

くるみ館・あんず館 広報誌

よつば

第45号

令和2年5月発行



くるみ館、新入職員一同！



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

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」も早いもので、今年で5年目になります。毎月第2・4木曜日に河和田第2集会所で、「シナプソロジー」や「スクエアステップ」にて介護予防を行って参りました。

現在、コロナウイルスの影響から開催が難しい状態となっています。その為、自主トレとして行っていた体操や脳トレ課題をバージョンアップして、体操のDVDのご提供をさせて頂きたいと考えております。

習慣化していた自主トレを、毎日欠かさずに行い、「エンジョイかわわだ」が再開できるまでの間、ご自宅にて介護予防に努めて頂ければと思います。介護予防や認知症予防にご興味をお持ちの方は、是非、くるみ館迄ご連絡ください。

リハビリテーション課 河原井



地域支援講習会

昨年12月の地域支援講習会は、介護福祉士の橋本が講師として行いました。講演を聞いた後、実際に体操を行いました。「体を動かす講習会も楽しい！」「為になる！」などの声が上がりました。

今年の2月には、介護福祉士の柏井が講師として行いました。今回は、認知症の中でも「アルツハイマー型認知症」について講演を行いました。笑顔を作るだけハッピーになれるそうです！コロナウイルスの影響で不安な日々が続いていますが、生活の中で楽しみを見つけて、「ハッピー」と感じられる日々を送っていきましょう！

あんず館 飯野

連載4コマ



「地域支援講習会」

※コロナウイルス感染防止の為、地域支援講習会、並びにエンジョイかわわだは、現在、開催を中止させて頂いております。

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。
新緑の美しい季節になってまいりました。
現在、世界各地では、新型コロナウイルスが猛威を振っています。くるみ館、あんず館では、日々感染予防に努めております。皆様も、以上の感染予防に努めて頂き、健やかにお過ごし頂きたいと思っております。
最後になりましたが、今年度も、『よつば』をよろしくお願ひ致します。

相談室 関根

編集

後記



What's 介護保険 Vol.7 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。



◆年金額0.19%引き上げへ 2020年度

厚生省は、2020年度の公的年金の受給額を2019年度比で0.2%引き上げると発表した。国民年金は40年間納めた満額の場合、6万5141円(+133円)、厚生年金は夫婦2人のモデル世帯で月額22万724円(+458円)になる。

◆新型コロナ 未感染地域でも利用控え(4月13日シルバー産業新聞)

全国的な感染拡大を受け、クラスターが発生していない地域でも利用控え、サービス制限が出始めている。社会福祉法人奉優会(東京都世田谷区)は、本人・家族の意向で5人が全サービスの利用を一旦中止。「訪問も拒否されており、現状提供するサービスがない状態」と担当者。ケアプラン料も含め月10万円の減収になると話す。

また、東京都あきる野市の社会福祉法人では、デイ登録者100人中5人が3月中の利用控えも判断。訪問等への切替えによるサービス提供は現時点で行っていない。一方、周辺施設のショートステイ休業や新規受入れ拒否の結果として、通所の回数が増えた利用者もいるという。

「他事業所との話題に上がるのは、仮に休業要請を受けた場合にどうするかということ。非常に悩ましい」と同法人担当者。「利用者のことを考えると全面休業は難しい。当法人は配食サービスもあり、これらもどう上手く活用するか。事業所間で人材をカバーし合うような、地域での協力体制も必要だろう」と述べる。

神奈川県鎌倉市で単独居宅も運営するケアマネジャーは、入浴が一番の課題に挙げ「デイの代替サービスで、訪問入浴介護を新たに利用している人も出てきた」と述べる。「心配なのは、認知症の進行と下肢筋力低下による歩行機能の衰え。長引けば家族介護者も疲弊してしまう」。

◆3/8ケアマネ試験 1万540人受験 新型コロナ影響、東京4割受験せず(4月17日シルバー産業新聞)

第22回介護支援専門員実務研修受講試験の再試験が3月8日に実施され、1万540人が受験した。昨年10月の受験者数との合計は4万1049人で、大幅に減少した前回から、さらに8000人超、下回る結果となった。

昨年10月の試験は大型台風の接近で13都県が実施を見送ったほか、交通機関が影響を受けて会場にたどり着けない人もいた。受験ができなかった人への対応として18都県で再試験が行われた。

