

くるみ館・あんず館 広報誌

よつば

第48号

令和3年5月発行



くるみ館、新人職員2021



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

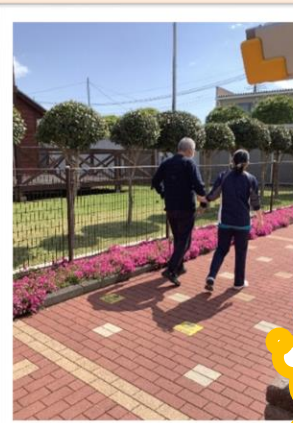
TEL 029-255-4774 FAX 029-255-5888



通所リハビリテーション ～体操・個別の様子～



みんなで体力
筋力UP!!!



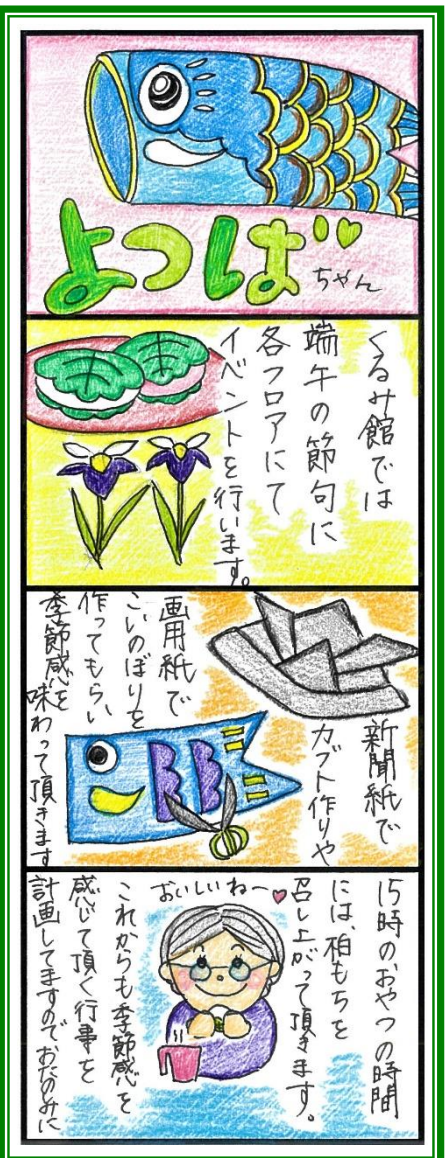
晴れている日は
外気浴で気分リ
フレッシュ!



通所リハビリでは、ご利用者様の体力・筋力アップを目指して、タオル体操やセラバンド等を使用している体操や目標や希望に応じて、個別での歩行や階段昇降・嚥下体操等を行っております!

通所リハビリ課 土田・植崎

連載 4コマ



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。
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蔓延し続けている状況です。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、引き続き感染予防に努めて頂き、健康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、これからも『よつば』をよろしくお願ひ致します。
相談室 関根



「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。

What's 介護保険 Vol.10 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。



◆「介護施設職員の感染防止が重要」 厚労省助言委、改めて指摘

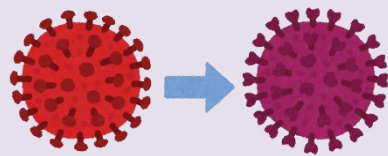
新型コロナウイルス対策を助言する厚生労働省のアドバイザリーボードは4月27日、直近の感染状況を分析した新たなレポートを公表した。

「感染者の増加に伴い、医療機関や福祉施設のクラスターも多発している」と指摘。「施設職員の感染防止が重要」と改めて呼びかけた。

厚労省が4月28日に公表した最新のデータによると、これまでのクラスター発生件数は4月26日時点で医療機関が1086件、福祉施設が1781件。福祉施設の内訳は、高齢者福祉施設が1317件、障害者福祉施設が151件、児童福祉施設が313件となっている。

高齢者福祉施設は企業や飲食店よりも多い。現場はぎりぎりの環境下で懸命の努力を続けているが、クラスターを防ぎきることは難しいのが実情だ。

アドバイザリーボードは今回のレポートで、施設の感染防止策の徹底や発生時の迅速な対応、職員の定期的な検査、軽い症状でも迅速に検査できる体制の整備などを改めて要請した。



◆介護保険10年の現状 3.11 東日本大震災 人口減少で費用額マイナスに

未曾有の被害となった2011年3月11日の東日本大震災から10年が経過した。岩手県・宮城県・福島県の被災地域の介護保険サービス状況は、震災による人口減少の加速によって厳しいものになった。岩手県の被災8市町村では、訪問介護の費用額はこの10年で17.5%減少、同じく通所介護も29.5%減少になった。同期間、訪問介護は全国で30.2%増に、県内被災地以外で56.6%増に、通所介護については全国で8.2%増に、県内被災地以外で8.2%増に、それぞれ利用が増進している。市町村で見ると、陸前高田市の訪問介護は45.1%減に、岩泉町の通所介護は59.2%減になった。



