

湖畔

vol.43 平成27年 12月

医療法人 十全会

発行：医療法人十全会広報委員会
所在地：高知県土佐郡土佐町田井 1372
電話：0887-82-0456 (代表) FAX：0887-82-0459
ホームページ http://juzen-kai.or.jp/



かわいい保育園児の訪問

レイクビューさめうらでは近隣の保育園児との交流を行っています。
11月17日(火)には土佐町田井のみつば保育園年中組25名の園児が訪問してくれました。
始めに園児の皆さんから一人一人の自己紹介があり、続いて日ごろ練習した歌や踊りを元気いっぱい披露してくれました。入所者の方々は子供たちが歌う様子にじっと耳を傾けられました。また、元気に、可愛らしく踊る姿には思わず笑顔がこぼれ、拍手をされていました。
その後子供たちは入所者の間へ入ってお話や肩たたきをしてくれました。最初は戸惑ったり恥ずかしかったりしていた子供たちも徐々に自然と和やかに交流してもらうことができました。
また、この日は、病院託児所の小さい子供たちも遊びにきてくれ、保育のお兄さんやお姉さんの発表を一生懸命見てくれていました。
元気に育っていく子供たちの姿をみせていただいた一日でした。



恒例の柚子搾り

11月中旬、レイクビューさめうらでは毎年恒例の柚子搾りを行いました。
コンテナにいっぱい入った柚子が届くと待ってましたとばかり、沢山の入所者の皆さんが集まってくれました。皆さん手馴れて作業が早く、職員が柚子を切るの間に合わないくらいで、あつという間に搾り終わりました。ホール中柚子の香りでいっぱいです。きれいな柚子酢が出来て大満足。これを使って栄養科で来月銀プロウ寿司をつくる予定です。

早明浦文芸 歌壇・俳壇

朝寒や 番茶を汲んでくれるひと
紅葉晴 早明浦ダム夕陽かな
石川 純子様
好きな服 着て行きたい 遠足に
北風に ゆられてちぢむ つるし柿
大久保 幸子様
長き夜や「くじけないで」の詩集読む
西峯 美恵子様
白き花 ぼつぼつ開く 返へり花

湖畔マラソン大会で救護活動

11月8日(日)第31回さめうらの郷湖畔マラソン大会が開催され、早明浦病院からは、田岡医師と看護師・救急車運転者の3名が救護班として参加しました。
毎年この大会はお天気に恵まれず、今年も晩秋の冷たい雨の中の開催となりました。3名の体調不良者の方の救護を行いました。また、今大会に外科の大野医師が選手として出場し、好成績を収めました。
大野医師も力いっぱい駆け抜けました



作：澤田あい

西峰 政子 介護福祉士

11月から5階で勤務しております。
先輩の皆さんに教わりながら頑張っております。よろしくお願いします。よろしくお願いいたします。



南国市の農免道路で見つけたコスモス畑で記念撮影

老健秋の遠足

コスモス畑で記念撮影
10月中旬、秋の遠足に行ってきた。ショッピングセンターで買い物し、昼食を食べ、おなかも満足帰って食べるおやつも買って、気持ちよくなり車中でウトウトしていたところ：見つけました。見事なコスモス畑！少し車を停めさせてもらい、記念の1枚をパチリ。空の青色とどりの鮮やかなコスモス、そして利用者様の笑顔、絵になる1枚となりました。

永野 未来展 ～現実と空想～

ギャラリーではいの町在住の永野未来様の絵画展を開催します。
永野様は高知女流展、いの美術展、高知県展などで入選の経歴を持たれており、京都精華大学、TOSA 芸術アカデミー展などのグループ展に出品するなど精力的に活動しておられます。この機会にぜひご覧ください。 12月末まで開催

▲「夜の紅葉」 「汗見川」▲

早明浦文芸へのご投稿をお待ちしています。(電話 0887-82-0456 事務局広報担当まで)



リハビリ職員の指導を受け、かぼちゃを潰していきます

生活リハビリ

11月10日、5階入所棟ではリハビリテーションの一環で、おやつ作りを行いました。メニューは「いとこ茶巾しぼり」です。かぼちゃ、さつまいもをふかし、リハビリの職員に手伝ってもらいながら、温かいうちに各々つぶします。結構力が要りますが、利用者様は「簡単よ!」と言いつつ手早くつぶしてくれました。さすが亀の甲より何とやら…。後は適当な大きさに分け粒あんを入れて、ラップでキュッと絞って出来上がり。一人2個の割り当てでしたが、ほんわかした甘味が懐かしかったようで「もっと食べたい。」とあちこちで聞かれました。

介護老人保健施設レイクビューさめうら リハビリテーション科紹介

今回は老健施設のリハビリテーション科のご紹介をします。

レイクビューさめうらリハビリテーション科は理学療法士3名、作業療法士1名が所属しております。対象者の内訳は、入所サービス利用者が5階の「認知症専門棟」に30名、6階の「一般棟」に30名、通所リハビリテーションの利用者が1日平均33名程度です。

