



リハビリタウンくじ

広報誌

てとてとて

〒028-0014 岩手県久慈市旭町 8-100-2 TEL: 0194-53-0056 FAX: 0194-52-8660
ホームページ: <https://rehabilitown-kuji.jimdofree.com/> ぜひご覧下さい!!

～ 広報誌 てとてとて の由来～

利用者と家族・地域の皆さん・職員が手を携えて歩みましょうとの思いを込めて名付けました。

開設 15 周年記念特別号

撮影場所：横沼展望台（久慈市侍浜町）

～ 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。

施設方針

やさしさに出会う施設を
やすらぎに出会う施設を
生きがいに出会う施設を 目指しています。
医療・介護・福祉の人材育成に努めます。

Contents

- 巻頭文（理事長・施設長挨拶）…………… 2～3
- リハタンINFO…………… 4
- 特別企画リハタンフォトストーリー…………… 5～6
- 職員紹介…………… 7
- 家族介護教室（コロナ）…………… 8～9
- お知らせ、編集後記…………… 10

広報誌「てとてとて」Vol.56
令和2（2020）年5月20日発行
編集・制作：広報委員会
発行責任者：叶朋洋

「リハビリタウンくじ開設15周年に寄せて」

医療法人 健生会 理事長 竹下 敏光

この令和2年4月1日、リハビリタウンくじは設立15周年を迎えることができました。これもひとえに、岩手県や久慈市の多大なるご尽力と地域の皆様をはじめ、ご利用者様のご協力、加えて職員諸兄の努力があればこそここまで来れました。心から感謝申し上げます。

当施設は、リハビリ施設が欲しい、という地域住民の要望に応えるべく、久慈市、岩手県との2年間の協議を経て、そのご理解を頂き建設されました。当初、入所80名、通所20名の定員で開始しましたが、岩手県では初となる、全室個室型ユニットケアを取り入れ、注目されました。全室個室型ユニットケアの導入にあたっては、これからの介護施設は、プライバシーを守ることが重要で、ユニットケアにすることにより、より良いケアができると思ったからです。また、当初から訪問リハビリテーションにも取り組んでまいりました。

その後新棟を増築し、入所定員114名、通所定員45名に増え、居宅介護支援事業所、訪問看護ステーションを併設して、現在に至っています。その間、60名で開始した職員数は、120名と2倍に増えております。

当施設の職員は皆、強い思いやりを持っており、地域の皆様の幸せを考えて、仕事に励んでおります。また、向上心が強く、新しいことの導入にも熱心です。その結果、看取りや介護職員による喀痰吸引も積極的に行うようになりました。手前味噌で恐縮ですが、お陰様で当施設は地域の皆様から愛され、信頼される施設として成長してきたと思っております。

さて、高齢の方が益々増加し、医療や介護資源には限りがあるので、限りある資源を有効に活用し、地域住民も参加する、地域包括ケアシステムの構築が急務となっております。地域包括ケアシステムで最も重要なのは、在宅診療です。リハビリタウンくじは、以前より訪問リハビリテーション、訪問看護に取り組んでおりますが、この度、地域からの要望のありました訪問看護の24時間対応に定めるべく機能強化を図っておりその手続きを行っております。また、訪問診療は医療法人健生会で運営している、竹下医院で対応しております。

15周年の節目を迎えるに当たり、リハビリタウンくじは、これまで以上に皆様のお役に立てるよう、努力してまいります。今後とも皆様のご助言、ご協力の程、よろしくお願い申し上げます。

「リハビリタウンくじ開設15周年に寄せて」

介護老人保健施設 リハビリタウンくじ 施設長 細谷地 昭

この度、リハビリタウンくじは開設15年を迎えることになりました。江戸の昔であれば元服し成年として一人立ちする年であります。誠におめでとうございます。わたくしも施設長として就任しちょうど1年になりました。

就任以前は医師として日々患者様の治療に専念しておりましたが、就任後は高齢の方を介護する立場になりあまりに激しい状況の変化に最初はどうなることかと緊張の1年間でしたが、こうして無事に職員と共にリハビリタウンくじの15周年を迎えることができたことに安堵しております。

想えば、竹下理事長を中心に大泉先生はじめ、故織茂先生、大橋先生、六本木先生の歴代の施設長や加えて職員の日々の努力が築き上げた土台があればこそ、ここまで来られたと考えております。