令和2年度 くるみ館&あんず館

ご利用者様アンケート結果報告

くるみ館あんず館
サービス向上委員会

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、多くのご意見等をお寄せいただきました。ありがとうございます。これからも、多くの改善につなげて参ります。また、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。職員にとっても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、直接回答させていただきます。

◎入所	79 枚配布	29 枚回収	回収率	36.7%
◎短期入所	28 枚配布	13 枚回収	回収率	46.4%
◎通所リハビリ	165 枚配布	129 枚回収	回収率	78.1%
◎あんず館	43 枚配布	41 枚回収	回収率	95.3%
◎訪問リハビリ	128 枚配布	63 枚回収	回収率	49.2%
◎訪問介護	80 枚配布	29 枚回収	回収率	36.2%
◎訪問看護	32 枚配布	11 枚回収	回収率	34.3%
◎居宅支援	186 枚配布	97 枚回収	回収率	52.1%

【入所】

Q ご家族様に対する職員の接し方や対応は丁寧ですか？

良い	90%
やや良い	10%
普通	0%
やや悪い	0%
悪い	0%

・とてもよく対応して頂いているので、母を安心して預かって頂いています。ありがとうございます。

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	93%
いいえ	0%
どちらでもない	7%

・施設内で転倒し、指を擦りむいた等の報告も頂き、むしろ恐縮です。細かな出来事まで、ご連絡頂く事により、家族としては、より一層安心して居られます。感謝の一言です。

・特変な出来事があれば迅速にご連絡を頂き安心しております。

【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	92%
やや良い	0%
普通	0%
やや悪い	8%
悪い	0%

・担当の職員の方も外の職員さんも優しく対応してくださっています。

・荷物検査、洗濯物のたため方とても丁寧で恐縮します。

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	83%
いいえ	0%
どちらでもない	17%

・いつも質の高いリハビリありがとうございます。

【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	74%
やや良い	5%
普通	19%
やや悪い	1%
悪い	1%

・本人（利用者）の朝、機嫌が悪い時でも和ませてくれたりして楽しそうに迎える車に乗る事ができています。

・朝から本人（利用者）の心配をしないで済むので助かります。

Q マシントレーニングに満足されていますか？

はい	74%
いいえ	4%
どちらでもない	22%

・体力変化や質問に即応えて頂きありがたいです。向上も感じ感謝します。

～リハビリの極意～ Vol.11

皆さんいかがお過ごしでしょうか？変異型のコロナウィルスの流行もあり、外出も控え、ストレスも多く抱えていることかと思われます。リハビリの極意では、少しでもみなさんのお役に立てればと思っております。今回のテーマは、「握力」についてです。現在、様々な病気による死亡リスクと『握力』には、強い関係があることがわかってきました。握力が弱い人たちは、平均値の人たちよりも病気による死亡リスクが高くなってしまいうそうです。

握力は、腕のごく一部の筋肉の強さを表しているだけなのに、なぜ全身の健康状態と深い関係があるのでしょうか。その秘密を探ることで、筋肉そして握力が持つ不思議さが見えてきます。握力は、全身の筋肉の量を反映する「バロメーター」と呼ばれており、全身の筋肉量低下を知る手がかりとなりえるのです。高齢になっても握力を保ち、健康な体を作る方法をご紹介します！

リハビリ課 作業療法士 久保友也

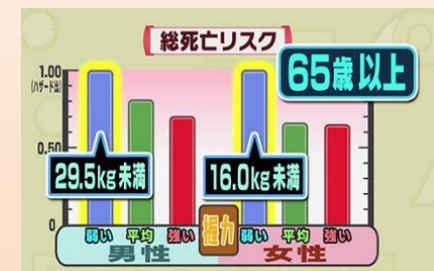
握力は全身の筋肉量を反映する指標に！

ヒトは、5本の指を複雑に動かすことができるよう進化したため、指を握るために使う筋肉は非常に細い筋肉ばかり。握力を鍛えようとしてその筋肉に「筋トレ」を行っても、効果が出にくいとされています。そんな握力が、全身の筋肉量を反映するというの一体どういうことなのでしょう？スクワットなど、全身の大きな筋肉を継続して動かすと、体内で筋肉を合成する物質が作られます。そうした物質がたくさん出ていけば、握力もアップしますが、逆に全身の筋肉をあまり動かさず筋肉を合成する物質が出ていないと、握力だけを単独で鍛えることは難しいため、握力は上がりません。その為、握力を計ることで、日頃から全身の筋肉を動かしているかどうかを推し量ることができる、つまり全身の筋肉量を反映している、と考えられるのです。

