

医療法人 健生会
介護老人保健施設

令和5(2023)年 夏号

Vol. 69



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!!

撮影場所: 久慈市宇部町 三陸鉄道

～ 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

- リハタン写真館・・・・・・・・・・ 2-3
- リハタントボックス・・・・・・・・ 4
- 家族介護教室 非常持ち出し袋・・・・ 5
- リレーコラム、職員紹介・・・・・・・・ 6-7
- 敬老会のお知らせ、編集後記・・・・ 8

広報誌「てとてとて」Vol.69
令和5(2023)年8月10日発行
編集・制作: 広報委員会
発行責任者: 叶 朋洋

リハタン写真館



誕生日、おめでとう！
ありがとう！



八代亜紀オンライン
コンサート



高校生には
負けられない...



今年のリハタン畑は大充実！
ズッキーニにササギ、ナス、ピーマン、
ジャガイモ。これからは皆さん、
スイカとキミにロックオン！



TOPICS

リハタン

株式会社薬王堂様より
不織布マスクをご寄贈頂きました。

6月1日、株式会社薬王堂様から不織布マスクを頂きました。新型コロナウイルスの法的位置づけが変わりましたが、施設では引き続き感染予防としてマスク着用をしていることから、まだまだマスクを必要としています。いただいたマスクは有効に活用させていただきます。ありがとうございました。



ふれあい福祉まつりにて 模擬店で出店参加しました！

7月15日、福祉の村で開催されたふれあい福祉まつりにて「ほたて浜焼き」にて模擬店参加しました。ふれあい福祉まつりも荒天やコロナ禍で6年振りの開催とのこと。当日は生憎の雨でしたが、それでも大勢の方にご来店いただきました。炭火で一枚一枚ジュシーに焼き上げた大きなホタテも大好評でした。ご協力ありがとうございました。



シリーズ
家族介護教室

第32回

最低限揃えておきたい 防災グッズとは？



近年、日本では台風や地震、豪雨など、これまでは予想しなかった規模の自然災害が多くなっていますが、みなさん準備は万全ですか？私自身、「いざというときに備えておかないと…」と心配しながら、防災グッズを見直したのは東日本大震災がきっかけです。いざ、リサーチしながら準備を始めてみると、「防災グッズに入れておく現金は小銭も必要」など、はじめて知ったことも。今回は、「これだけは用意しておきたい」という必需品の種類や量をご紹介します。あくまで参考にさせていただき、被災したことを想像しながら、自分や家族に必要なものをそろえてみてください。

災害の備えで用意すべき防災グッズはどんなもの？

最初に準備しておきたいのは、非常用持ち出し品です。必要なものを確認し、自宅にないものがあれば購入しておきましょう。

非常用持ち出し品とは？

避難時に自宅からまず持ち出すべきものを「非常用持ち出し品」と呼びます。

非常用持ち出し品は、災害発生時にすぐ持ち出せるようにリュックのような両手が使えて持ちやすいバッグに詰め、寝る場所の近くや玄関先に置いておきましょう。

また、非常時に1人が持ち出せる量は限られています。各個人が持ち運べる分量は10kg～15kgが目安となりますので、必需品を中心に準備し、リュックが複数個になる場合には、「誰が何を持ち出すか」について家族で担当を決めておきましょう。

持ち出し袋に入れておきたい防災グッズ

災害時に最低限必要なものは以下になりますので、持ち出し袋に入れておきましょう。

飲料水、食料（アルファ米、カップ麺、ビスケット、チョコレート、乾パンなど）、貴重品（現金、印鑑、預金通帳、健康保険証や免許証のコピーなど）、防災ずきん（ヘルメット）、マスク、軍手（手袋）、救急用品（ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬、お薬手帳など）、懐中電灯（予備電池も）、携帯ラジオ、携帯電話の充電器、衣類（下着）、毛布、タオル、くつ（スリッパ）、洗面用具、使い捨てカイロ、ウェットティッシュ、携帯トイレ、ろうそく、ライター、めがね（ないと困る場合）、笛（居場所を知らせることができる）、筆記用具（紙、ボールペン、油性マジックなど）

上記のほかに、可能であれば次のものも用意しておくとう便利です。

万能ナイフ、ビニール袋、ビニールシート、毛抜き（とげ抜き、ピンセットとして使える）、雨具、くし、ブラシ、鏡、化粧品、ゴム（避難時に髪を洗えない場合に、髪の毛をくくと不快感が薄れます）、家族構成によって異なる防災グッズ