私事ではありますが、就任以来特に力を入れてきたことは、アドバンス・ケア・プランニング(Advance Care Planning: ACP)です。ACPとは利用者さんの人生観や価値観を考え、希望に沿った将来の医療やケアをすることを目標にした話し合いのプロセスのことです。本来は利用者さん本人との話し合いが大切ですが、入所される方は意思決定がしづらくなっており、本人に代わって家族や近い人と医療・介護ケアチームが、繰り返し話し合いを行い、患者さんの意思決定の支援をさせていただいておりました。それと関連して施設での緩和ケアや看取りに対しても努力してきました。

これからも、施設理念の「利用者様の尊厳を尊重し、安心安全で質の高いサービス」の提供を実現するために頑張りたいと思います。どうぞよろしく願いいたします。



新型コロナウイルス感染 (COVID-19) 対策

自宅から面会できる!

テレビ電話での オンライン面会はじめました。

新型コロナウイルスによる深刻な状況が続く中、当施設におきましても職員一同、徹底した感染予防に努めているところです。その感染予防対策の一環として2月27日より面会を制限しております。全国的にも感染者数が増加の一途をたどり、ついには全国に非常事態宣言がだされ、ここに来てやっと解除の運びとなりましたが、3密を維持することが条件とされる中、いまだ面会の再開には程遠い状況です。少しでもご家族の方に利用者様のご様子をお伝えできればとこの度「オンライン面会（テレビ電話による面会）」を当面の間実施することと致しました。オンライン面会に必要な通信環境やご利用申し込みにつきましては、下記をご参照ください。

「オンライン面会」サービス利用の流れ

1. 当施設のオンライン面会ではWEB会議アプリケーション「Zoom」を利用しております。オンライン面会ご希望の方はPC・タブレット・スマートフォン（iPhone含む）へ「Zoom」をインストールしてください。
2. 当施設ホームページのお申込みフォームから、面会希望日等の必要情報を送信してください。
3. スケジュール調整後、こちらから折り返しメールにて、オンライン面会日、ミーティングIDとパスワードをお知らせいたします。
4. オンライン面会当日、ご指定したお時間にお知らせしたIDとパスワードでミーティングにご参加ください。

「オンライン面会」サービス利用の注意点等

- ✓ オンライン面会は原則、「Zoom」利用が可能な方のみとさせていただきます。
- ✓ 状況によってはご面会できない場合もございます。
- ✓ オンライン面会は担当者の対応可能な平日の14:00～16:00のみとしております。
- ✓ オンライン面会のお申し込みは利用日の3日前までをお願いいたします。
- ✓ オンライン面会は当施設ホームページのオンライン面会申込フォームからのみ受付けております。

（電話予約不可）

※ご質問・お問合せはメールでのみ受け付けます。予約フォーム下部のお問い合わせフォームよりお問い合わせください。

- ✓ 1回の面会時間は15分以内とさせていただきます。
- ✓ 「Zoom」の利用は無料ですが、ライン等のアプリ同様通信料が発生します。
- ✓ 我々としても今回が初めての試みであり、不慣れな職員も多い状況でありますので、その点はどうぞご容赦いただけたら幸いです。
- ✓ 様々な理由でオンライン面会が難しい方は、玄関ホールからテレビ電話面会することも可能ですので、事前に電話連絡の上、施設にお越しく下さい。



Photo History

15th

リハタン

2005（平成17）年4月1日に開設した介護老人保健施設リハビリティタウンくじはこの度15周年を迎えることができました。今回はこの15年を写真で振り返ってみたいと思います。職員、利用者さんともに懐かしくて、若かりし頃の思い出が蘇ります。「昔は良かった。でも今はもっと良い。」と言われるような施設を目指していきたくと職員一同精進してまいりますので、宜しくお願い致します。

