

江古田の森だより



東京総合保健福祉センター 〒165-0022 東京都中野区江古田 3-14-19
TEL. 03-5318-3711 FAX. 03-5318-3712
E-mail: egotanomori@mt.strins.or.jp

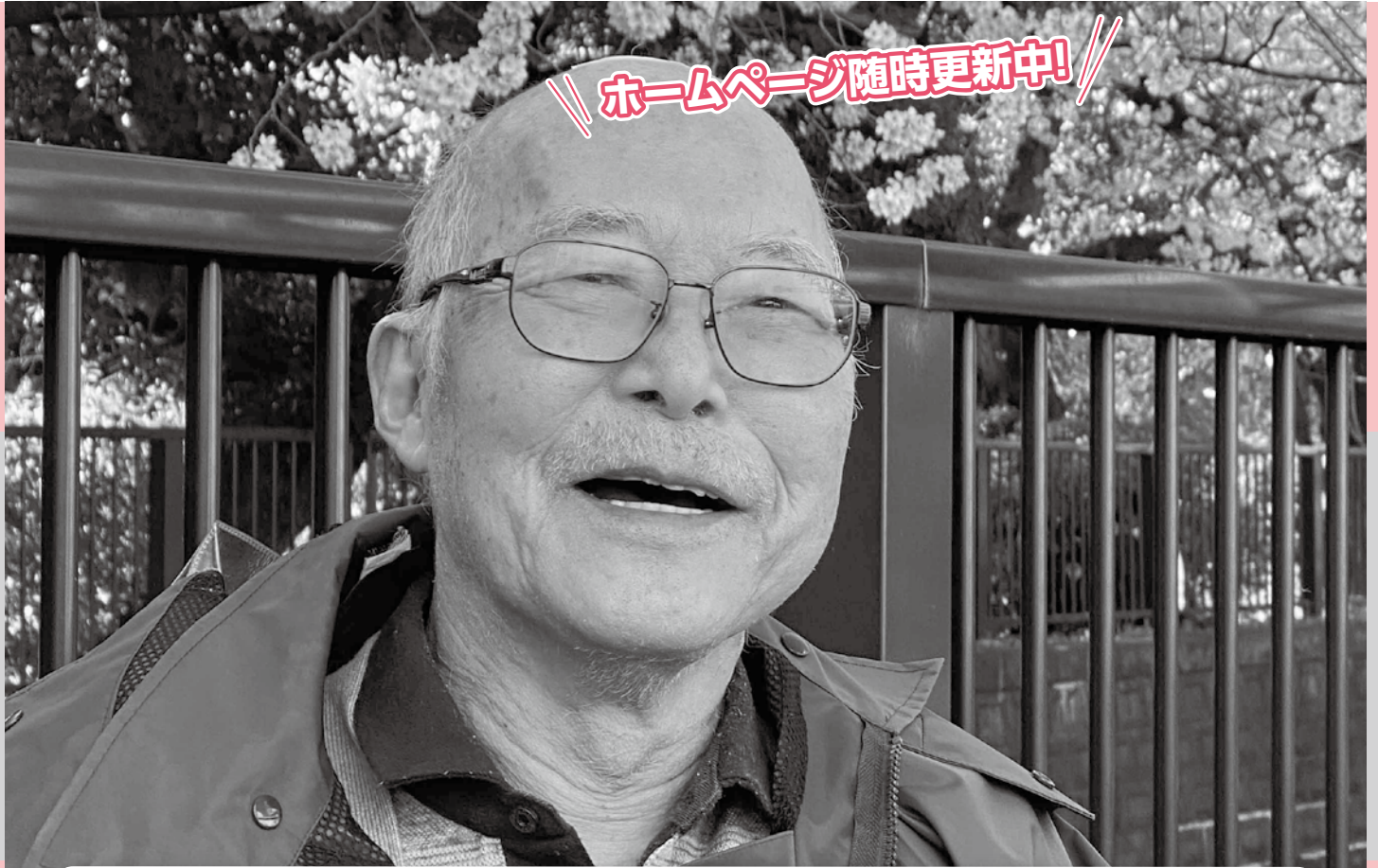
<http://www.kaigo-egota.com/>



vol. 147

2020年4月発行

ホームページ随時更新中!