家族の人数や性別、乳幼児や高齢者がいるかどうかによって、非常用持ち出し品の種類や量は変わります。家族構成や状況に合わせて、次に紹介するものを防災グッズに加えましょう。

例) 高齢者がいる場合

老眼鏡、入れ歯、常備薬、介護用品、大人用おむつ

リレーコラム



毎度おなじみリレーコラム。リハビリタウンくじの職員がリレー形式で今の想いや趣味、特技、家族やペットのことなど自由に書き綴るコーナーです。テーマは自由そして無限。。

今回は介護科長兼介護主任 ^{おおさわ まなぶ} 大沢 学 さんにお願ひしました。



介護科長兼介護主任 大沢 学

皆さんこんにちは。介護科長兼主任の大沢です。お気付きの方もいらっしゃるかと思いますが、科長と主任の二刀流です。大谷さんには及びませんが頑張っています！信じてください！

これまで錚々たるメンバーがリレーしてきたこのコラム。私なんかは適当な事を書いたら炎上するのではないかという不安な気持ちもありますが、挑戦させていただきます。テーマは「人生で最も衝撃を受けた、死ぬかと思った出来事」です。

私は久慈工業高校の電子機械科を卒業し茨城県にありますがハードディスク製造会社に就職し、製造機器の点検・修理を行う設備部という部署に配属となりました。ちなみにこの部署は入社試験で成績が優秀だったわずかな人間だけが入ることができる部署で、成績が悪かった同期は機械のオペレーターを行う製造部という部署に配属になりました。自慢ではありません！信じてください！

当時はソニーのVAIOというノートパソコンが大ヒットしそれをきっかけにノートパソコンが飛ぶように売れていた時期で、ハードディスクも小型化が進み工場はフル稼働でした。工場ではアルミの板を削り、研磨し、メッキ加工をしてまた研磨するといった工程があり、その全ての部署の製造機や産業ロボットなどの定期点検や修理、整備を我々が行ってました。夜勤もあり常にPHSを持ち歩き、トラブルがあれば呼ばれるという流れでした。就職から1年程が経ち仕事にも慣れて1人で仕事を任されるようになり、調子に乗っていた頃事件は起きました。

品質チェックの最終工程を行う部署から呼び出しを受けて出勤し、エラーのチェックと動作確認中に、ある1個の部品を破壊してしまったのです。ただこれには様々は要因があり、たまたま自分がとどめを刺してしまっただけなんです。自分が悪いけど、オペレーターも悪かったです！信じてください！

朝になって申し送りをするとその部品がなんと3桁万円することがわかり、冷や汗が。そしてすぐに上司から呼び出しがあり、(この上司がとにかく怖い。あだ名は鬼。とにかく怖い) あー、冗談じゃなく絶対殺される。短い人生だったなとこれまでの人生を振り返りつつ上司の待つ部屋へ。

私を待っていた鬼は意外にも穏やかな表情。そして今回の事件は何故起きてしまったのか、自分の行動のどこが悪かったのかなど丁寧に説明してくれました。不思議に思いながらも「今回はミスをしてしまい申し訳ありませんでした」と話すも鬼はニコッと微笑み、「ミス？いや、今回はミスじゃない。ミスっていうのは同じことを繰り返してやってしまう事を言うんだ。じゃー1回目は何だと思う？1回目は勉強だ。だから丁寧に説明したぞ。ちゃんと覚えろよ。」と天使の微笑み。そしてすぐに「次やったらミスだからな？その時は容赦しねーぞ」と天使から鬼の顔に。油断していた自分は失禁するかと思いました。

高校まで野球をやってきて怖い先輩方にも鍛えられた事もあり、何があろうともそんなに動じない鋼

の精神力を持っているつもりでしたが、あれは人生で一番衝撃的な出来事でした。そしてその出来事から1年程経ち私は岩手に帰り現在に至ります。現在上司と呼ばれる立場になりましたがあ那时的言葉は今でも忘れず、職員と関わっていく中でいつも意識して行動しています。

大沢さんが怒ってるのを見たことがない！とか言われる事がありますが、それは職員の皆さんが“ミス”していないからなのかもしれませんね！……カッコつけたわけではありません！本音です！信じてください！