筋肉は、手や足以外にも、呼吸に関係する呼吸筋、心臓を動かす心筋、胃や腸を動かす筋肉、さらには血管の一本一本に至るまで、全身のあらゆる場所にあります。握力は、これら体全体の見えない筋肉の量まで反映し、それが生活習慣病をはじめとする様々な病気のリスクを予測することに繋がっているのではないかと考えられています。



全身運動を継続すれば握力もUP！



腕だけでなく、スクワットなどの少し負荷が強めの運動を継続的行っていれば、握力もアップさせることができます。九州大学では、福岡県糸島市で体力が平均以下だった高齢者に向けて、“椅子に座ってゆっくり足上げ運動をする”などの運動を数種類・3か月間指導したところ、ほとんどの人で体力測定の数値が向上。握力も同時にアップしました。

特に高齢者の方は、軽いスクワットやウォーキングなど、痛みを伴わない運動からはじめ、徐々に強めの運動を行うことをオススメします。

【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	95%
いいえ	2%
どちらでもない	3%

Q リハビリの目標に満足されていますか？

はい	90%
いいえ	2%
どちらでもない	8%

・リハビリの事、体の不調の事、いつも色々教えてください。頂き本当に感謝しています。

・分からない事を聞くところでも答えて頂けます。良く勉強して優しくて私の名医です。感謝でいっぱいです。

【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	86%
いいえ	3%
どちらでもない	11%

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	72%
いいえ	11%
どちらでもない	17%

・仕事が統一しており安心してサービスが受けられました。

・連絡帳への記入等で家族の様子もわかり、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	100%
いいえ	0%
どちらでもない	0%

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	100%
いいえ	0%
どちらでもない	0%

・いつも親身になってお話し下さり、感謝致しております。何事の時も適切に訪問下さる事に安心感をもつて暮らしています。

【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	96%
いいえ	0%
どちらでもない	4%

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%

・何かありましたら夜でも結構ですから電話をして下さい。すぐにお伺いします。」と携帯番号を教えて下さいました。この言葉に安堵しました。

・いつも優しく対応して頂き、感謝しています。

【あんず館】

Q 職員の挨拶や言葉遣いは丁寧ですか？

良い	61%
やや良い	2%
普通	37%
やや悪い	0%
悪い	0%

Q 行事には満足されていますか？

はい	79%
いいえ	3%
どちらでもない	18%

Q 食事の内容と量に満足されていますか？

はい	67%
いいえ	8%
どちらでもない	25%

・職員に声をかけて頂き元氣になります。

くるみ館

新人職員紹介



箕輪 真衣

- ① 介護課
- ② 音楽鑑賞
- ③ 利用者様に信頼や安心して頂けるようにコミュニケーションをとっていきたい。介助面での不安を無くせるように沢山の介助に関わっていきたい。



松原 菜々花

- ① 介護課
- ② 映画鑑賞、ドライブ
- ③ 常に自分自身の課題を見つけながら、一つ一つ解決していきたい。また小さな気配り、目配りを行い利用者様、先輩方に少しでも力になるような介護士になりたい。



宮本 千里

- ① 介護課
- ② 音楽鑑賞、ドライブ
- ③ いつも笑顔で元気に頑張りたい。先輩職員や、多職種の方と協力して介助のスキルアップを目指す。

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、今年は介護課に三名、給食課に二名、リハビリテーション課に二名の合計七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て簡単ではございますが、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。現在は各担当部署において、施設内研修や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す。

新人職員は、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。

地域サービス委員会



清水 萌絵

- ① リハビリ課
- ② テレビ鑑賞
- ③ 仕事内容を少しでも早く覚える。利用者様に顔と名前を覚えてもらう。



佐藤 豪人

- ① リハビリ課
- ② 運動、ジム、音楽鑑賞
- ③ いち早く仕事に慣れ、利用者様との信頼関係が築けるよう努める。



信田 菜々子

- ① 給食課
- ② 旅行、ライブ、舞台鑑賞
- ③ 皆様の笑顔の源になれるような美味しくて元気が出る食事の提供に努めたい。食事の時間を楽しいと思ってもらえたら嬉しい。



光武 佐智代

- ① 給食課
- ② YouTube 鑑賞、バスケ
- ③ 1~2 年以内に現在の業務を円滑にこなせるようになりたい。

職員アンケート

- ① 所属部署
- ② 趣味
- ③ 今後の目標