2005-2008



2009-2012



2013-



職員紹介インタビュー

①出身地 ②マイブーム ③大切にしているもの ④最近の悩み事 ⑤外出自粛中、巣ごもりの過ごし方 ⑥一言どうぞ



事務長

ふじわら かずゆき
藤原 和幸 さん

- ① 純粋な岩手っ子
- ② 職場に慣れることがマイブーム！！
- ③ お年寄り～長～くりハタンくじを使っていたためです。
- ④ 覚えられない、忘れやすい
- ⑤ 自宅でDVD鑑賞、散歩
- ⑥ 4月1日よりリハタンくじにお世話になっています。皆様からご指導をいただきながら仕事を覚え、経営の向上を図ってまいりたいと考えております。どうぞよろしくお願いいたします。



看護師

さいかち めぐみ
自 恵美 さん

- ① 久慈市
- ② 今は特にないな？
- ③ 時間。何もしてないけど過ぎていくのが早っ！！
- ④ 旅行・ドライブ・外出・飲みに行けな～い(>_<)
- ⑤ 自分の部屋の整理！
- ⑥ 覚えることに時間がかかりますが、頑張っています。どうぞよろしくお願いいたします。



看護師

みふね いくこ
三船 郁子 さん

- ① 久慈市
- ④ 皆様に迷惑かけてすみません。慣れるようがんばります。
- ⑤ 寝る。そーじ。



調理師

くぼ まりな
久保 菜里奈 さん

- ① 久慈市
- ② 絵を描くことです。
- ③ 猫のぬいぐるみ。安眠グッズだからです。
- ④ 外出できなくて暇なことです。
- ⑤ 趣味の時間にあてています。
- ⑥ よろしくおねがいします。



シリーズ
家族介護教室

特別版

第27回 コロナウイルス対策は

そして
笑顔

手洗い×睡眠・食事×運動

ウイルスを寄せつけないよう免疫力を高めましょう！

2019年12月、中国の武漢で急性呼吸器疾患が集団発生しました。調査の結果、この疾患は新型コロナウイルスが原因となって発症していることがわかりました。その後、ウイルスは患者からその家族へ、地域の住民や医療従事者にまで感染が拡大しました。そしてついには、世紀の祭典であるオリンピックが延期されるというところまで影響がでました。

日本でも、初の緊急事態宣言が発令され、オリンピックの延期や著名人が感染して亡くなるという事態にまで発展したことはすでに周知のことです。

当施設でも2月27日以来面会に制限を設ける状況になっております。一日も早い終息に向けて一人一人が守るべきことを守っていきましょう。

※新型コロナウイルス感染症について

発熱や呼吸器症状が1週間前後つづくことが多く、強いだるさ（倦怠感）を訴える方が多くなっています。罹患しても約8割の方は軽症で経過し、治癒する例も多いことが報告されています。一方、重症度は、季節性インフルエンザに比べて死亡リスクが高いことが報告されています。特に、高齢者や基礎疾患のある方では重症化するリスクが高いことも報告されています。



うつらないために、うつさないために。

○感染の仕方

一般的には飛沫感染、接触感染で感染します。閉鎖した空間で、近距離で多くの人と会話するなどの環境では、咳やくしゃみなどの症状がなくても感染を拡大させるリスクがあるとされています。

飛沫感染：感染者の飛沫（くしゃみや咳、つばなど）と一緒にウイルスが放出され、他の方がそのウイルスを口や鼻から吸い込んで感染します。

接触感染：感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触れるとウイルスがつきます。他の方がそれを触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触ると粘膜から感染します。

● まずは手洗い、咳エチケット

風邪や季節性インフルエンザ対策と同様にお一人おひとりの手洗い、咳エチケットの実施がとても重要です。感染症対策に努めていただくようお願いいたします。

[手洗い]

ドアノブや電気のスイッチなどさまざまなものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。外出先から帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗いましょう。



[咳エチケット]

咳エチケットとは、感染症を他者に感染させないために、咳・くしゃみをする際、マスクやティッシュ・ハンカチ、袖、肘の内側などを使って、口や鼻をおさえることです。咳・くしゃみの飛沫により感染症を他人に感染させないために、咳エチケットをお願いします。



● そしてSTAY HOME、「3密」を避けてください

集団感染が生じた場の共通点を踏まえると、特に

1. 密閉空間（換気の悪い密閉空間である）、2. 密集場所（多くの人が密集している）、3. 密接場面（互いに手を伸ばしたら届く距離での会話や発声が行われる）という3つの条件が同時に重なる場では、感染を拡大させるリスクが高いと考えられています。部屋をこまめに換気しましょう。また、換気が悪く、人が密に集まって過ごすような空間に集団で集まることを避けてください。

