていますが、自分のことは自分で行うこと、つまり、できるだけ自立した生活を維持することが重要になってきます。これは、「PPK」、つまり「ぴんぴんころり」という言葉で表現されていますが、その方法の一つとして「運動」が取り上げられています。それで今回、中野市の高齢者支援課が中心となり、市内の健康運動指導士や理学療法士の有志が集まり介護予防としての体操を作成しました。それが、「なかのなかよくなっちょ体操」です。この体操は椅子を使った「イスでなっちょ編」と床でできる「床でなっちょ編」があります。今回は、「イスでなっちょ編」の体操の一部を紹介させていただきました。

「イスでなっちょ編」の体操の視聴を希望される方は、DVDが作成されていますので、中野市高齢者支援課に問い合わせていただければと思います。

また、中野市のホームページには「イスでなっちょ編」の体操の一部が紹介されています。体操のパンフレットを希望される方は、「イスでなっちょ編」と「床でなっちょ編」の両方が紹介されています。興味のある方は、是非のぞいてみてください。

この体操の他に、中野市のイメージソングである麻衣さんの「空みあげて」の曲に合わせて体操ができる「空みあげて体操」も作りました。そのURLとQRコードを載せさせていただきましたので、こちらも合わせて参考にしていただければと思います。

「空みあげて体操」のQRコード

「なかのなかよくなっちょ体操」と「空みあげて体操」のURL

https://www.city.nakano.nagano.jp/docs/2020041300059

編集後記

自粛・マスク生活が始まり１年が経ちました。いろいろな意味での寒い時期はまだまだ続きそうです。これからも感染対策を徹底しコロナの鬼に打ち勝ちましょう!

新人紹介

この度、5名の職員が赴任しました。皆さんよろしくお願いします。

事務 考査役
竹前（たけまえ） 敏幸（としゆき）

看護師
堀内（ほりうち） 三枝子（みえこ）

看護師
西澤（にしざわ） 瑠美（るみ）

看護師
小澤（おざわ） ゆう子（ゆうこ）

看護師
岩崎（いわさき） 百合子（ゆりこ）