

くるみ館・あんず館 広報誌

よつば

第40号

平成30年9月発行



くるみ館 ひまわり祭!!!

発行：社会福祉法人北養会

介護老人保健施設 くるみ館

ケアハウス あんず館

編集：地域サービス委員会

〒311-4153 水戸市河和田町 3335-1

TEL 029-255-4774 FAX 029-255-5888



What's 介護保険 Vol.3 くるみ館居宅ケアマネジャー

岩間が介護保険に関する気になるトピックスをご紹介します。

◆平成29年の認知症不明者、過去最多の1万5863人（シルバー産業新聞）

警察に届け出があった認知症の行方不明者が昨年1年間で1万5863人（男性8851人・女性7012人）に上り、前年比431人増。統計開始の12年以降、5年連続の増加で、12年の9607人と比べて約1.65倍に増えた。所在確認された行方不明者は、16年以前に届け出のあった125人も含む1万5166人。17年中に警察の捜索活動で発見されたのは1万129人。帰宅したり、家族らが見つけたりしたのは5037人だった。所在確認までの期間は1週間以内が93.3%を占め、早い段階での対応が命を救うカギ。470人は行方不明中に列車にはねられたり、側溝に転落したりするなどして死亡。昨年中に所在確認できなかったのは227人。届け出が取り下げられるなどしたケースも125人いた。

◆高齢者の生活保護、過去最多の86万世帯（平成29年度）

厚生省は、平成29年度の生活保護に関する調査結果を公表。生活保護を受けている世帯は、ひと月の平均で164万7045世帯だった前年度も3765世帯上回り、過去最多を更新。高齢者世帯のひと月の平均は86万4708世帯。全体の52.7%を占める。83万7029世帯だった前年度から2万7679世帯増加。過去最多。

◆配偶者に介護も依頼。男性56%・女性19%

将来、介護が必要になった場合介護の依頼相手として、配偶者を選んだ人は36.7%だったが、男性では56.9%、女性では19.3%と大きな差があることが6月19日に内閣府が公表した「高齢者の健康に関する調査」で明らかになった。「将来、あなたの身体が虚弱になって、日常生活をおくる上で、排泄などの介護が必要な状態になった時、どなたに介護を頼みたいと思いますか？」との質問には、全体では「配偶者」を選んだ人は36.7%でトップを占め、「ヘルパーなど介護サービスの人」の31.5%、「子」の22.7%が続いた。性別にみると、男性では「配偶者」が56.9%で、「ヘルパーなど介護サービスの人」の22.2%、「子」の12.2%も大きく引き離れた。一方、女性では「配偶者」は19.3%で、「ヘルパーなど介護サービスの人」（39.5%）と「子」（31.7%）が上回った。女性では、55～59歳の22.8%が「配偶者」を選んでいるが、年齢が高くなるほど低くなり、65歳以上では16.4%、75歳以上では8.6%にとどまる。



連載4コマ



「地域支援講習会」

日時：H30.10.31(水)14:00～15:00

場所：河和田住宅第2集会所

テーマ「心疾患のリスクと予防について」

講師：看護師 大河原妙子

編集

後記

いつも、よつばをご覧いただきましてありがとうございます。
七、八月の酷暑が過ぎ、ようやく気温も落ち着き過ぎやすくなりました。しかし、日本各地では地震や台風、豪雨などの被害が相次いでいる状況です。
また、これからの季節は、インフルエンザ等の感染症がはやる季節になります。健康管理には十分ご注意ください。
相談室 関根

エンジョイかわわだ



平成28年度から始まった「エンジョイかわわだ」も今年で3年目になりました。今年度に入り曜日が第2・4木曜日に固定され毎回参加して頂いている参加者も増えて、楽しく実施する事が出来ております。今年の夏のアクティビティ作品として、朝顔と水辺の生き物をモチーフにした共同作品に取り組み「朝顔」「金魚」「カメ」など、折り紙を使用し作成しております。