しかし、新型コロナウイルスの影響が広がる中、受験を辞退する場合に受験料を返還すると事前にアナウンスしていた自治体もあった。東京都では3727人が申込みをしていたにも関わらず、4割にあたる1595人が受験しなかった。前回、申込みもして当日試験を受けなかった数は534人と1割強だったのと照らすとかなり高い割合だ。

再試験の合格発表は4月21日。10月実施試験の合格者はすでに発表されており5644人。合格率は過去最低だった前回から8.4ポイント回復し、18.5%だった。

令和元年度 くるみ館&あんず館

ご利用者様アンケート結果報告

サービス向上委員会では、サービスの質の向上を図る為、くるみ館、あんず館のご利用者様・ご家族様に率直なご意見をお伺いするアンケートを毎年実施しております。今年度も、多くのご意見を寄せていただきました。ありがとうございます。これからも、お褒めのコメントも多数頂戴することができました。ありがとうございます。職員にとって何よりの励みになります。紙面の都合上、掲載できる数が限られた範囲となりました。こと、何卒ご了承ください。また記名でアンケートにお答えいただいたご利用者様、ご家族様につきましては、後日、直接回答させて頂くことを申し添えさせていただきます。

くるみ館あんず館
サービス向上委員会

◎入所	82 枚配布	27 枚回収	回収率	32.9%
◎短期入所	34 枚配布	9 枚回収	回収率	26.4%
◎通所リハビリ	179 枚配布	82 枚回収	回収率	45.8%
◎あんず館	44 枚配布	36 枚回収	回収率	81.8%
◎訪問リハビリ	113 枚配布	46 枚回収	回収率	40.7%
◎訪問介護	78 枚配布	30 枚回収	回収率	38.4%
◎訪問看護	35 枚配布	18 枚回収	回収率	51.4%
◎居宅支援	162 枚配布	65 枚回収	回収率	40.1%

【入所】

Qご利用者様への職員の対応は丁寧ですか？

良い	84%
やや良い	8%
普通	8%
やや悪い	0%
悪い	0%

・いつでも職員の丁寧な気持ちよく対応してくれます。

Qリハビリ職によるリハビリに満足されていますか？

はい	67%
いいえ	0%
どちらでもない	33%

・体調の変化等にも細かく対応してくださる感謝です。足の浮腫みを取る運動をしていただきました。体調不調時や緊急以外の連絡は、事前に可能な時間帯、曜日等を確認していただけると助かります。

【短期入所】

Qご利用者様への職員の対応は丁寧ですか？

良い	67%
やや良い	33%
普通	0%
やや悪い	0%
悪い	0%

・大変なお仕事ですが、宜しくお願いいたします。

Q体調不良時や緊急時などの施設から連絡や対応は迅速、適切ですか？

はい	100%
いいえ	0%
どちらでもない	0%

・介護は良くしていただいている様です。リハビリは大変満足しています。療法士の方々が良く指導してくれています。感謝しています。通り一遍のリハビリではなく、もっと力を入れてやっていただきたい。

【通所リハビリ】

Qご利用者様への職員の対応は丁寧ですか？

良い	64%
やや良い	7%
普通	17%
やや悪い	0%
悪い	0%

・職員の皆さんが良く教育訓練されていることに驚いています。

・療法士の方々の対応が優しくてトレーニングに満足しています。今後とも宜しくお願いいたします。

Qマシントレーニングに満足されていますか？

はい	71%
いいえ	5%
どちらでもない	24%

・時間を有効に使いたいので(マシントレーニング等)、リハビリや脳トレが何時から始まるのか事前に知りたい。

～リハビリの極意～ Vol.8

現在、新型コロナウイルスが流行しておりますが、皆さんいかがお過ごしですか？感染拡大防止のため、老人クラブなど、『通いの場』の活動自粛や外出の機会が減り、運動不足や人との交流の機会が少なくなっていないでしょうか？「動かない」（生活が不活発）状態が続くことにより、心身の機能が低下し「動けなくなる」ことが懸念されます。

