

医療法人 健生会

介護老人保健施設



リハビリテーション

広報

ことごとことごと

7月

10日号 No.37

2015 なつ

【施設理念】

『利用者様の尊厳を尊重し、安心安全で質の高いサービス』を提供します。



みたらし白玉のタレは
ダレが作った？
美味しいよ。



気持ちがいいよね。



上手に丸めて
頂戴ね。



リハタン写真館

天気がいいから、
バスレクに行ったのさ。



お花の苗を
植えています。





百寿のお祝い

米内 ナヲ さま



この4月15日に、通所リハビリで目出度いお祝い事がありました。通所リハビリを利用されている米内ナヲさんが目出度く100歳になられました。通所の利用者さん、職員皆でお祝いしましたよ。米内さんは今も歩行器を使用して、しっかりした足取りで歩いておられます。これからもお元気でお過ごしてくださいね。

「おかげ様で今まで身体で痛いところもないし、血压以外何も悪い所ありません。予防接種以外注射もしたこともないです。皆さんもお土産がもらえるように（百歳のお祝いのお花や品のことですね^m^）100まで元気でいてください。今日は本当にありがとうございました。」



毎月第1・3月曜日に市内から床屋さんが来てくれています。入所さんの好みの長さや髪型などを聞いて、丁寧にステキにカットや顔そり、毛染めなどを行ってくれます。とある利用者さんは「すごくサッパリした。」と髪を切り、気持ちもリフレッシュしたと喜ばれていました。カットが終わった利用者さんは鏡を見てニコリ満足して帰られます。



ふれあい看護体験



5月12日は「看護の日」です。

その5月12日、リハビリタウンくじに県立久慈高校の高校生3名が「看護体験」に来てくれました。介護施設での看護師の役割は「生活の場として健康管理や予防」をすることと説明され、口腔ケアや水分補給などをお手伝いし入所者さんとコミュニケーションをとりました。最後に、今は電子式に取って代われ、ほとんど使われなくなってしまった水銀式の血压計を使って看護師の指導のもと、血压測定も体験しました。微かに聞こえる拍動音に耳を澄まして、血液が流れている、生きていることを実感しました。その他、施設で働く看護師以外の療法士や栄養士などの見学もすることができました。

※ふれあい看護体験…病院や介護保険施設等において、県民が看護師の看護を実践しているところを見学や体験を通して、医療・看護・介護について考えていくきっかけを作り、患者さんとのふれあいを通して、看護することや人の命について理解と関心を高めていただくための機会として提供することを目的としています。



※リハタンの姉御「房子さん」



「為せば成る、
為さねば成らぬ
何事も。」…よ。

全国老健大会において 奨励賞を受賞！

平成26年10月に開催された老健の祭典「第25回全国介護老人保健施設大会岩手」において1,223題にもおよぶ演題発表の中から当施設の泥崎有美さんが発表した「美味しいをいつまでも～経口摂取、経管栄養の併用で学んだ事～」が奨励賞に選ばれたとの通知を受けました。この演題抄録は施設ホームページ

[\(http://rehabilitown-kuji.jimdo.com/\)](http://rehabilitown-kuji.jimdo.com/)

からもダウンロードしてみることが出来ますよ。今後ますますの活躍を期待しています。

コラム



Think about... 

夏目雅子の寿命

施設長 六本木 義光

夏目雅子は美人薄命を絵に描いたような伝説的女優ですね。

その夫、伊集院静^{いじゅういんしずか}の自伝的小説でテレビドラマにもなった「いねむり先生」をご存知の方も多いでしょう。伊集院が結婚から1年で夏目雅子を亡くし、生きる望みもなくアルコールに溺れ荒れた生活をしていたとき、友人の黒鉄ヒロシに「是非、逢わせたい人」と紹介されたのがいねむり先生（作家の色川武大のこと。阿佐田哲也の名で「麻雀放浪記」なども書いた）。