また、ご自宅で行う自主トレも、皆さん習慣化されている様子が見られ、チェック表の印もきちんと記入もされている様子も見られています。引き続き、介護予防として脳を活性化させるプログラムの「シナプソロジー」や科学的エビデンス（根拠）に基づくエクササイズの「スクエアステップ」、アクティビティとして行っている折り紙等を通し、介護予防を図るとともに地域の皆様の交流の場になっていければと思っております。

リハビリテーション課 河原井

地域支援講習会



6月の講習会は、理学療法士(高野千春)を講師に迎え、「排泄リハビリテーションについて」～尿もれ予防のため、インナーマッスルを鍛えよう～というテーマで開催致しました。症状としては、①蓄尿症状(トイレに行く回数が多い、尿が漏れる)、②排尿症状(勢いが弱い、なかなか出ない)③排尿後症状(残尿感、離れた時に漏れる)があるそうです。では、どうすれば良いか?講義の中でいろいろ説明がありましたが、その中でも、尿を出している時に一旦止めることが一番手軽に実践できる内容であると感じました。皆さんも是非実践してみてください。

8月の講習会は、医師(山田量三)を講師に迎え、「今、脳卒中と向き会おう」～医師の視点から脳卒中を知ろう～というテーマで開催致しました。脳梗塞では、発症してから、4.5 or 8時間以内の患者さんのみに行える特殊な治療があり、脳卒中を疑ったら可能な限り早く病院を受診しましょうとの事。また、納豆自体はそもそも脳梗塞予防の優良食品(納豆キナーゼが血栓を溶かす働き)であり、ワーファリンも使用して納豆が食べられない人は、新しく登場したDOACと呼ばれる薬に変更してもらえばよいとの有益情報も教えて下さいました。今まで納豆を我慢してきた人も食べられるようになるかもしれません、対象の方は、かかりつけの医師に相談してみましょう。

あんず館 池田



くるみ館お買い物ツアー&遠足



今回のお買い物ツアーは、友部サービスエリアに行って参りました。天候にも恵まれ、皆様と一緒に買い物をする事ができました。ご利用者様一人一人の笑顔がたくさん拝見することができて、とても良かったです。多くの方々に参加して頂き、誠にありがとうございました。

通所：廣内

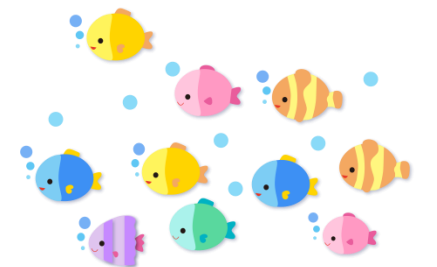
通所 in 友部サービスエリア

サービスエリアという事で、茨城県のお土産がたくさん売っており、ご利用者様もお土産を選ぶのに、とても迷っている様子でした。なかなか決められないご利用者様もあり、お店のスタッフの方におすすめ商品を聞いて、購入していたご利用者様もありました。参加して頂いたご利用者様から「楽しかったよ」「また行きたい」との声が多く聞かれました。一日を通し、大きなトラブルも無く終えることができて職員一同ホッとしました。次回は秋の遠足ですので、ご参加の方宜しくお願い致します。

通所：坂本



入所 in 大洗水族館



今回、入所では春の遠足で水族館に行ってきました。皆様に昼食を召し上がられた後、イルカ・アシカショーを観ました。イルカがジャンプをするたびに手を叩き感動なさる方がたくさんいました。また、サメやマンボウなど大きな魚を見て驚かされている方もいました。今回の遠足は天候には恵まれず、往路のバスでは表情の暗い方もいらっしゃいましたが、復路では「楽しかったよ、連れてきてくれてありがとう」等のお言葉をご利用者様から頂くことができました。ご家族様も参加され、ご利用者様にはとても楽しんでいただけたと思います。