今月の表紙

デイサービスセンターゆずりは “お花見”

今年は平年より桜の開花が早く、3月中旬にみんなで桜を見に江古田の森公園に行きました。道中、黄色やピンクの花などたくさんの草花が咲いており、「これは何でしょうね。菜の花かしら?」とお話にも花が咲いていました。優しい日差しが暖かく、主役の桜が見えると「とても綺麗」「美しいわね」とうっとりした表情で花見を楽しまれていました。満開の桜の下で一人一人記念写真を撮り、後日フォトフレーム月の写真をプレゼントしました。写真を見た利用者さんは「とっても素敵ね。記念になるわ」と大変喜ばれていました。

発行 / (社福) 南東北福祉事業団 東京総合保健福祉センター 江古田の森 広報委員会 印刷 / 石井電算印刷株式会社

設立理念

東京総合保健福祉センター江古田の森は「すべては利用者さんのために」の法人団是の下、高齢者福祉及び障害者福祉の地域の拠点として「住み慣れた地域で生涯生き生きと暮らし続けられるために」、地域の皆様や利用者、家族に「安心と安全」を提供します。

関連施設

- 特別養護老人ホーム 江古田の森
- 介護老人保健施設リハビリテーションセンター 江古田の森
- ケアハウス 江古田の森
- 障害者支援施設(施設入所支援・生活介護) 江古田の森
- 通所リハビリテーションセンター 江古田の森
- デイサービスセンター 江古田の森
- 居宅介護支援事業所 江古田の森
- 訪問リハビリテーションセンター 江古田の森
- ヘルパーステーション 江古田の森
- 森のほいくえん
- 訪問看護ステーション 江古田の森
- デイサービスセンター ゆずりは
- ケアホーム やまゆり

障害者支援施設 日中活動について

障害者支援施設では、日々様々な活動を提供しています。カラオケで歌を歌ったり、体操で身体を動かしたり…。なかでも人気なのがレクリエーションです。レクリエーションと言っても、種類は様々。言葉作りゲーム、ボッチャ、玉入れ…。今回、そのなかに新たなゲームを導入しました。名付けて「風船リレー」。文字通り、風船をバトン代わりにして、リレー形式で競い合うゲームです。2チームに分かれた試合は、白熱の展開に。「頑張れ!」「負けるな!」と応援にも熱が入ります。終わった後は、「久しぶりに叫んじゃった。」「盛り上がりすぎて楽しかった。」と大満足。今後も、定期的に提供していきたいです。



介護老人保健施設 2階ユニット午後の余暇時間

今年には暖冬の影響もあり、日に日に暖かくなるのが早く感じています。しかし、職員や利用者さんも感染症などには十分に注意を払いながら、日々を過ごしております。今回は、2階ユニットの午後のレク活動を紹介したいと思います。2階ユニットにはレク活動が得

意な職員が「紙芝居」を行っていただきます。内容は、「桃太郎」と「浦島太郎」です。少し職員がアレンジをして、皆さんの前で披露していきます。ただ読むだけではなく、物語の内容を質問形式にし、雑学を入れたりして、利用者さんの笑いがある「紙芝居」を行っています。時間としては短いですが利用者と一緒に過ごすことができます。



特別養護老人ホーム ひなまつり

最近ではコロナウイルスの影響でイベントなども中止になり、なかなか楽しめない状況ですね。江古田の森特養も行事の大部分が中止となり、面会も制限されていますが、3月初めの「ひなまつり」にはささやかながら写真撮影を行いました。利用者さんたちを集めての音楽会は中止しましたが、雛人形との撮影は行うことができました。



実は毎年この時期インフルエンザなどの影響で行事が中止になりやすいですね…。雛人形には健康を祈るとい

味も含まれているとのこと、みなさまの健康を祈りながらこの文章を書いております。色々不安なことが多い昨今ですが、みなさまどうぞお体に気を付けてお過ごしください!