転倒などを防止するためにも、日頃からの運動が大切となってきます。今回は、自宅で取り組める介護予防のセルフケアについて、ご紹介させていただきます。

リハビリ課 作業療法士 久保友也

【訪問リハビリ】

Q リハビリの内容に満足されていますか？

はい	100%
いいえ	0%
どちらでもない	0%

Q リハビリの目標に満足されていますか？

はい	92%
いいえ	3%
どちらでもない	5%

・ 本人の体調に合わせて工夫してリハビリをしています。
・ 本人だけでなく家族を含めてケアしていただき有難かったです。
・ 訪問を楽しみにしています。

【訪問介護】

Q 訪問介護にご自分の意見や要望を気軽に聞ける事ができますか？

はい	83%
いいえ	0%
どちらでもない	17%

Q ヘルパーが援助することで、自分でできることは増えましたか？

はい	42%
いいえ	11%
どちらでもない	47%

・ ヘルパーさんが見えになると嬉しくなります。
・ 連絡帳への記入等で家族も様子がわかり、喜んでおります。

【訪問看護】

Q 専門用語を使わずに分かりやすく説明していますか？

はい	94%
いいえ	0%
どちらでもない	6%

Q 訪問看護を利用することで、以前より安心できる生活になっていますか？

はい	94%
いいえ	0%
どちらでもない	6%

・ とても助かっています。
・ よくやってくださるので助かります。
・ 大変よくしていただいております。

【居宅介護支援】

Q ケアマネの介護保険やサービス利用説明は分かりやすいか？

はい	98%
いいえ	0%
どちらでもない	2%

Q 相談に対して、ケアマネジャーはすぐ対応していますか？

はい	97%
いいえ	0%
どちらでもない	3%

・ 担当ケアマネの笑顔が素敵です。
・ すぐに手配していただき安心して信頼しています。
・ 適切なアドバイスいただき、安心な毎日過ごせています。

【あんず館】

Q 職員の挨拶や言葉遣いは丁寧ですか？

良い	89%
やや良い	3%
普通	8%
やや悪い	0%
悪い	0%

Q 行事には満足されていますか？

はい	94%
いいえ	0%
どちらでもない	6%

Q 食事の内容と量に満足されていますか？

はい	78%
いいえ	3%
どちらでもない	19%

・ 玄関の花や外の花壇の手入れが行き届いていて、折々の季節を感じ、癒されます。

自宅で
できる♪

おすすめ筋トレメニュー

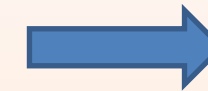
- ・ ゆっくり8秒声に出してカウントしましょう
- ・ 10回で1セット、週に3回以上が目標

＊痛みがある場合や体調が悪い場合は、無理をせずしっかり休養を取りましょう。

◆スクワット 下半身の筋肉を良く鍛える



4秒間かけて股関節に意識をかけて腰を落とし、4秒間かけてもとに戻す。

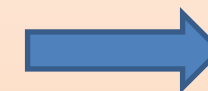


足腰が弱い人はイスを使いましょう。

◆膝の伸ばし 衰えやすい「大腿四頭筋」を鍛える



足が床と並行になるように力を入れて4秒間で上げ、4秒間かけて元に戻す。



左右それぞれ10回ずつ繰り返す

◆もも上げ 腹筋と股関節を曲げる筋肉を鍛える



膝に力を入れて4秒間かけて胸に近づけ、4秒間かけて元に戻す。



左右それぞれ10回ずつ繰り返す

くるみ館・あんず館



柴沼 利行人

- ①介護課
- ②音楽鑑賞
- ③利用者の立場に立ち、思いやりを持って介護を行えるようになる。



入江 晴貴

- ①介護課
- ②映画鑑賞
- ③ご利用者様が安心して楽しく過ごしていただけるよう精進していきたい。

新人職員紹介



関 実咲

- ①介護課
- ②野球観戦
- ③一人で仕事がこなせるようになる。利用者様と信頼関係を築けるようにする。



大内 穂乃佳

- ①介護課
- ②音楽鑑賞・YouTube を見る事
- ③利用者様に頼ってもらえるような人になりたいです。よりよい生活を送ってもらえるように努力をしていきたいです。



野口 奈々子

- ①給食課
- ②料理
- ③思いやりの心をもって食事を提供する事。

職員アンケート

- ①所属部署
- ②趣味
- ③今後の目標



陽春の候、皆様におかれましては益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。

さて、今年は介護課に四名、給食課に一名の合計五名の職員が入社いたしました。皆非常に明るく元気で笑顔が素敵な職員です。この場をお借りいたしましたして簡単ではございますが、ご紹介させていただきます。

新人職員は、四月一日付でくるみ館に配属されました。くるみ館内における新人職員研修に参加し、福祉・医療・介護の基本を学びました。

現在は、各担当部署において、実際の業務にあたり、知識取得、技術向上に日々精進しているところであります。

まだ慣れない面も多々ありますが、笑顔と若さ溢れる力で、ご利用者様のお手伝いをさせていただいておりますので、ご指導・ご鞭撻のほど、よろしくお願い申し上げます。