介護課：小室

～リハビリの極意～Vol.3

今回、通所リハビリテーションに新しく導入されました、リハビリテーション機器『HUR』について紹介させていただきます。貴方も最先端のリハビリテーション機器を体験してみませんか？

筋力強化を図りながら、転倒予防や日常生活の動作を安全且つスムーズに行えるよう、お一人お一人に合ったプログラムを作成させていただきます。

ぜひ、ご興味のある方は、くるみ館スタッフに声をかけて下さい！！

さあ楽しく、リハビリテーション機器『HUR』を体験してみよう！

ヘルシンキ工科大学のバイオメカニクス研究から開発された空圧式トレーニングマシン

足の曲げ伸ばし運動



太もも強化

足の開閉運動



股関節強化

足踏み運動



下半身強化

腕の曲げ伸ばし



上半身強化

くるみ館 部署紹介

訪問リハビリです！

今回紹介する部署は？



訪問リハビリとは？

専門スタッフが皆様のご自宅に直接お伺いし、その方の住環境・能力に応じたリハビリテーションを、ご家族と一緒に取り組めるように、お手伝いをさせて頂くサービスの事です。

理学療法士

立つ、歩くといった日常生活での基本動作を改善するお手伝いをいたします。

専門スタッフって？

作業療法士

入浴や食事など身の回りの動作を改善するお手伝いをいたします。

言語聴覚士

コミュニケーション能力や飲み込みの不自由さを改善するお手伝いをいたします。

～ひまわり祭～

平成 30 年 8 月 11 日 (土)

8 月 11 日 (土) にくるみ館、あんず館にて納涼祭が行われました。当日を迎えるまでは、台風などが発生し、職員も不安を隠せませんでしたが、当日は天気にも恵まれ無事に開催することが出来ました。

多くのご利用者様やご家族様、地域の皆様にご参加頂いたことに大変感謝申し上げます。また余興も行っていたボランティアの皆様にも感謝申し上げます。

今年度も多くの方の笑顔を見る事が出来ました。来年度も更に良い祭が出来るよう職員一同頑張りますのでよろしくお願い致します！

フィールドディレクター：渡辺 涼太、植崎 尚人



皆さんの笑顔がたくさん見れました！！



今年度は、熱中症や台風など天候に左右される年でしたが、くるみ館、あんず館職員と納涼祭実行委員が協力してコツコツと準備してきたおかげで、当日の天候は良く、さらに体不調者も出ずに無事に終えることが出来ました。本当にありがとうございました。

ご参加頂いた、ご利用者様、ご家族様、そして地域の皆様、ご不便お掛けしたこともあったかもしれませんが、『楽しかった』『良かったね』などたくさんの皆様の声に、本当に行っていた良かったと思いました。今年の反省点も、来年度に繋げられるように、そして、また参加したいと思うようなお祭りを目指して、頑張りますので、温かいご声援をお願い致します。

ひまわり祭実行委員長：石井 瑞毅



イベントディレクターは主に、余興や抽選会などを担当します。今年の余興は、くるみ館に入社したフレッシュな新人 7 人によるダンスから始まりました。『恋するフォーチュンクッキー』『東京ブギウギ』『Y M C A』と若さとパワー溢れるダンスで今後の活躍も期待させてくれるものでした。次はラニカイフラスタジオ様によるフラダンスです。大人の女性は浴衣でしっとり、子供たちはフラドレスで元気よくとてもキュートに踊られておりました。南の島に行ったかのような穏やかな雰囲気の後には、やんさ太鼓保存会様の登場です。勇壮な演奏はお祭りにはぴったり。踊りもありの力強い演奏でした。大トリは水戸藩 YOSAKOI 連様です。なんといっても躍動感がすごい YOSAKOI です。静から動へのものとてもかっこ良かったです。ボランティアの皆様のおかげで、今年のひまわり祭も大成功に終わることができました。本当にありがとうございました。

イベントディレクター：大山 修平、石 隆樹

やはり祭の
フィナーレ
は花火！