一緒に旅に出て競輪をして回ったり、麻雀や賭け事したり、いねむり先生といると、不思議に心が安らいだ。それでも妻との死別という事実から立ち直ることができない伊集院に、いねむり先生はこう言います。

「人は病気や事故で亡くなるんじゃないそうです。人は寿命で亡くなるそうです。」

この言葉のあと伊集院は、いつしか癒され生きる力を取り戻していくというお話です。

ここでの「寿命」は、それぞれの人にあらかじめ決められ与えられた命の長さのことでしょうか。

生物学的な人間の寿命は125年とか諸説あるようですが、個々の寿命は遺伝、環境、生活習慣などの影響で決まると言われます。自分の意思で変えることができるのは食事、運動、喫煙などの生活習慣ですね。健康診断の結果が届いたら、与えて頂いた命を全うできるように生活習慣を見直しましょう。あれ、ちょっと脱線しました。

夏目雅子の寿命は約27年9か月。短かったな。



職員紹介インタビュー



介護福祉士
小林 宗太郎 さん

- ① 久慈市
- ② 林道、山の中のドライブ
- ③ 「ひたむき」
- ④ 水着で洗車。たまりません (>_<)
- ⑤ 犬（何でも最初に匂いを嗅ぐ癖があるから）
- ⑥ いろいろ皆さんに迷惑をかけると思いますが、一生懸命頑張りますので、よろしくお願ひします！気軽に話しかけて頂けると嬉しいです。

- ① 出身地 ② マイブーム
- ③ 好きな言葉 ④ あなたの夏の楽しみ方
- ⑤ 自分を動物に例えると？ ⑥ 一言どうぞ。



事務員
権谷 あき さん

- ① 久慈市
- ② DVD鑑賞
- ③ 「健康第一」
- ④ アイスを美味しくいただく
- ⑤ 猫（よく寝るから）
- ⑥ からないことだらけですが、精一杯頑張ります！



シリーズ 家族介護教室

第19回



正しい薬とのつきあい方

正しい服用



お医者さんから処方されてもらった薬。その薬、いつ、どのように、どれだけ、いつまで飲むのかちゃんと知っていますか？薬が持つ効果を安全に、そして最大限に引き出すのに一番大切なことは、用法用量を守る正しい服用です。食間を食事中だと思っていた人は注意！意外と知らない正しい薬の飲み方について取り上げます。