● 体調が悪い時は

風邪症状があれば、外出を控えていただき、やむを得ず外出される場合にはマスクを着用していただくよう、お願いします。



日々の健康を維持するために

● 運動をしましょう

「動かない」（生活が不活発な）状態が続くことにより、心身の機能が低下して「動けなくなる」ことが懸念されます。また、転倒などを予防するためにも、日頃からの運動が大切です。

- ・人混みを避けて、一人や限られた人数で散歩しましょう
- ・家の中や庭などでできる運動（ラジオ体操、自治体のオリジナル体操、スクワットなど）を行いましょう。
- ・家事（庭いじりや片付け、立位を保持した調理など）や農作業などで身体を動かしましょう。
- ・座っている時間を減らし、足踏みをするなど身体を動かしましょう。

● 食生活・口腔ケアをしっかりと

低栄養を予防し、免疫力を低下させないために、しっかり栄養をとることやお口の健康を保つことが大切です。

- ・3食欠かさずバランスよく食べて、規則正しい生活を心がけましょう。
- ・毎食後、寝る前に歯磨きをしましょう
- ・しっかり噛んで食べる、一人で歌の練習をする、早口言葉を言うなど、お口周りの筋肉を保ちましょう。

● 人との交流を

孤独を防ぎ、心身の健康を保つために、人との交流や助け合いが大切です。

- ・家族や友人と電話で話しましょう。
- ・家族や友人と手紙やメール、SNSなどを活用し交流しましょう。
- ・買い物や移動など困ったときに助けを呼べる相手を考えておきましょう。



～面会時間及び開館時間短縮等のお知らせ～

新型コロナウイルス感染症の感染予防の観点から6月1日より面会時間の変更及び開館時間の短縮、土曜・日曜・祝日における正面玄関を閉鎖することとなりましたのでお知らせします。ご理解・ご協力のほどお願い致します。

1. 面会時間

全日午後3時から午後5時まで ただし、必ずマスク着用にて面会場所は1F相談室に限定します。

(東京・神奈川・千葉・埼玉及び北海道から移動した方についてはご遠慮ください。)

2. 開館時間

月曜日～金曜日の開館時間を 9時～18時 に変更します。

(土・日曜日及び祝日は正面玄関を施錠しますので、玄関脇のインターフォンにて対応させていただきます。)

2. 期間

6月1日(月)～面会制限を行う当面の間

編集後記

前回(2月号)、コロナの話題を軽く触れたと思ったら日本、いや世界でこれほどまでに蔓延するなど当時は考えてもみなかった前代未聞の事態になっています。このウイルス感染症に関する情報は、今も刻々と変化していますが、残念ながらまだ明確な収束(終息)の道筋は見えません。一時緊急事態宣言が発出され、日常生活そのものも、不要不急の外出を控えている状況が続いていますし、いわゆる三密を避ける取り組みがありとあらゆる場面で行われています。これらが必要な措置であり、感染拡大を防止する重要な取り組みであることは理解しつつも、「いつもの生活、いつもの週末はしばらく戻ってこないのだろうな」と、仕方がないことながら悲しい気持ちになってしまいます。同時に日々、得体のしれない敵の存在感を不気味に感じながら、自身や皆の無事を祈り、出来得る対策を講じています。しかし、こうした出来事は、改めて“生きること”“生き抜くこと”の壮絶さ、尊さを生々しく痛感させられるきっかけともなりました。医療技術の進展等をうけて、「人生100年時代」が謳われる時代にあっても、世界が平和であること、自身や人類が健康であること、年齢に関わらず、“今、この瞬間を生きている奇跡”は、かけがえのないことです。また、これからの生活や働き方を見直すきっかけを作った良い機会だと思い、コロナ禍を粛々と日々重ねていくしかありませんね。リハビリタウンくじも15歳まだまだ新米。変化を恐れず行きたいものです。㊦

〈お問い合わせ先〉



医療法人 健生会
介護老人保健施設

リハビリタウンくじ (ユニット館)

〒028-0014 岩手県久慈市旭町8-100-2

TEL:0194-53-0056(代)

FAX:0194-52-8660

URL: <https://rehabilitown-kuji.jimdofree.com/>



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。