入所と通所のリハビリ

入所サービスは、利用開始前後に居室を訪問し、住環境の確認や環境調整を行い、得た情報を本人や家族、各職種間で情報共有していきます。そこから在宅生活を想定し、利用開始時から「短期集中リハビリテーション」や「認知症短期集中リハビリテーション」を実施し、在宅復帰を目標に多職種協働で支援をしています。

通所リハビリテーションは、利用者がレイクビューさめうらに通所し、可能な限り自宅で自立した日常生活



を送ることが出来るように、食事や入浴などの日常生活上の支援や、生活機能向上のための機能訓練、口腔機能向上サービスなどを受けます。「心身機能」、「活動」、「参加」の要素にバランスよく働きかけ

効果的なりハビリテーションの提供に努めています。

今年の4月からは「リハビリテーションマネジメントII」、「生活行為向上リハビリテーション」、「社会参加支援加算」という新しいリハビリへの取り組みにもチャレンジしています。

地域活動で連携

リハビリテーション科の仕事は施設の中だけではなく、たとえば市町村が主催する「地域ケア会議」や嶺北地域の「リハビリが主催する「嶺北の地域リハを考える会」など、外部の活動にも参加し、地域との連携に努めています。

10月には「第1回老人保健施設四国ブロック大会」が高知県で開催されました。そこで「レイクビューさめうら」リハビリテーション科職員が施設での取り組みについて発表させていただきました。

このような場で発表することで、外部への当施設のアピールも行うています。

当施設は、地域の皆様がこの地域で安心して生活を営むことができますよう医療と介護の一層の連携に努めています。また、身体状況に応じた生活支援を適切に実施できますよう多職種で対応しており、その役割の一つをリハビリテーション科が担っています。これからも地域の皆様から選んでいただける「レイクビューさめうら」リハビリテーション科となれますように職員一同頑張っています。

地産地消 レシピ

大根とベーコンの和風ステーキ

1. 大根は2cm幅の輪切りにして耐熱の器に並べてラップをし電子レンジで5～6分加熱する。ベーコンは短冊に切る。にんにくは薄切りにする。
2. フライパンにサラダ油を弱火で熱しにんにくを入れ炒め器にあける。
3. 2のフライパンに大根を入れ中火で両面を焼き、焼き色がついたらバターとしょうゆを加えて炒め合わせる。2を戻し入れて全体に絡め器に盛って粗挽きこしょうをふる。お好みでねぎなどの青ものを散らすとよいでしょう。

<材料 2人分>
 大根……………250g
 ベーコン………2枚
 にんにく…1/2かけ
 バター……………5g
 醤油……………大1/2
 サラダ油………大1/2
 粗挽きこしょう ……適宜

【栄養科】

歯科ユニットが新しくなりました

一 早明浦病院・歯科口腔外科

歯科用のチェアが新しくなりました。以前のものと比べ、段差が少なくなり安心して座っていただけます。座面も低反発シートになり、緊張する歯科治療も和らげてくれます。機械の音も小さく、除石をする機械では振動のパワーを患者様の状態にあわせて選択する機能が付きました。痛みや不快感をぐんと改善した優しい設計です。

歯は痛みが出てからでは治療も長かかります。早期発見で健康な歯を維持するためにも、ぜひ検診においで下さい。

【歯科口腔外科】



リハビリテーションワンポイント講座

膝関節のエクササイズ④

変形性膝関節症に対するリハビリテーションの目的は膝の曲げ伸ばしの回復、可動域訓練と膝を支える筋力の回復、筋力訓練です。関節の2大機能である可動性と支持性を回復させるリハビリテーションは変形性膝関節症の治療とともに予防法としても大変重要です。

可動域訓練は、関節の動きの改善や動きの範囲を広くするためにに行われます。膝の曲げ伸ばしの訓練は、まず膝を温めてから行うと痛みも少なく関節や筋肉も柔軟になっていくのでより効果的です。蒸しタオルを10分程度膝に当てたり、入浴時に浴槽のなかで訓練したりすると良いでしょう。【リハビリテーション科】



想い出のアルバム



大塚 晴子様 通所リハビリ利用
昭和8年4月5日生 82歳

本山町坂本の山奥で6人兄妹の長女として生まれました。仕事が多かったので、中学校を卒業後、部落の方の紹介で、千葉県木更津の料亭で働き始めました。経済界や政界の著名な方も多くお見えになり、幼いながらも一生懸命働いている姿を見て、着物の帯にチップを入れてくれました。仕事が終り部屋に帰って着物を着替える時が楽しみでした。踊りの上手な人のリードでダンスをしたり、店のママにいろいろな所に連れて行ってもらったり、皆仲良く本当に楽しい時代でした。新潟出身の主人とも店で知り合って結婚。背が高くとてもハンサムでした。

平成8年に主人と愛犬と一緒に生まれ故郷に帰り、現在は2人でのんびりと余生を送っています。

今は、でっぷりおばさんになりましたが、若い頃の着物の写真を見ると昔を懐かしみ、3歳年下の主人には、今でもやきもちをやいています。



大好きな主人とツーショット 着物姿で上野公園へ