最後に、最近嬉しかった事を書きます。先月まで東高校の実習生が来ていましたが、実習を終えた振り返りの会での感想です。

- ・介護施設って暗いイメージでしたが利用者さんがイキイキと生活されていて、職員の皆さんも楽しそうに仕事をされていてイメージが変わりました！
- ・介護の仕事では汚物を扱う事もあり、介護の仕事は汚い！と思っていましたが、衛生面への配慮がすごくて施設内もきれいでびっくりしました！介護もアリだなんて思いました！
- ・施設内の雰囲気良くて楽しく実習することができました！

私たちは普段から当たり前のように行っている業務ですが、客観的な立場からこのような評価をしていただき本当に嬉しく思いました。盛っているわけではありません！信じてください！

いかがだったでしょうか？作家デビューも悪くないなと思ひ始めています。体調不良でお休みを頂き大変ご迷惑をおかけしましたが、お陰様ですっかりケロッと良くなりましたので今後ともよろしくお願ひいたします。ありがとうございました！

職員紹介インタビュー

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



介護福祉士
うべ たくや
宇部 拓也 さん



介護福祉士
こばやし そうたろう
小林 宗太郎 さん

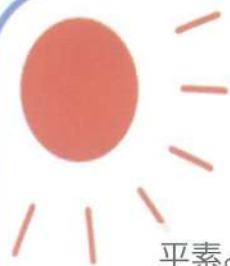


介護福祉士
いしかわ ともこ
石川 朋子 さん

- ① 久慈市
- ② ヤクルト1000を飲むこと
- ③ 「以心伝心」
- ④ 涼しい部屋でゴロゴロ
- ⑤ カメ のんびりな性格
- ⑥ 一生懸命頑張ります。よろしくお願ひします。

- ① 久慈市
- ② 図書館で本を読む
- ③ 「努力」
- ④ 高校野球観戦
- ⑤ ウニ 髪型が良く似ているとよく言われる
- ⑥ 初めまして、小林宗太郎と言います。右も左もわからない新人ですが、1秒でも早く仕事を覚え、職員、そして利用者様の為になれるよう、頑張りますので、よろしくお願ひします。

- ① 盛岡市
- ② 麴の甘酒作り
- ③ 「七転八起」
- ④ スイカを食べながら甲子園を見る
- ⑤ ジュゴン 体形が…
- ⑥ 体が動くうちに(笑)色々な事に挑戦したいと思っています。よろしくお願ひします。



施設敬老会についてのお知らせ

平素より当施設の運営にご支援ご協力いただき、誠にありがとうございます。
さて、例年9月に開催させていただいております施設主催の敬老会ですが、
昨年もコロナを取り巻く事情を勘案しご来賓、ご家族様の参加は見合わせていた
だき、利用者様のみの参加で開催しました。今年度の開催についても、検討いた
しましたが未だ終息を見通せないコロナ禍において通常開催はまだ難しいと判断
しました。大変残念ではございますが、今年度の敬老会もご家族様はじめご来賓
の招待はございません。事情ご推察の上ご協力いただきますようよろしくお願い
致します。

施設長

開催日：令和5年9月24日（日）

編集後記

梅雨があけたと思ったら、ここ東北も毎日暑い日が続いています。何だか今年は特別暑くない？
と思っていたら、7月27日、世界気象機関(WMO)とコペルニクス気候変動サービスは、7月
の月間気温が史上最も高くなる見通しと発表しました。グテーレス国連事務総長は講演で「地球
温暖化の時代は終わり、地球沸騰化の時代が到来した」と警告し、すぐに気候変動対策の行動を
起こす必要があるとコメントしています。沸騰だけでも大変なのに、この温暖化、改め沸騰化の進行に伴って、
大雨や台風の発生が長期的な増加と関係があるかもしれないとの研究もあるとか。この編集後記を考えている今
日(8/3)も朝から「熱中症警戒アラート」がでています。久慈市の観測史上最高気温36.4度だそうです。熱中症
は命にかかわる病気で、平成30年(2018年)から令和2年(2020年)にかけては、熱中症で亡くなる人が3
年連続1,000人を超えています。ただ、この熱中症は予防法を知っていれば防ぐことも可能だとか。とても簡単
に紹介すると、室温は28℃以下に保ち、喉が渇いていなくてもこまめに水分補給をすることだそうです。このア
ラートが出ている時は、できるだけ外出も控えた方がよさそうです。熱波もコロナも大雨もミサイルもクマさん
も？。。。意識的に自分の命を守る行動をすることが増えた世の中になってきたように感じます。(K)

＜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

窓越し
面会枠
拡大中!



リハタンのもっと
詳しい情報はこちら!

☆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。