正しい服用の「5つのポイント」

正しい
タイミング

食前、食後、食間、頓服など決められた時間を守りましょう。

正しい
期間

治ってきたから大丈夫と自己判断で服用を中止するのはやめましょう。指示があった期間は服用を続けるのが基本です。

正しい
量

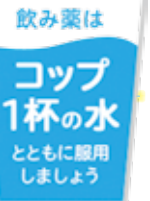
自己判断で飲む量を増やしたり減らしたりするのは避けましょう。

正しい
飲み合わせ

一緒に飲んではいけない薬、食べ合わせがよくない食品があります。

正しい
方法

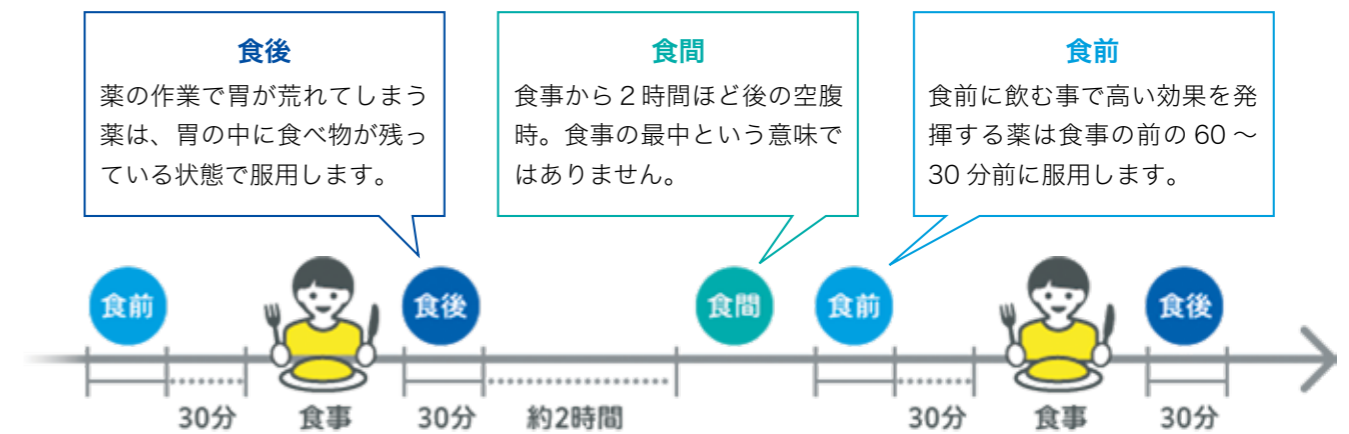
飲み方はコップ一杯のお水で飲むのが原則。必ず薬に合った正しい飲み方が大切です。



正しいタイミングを知ろう

薬を飲む時間には主に3つのタイミングがあります。

朝昼晩の食事にあわせて



指定された時間に

「〇〇時間おきに内服」や「〇〇時に内服」といった時間を指定される場合があります。検査前投与の薬の時間を間違えて服用すると、検査ができないこともあります。

痛みなどの症状がでたときに

解熱剤や咳止めなど、その症状が出たときだけに飲むもの。頓服薬（とんぷくやく）と呼ばれています。

日本では用法用量通りに飲んでいる人は2~3割と言われ、無駄になっている薬代は年間約500億円にもなるそうです！（※日本薬剤師会調べ）また、飲み残したために病気が早く治らず、治療が長引いているケースもあるのではないのでしょうか。薬は用法用量を守ってこそ効果を発揮するものです。自分の身体のためにも、処方された薬は飲み切りましょう。

施設からのおねがい

東北地方も梅雨に入り肌寒い日が続いておりますが、みなさまにはいかがお過ごしでしょうか。この広報が皆さまのお手元に届くころには暑い夏が到来しているころと思われます。温暖化の影響からか、年々暑さが厳しくなっているように感じます。この頃になりますと毎年施設からお願いしていることですが、改めて今年もご面会の際には差し入れ等について次のことにご配慮くださいますようお願い致します。

- ① 刺身・握り寿司など生ものの持ち込みはご遠慮ください。水菓子や煮物などは利用者様と一緒に食べて頂き、お召し上がり後は必ずお持ち帰りください。
- ② プリンやゼリー、飲み物などは、賞味期限をよく確認して選びましょう。冷蔵庫等で保管する用意もございますので、必ず職員にお声をおかけください。

今年は晴れるといいね。



夏祭りのご案内

日時：平成27年7月31日（金）
18:00～

ところ：施設前広場
(雨天の場合は通所リハビリ室)

内容：職員余興
大盆踊り大会

今年もありますリハタン夏祭り！
皆さんの参加、お待ちしております！



近況報告

様
のご家族様へ

こちらには介護・看護担当者より利用者一人ひとりのご家族にむけたメッセージが手書きされています。

担当：



医療法人 健生会
介護老人保健施設

リハビリタウンくじ

〒028-0014 岩手県久慈市旭町8-100-2
TEL:0194-53-0056(代)
FAX:0194-52-8660
URL: <http://rehabilitown-kuji.jimdo.com/>

〈お問い合わせ先〉



指定居宅介護支援事業所

TEL:0194-53-6855
FAX:0194-52-8660

訪問看護ステーション

TEL:0194-75-3374
FAX:0194-52-8660

☆当施設ではよりよいサービスを提供できるように職員一同、日々努力しています。

☆入所、通所サービス、また介護保険全般について、苦情・お困り事・ご質問等、また施設見学、サービス利用の相談等ございましたら、お気軽にご連絡ください。