今年も咲きましたよ デイサービスセンター江古田の森

江古田の森の通所玄関前には、3本の河津桜の木があります。河津桜は「ソメイヨシノより早く咲き始め、ソメイヨシノより濃いピンクの花を咲かせる桜」です。毎年2月頃に綺麗に咲き、江古田の森では毎年話題になります。デイサービスの利用者さんのお散歩の合間に綺麗に咲いた河津桜をバックに写真を撮りました。利用者さんも河津桜に負けないくらい満面の笑みを浮かべていました。



長時間通所リハビリテーション 目標達成に向けて

長時間通所リハビリでは、リハビリの一環として外出行事やクッキングセラピーなどの日常生活動作訓練を提供しています。また、利用者さんのニーズに合わせたパワーリハビリや歩行訓練、階段昇降訓練などを提供し、ご自宅や慣れ親しんだ地域での生活を送れるように目

的を持って活動しています。利用者さんも「家族と旅行に行きたい」や「ひとりで近所を散歩したい」などそれぞれの目標達成に向けてリハビリを行っています。家族の方からも通所される以前と違い、「自分の事は前よりできるようになって助かっています。」と笑顔で仰っているのを聞く機会があり、職員もとても励みになってます。今後も利用者さんの目標達成に向けて、職員一同全力で支援していきます。



短時間通所リハビリテーション 感染予防対策

コロナウイルスの感染が日本だけでなく、海外にも拡大しているため短時間通所リハビリでは感染対策を更に徹底して行うようになっています。自宅での体温測定やフロアに入る前の手指消毒を促していきます。そして我々職員も感染源とならないように、手洗いと手指消毒はもちろんです。外出は控え自宅での生活習慣を見直して業務に励んでいます。今後も利用者さんの協力を頂きながらリハビリテーションを提供させていただきます。





「入浴について」

入浴を楽しみにしている方は多くいらっしゃると思います。反面、リスクも多く存在します。入浴についての基礎的な知識についてご紹介しますので、安全に楽しく入浴するための参考にしてもらえればと思います。

1入浴の効果 入浴することで血流や新陳代謝がよくなるなどさまざまな効果があります。

(1) 温熱作用…温熱によって血管が拡張し、血液の循環が促進されます。心身がリラックスして、鎮静効果もあります。

(2) 静水圧作用…水圧により腹部が圧迫されることで、呼吸が活発になります。また新陳代謝がよくなります。

(3) 浮力作用…浮力によって関節の可動域が拡大します。普段あまり動かせない関節を動かすことで、運動機能のリハビリになります。筋肉の負担が軽減し、疲労回復につながります。

2入浴の注意点 入浴の際、いくつかの点に注意して安全に入浴しましょう。

(1) 健康状態の確認…入浴前に血圧などを測定するなどして、健康状態を確認します。

(2) 食前と食後の入浴を控える…空腹時に入浴すると脳貧血を起こしやすくなります。食事の直後の入浴は消化や吸収が妨げられます。また、温浴は腸を刺激し、排便を促進させますので、入浴前に排泄を済ませます。

(3) 浴室と脱衣所の温度設定…浴室と脱衣所に温度差があると、血圧が急激に上昇して、いわゆるヒートショックの可能性があり危険です。

(4) 末梢から中枢へ…心臓から遠い足先から手、体幹に向かってお湯をかけ心臓への負担を軽減させます。

(5) 湯温…湯温は一般的に40℃前後が適しています。42℃以上の高温では入浴直後に一時的に血圧が急上昇するので、高血圧の方には危険です。

(6) 入浴時間…大量の汗をかくと血液の循環が活発になり、エネルギーの消耗も大きくなります。長湯は身体に負担をかけるので注意しましょう。

(7) 水分補給…脱水症にならないよう水分補給を行います。特に高齢者はのどの渇きについて自覚にくいことがあるので注意します。

介護福祉士 望月仁弘

江古田の森体験談



ケアハウス 村上由美

作業療法士の学校に通いながら介護職員として働き始めて一年半が立ちました。学校では解剖学や生理で人体の構造と機能を学び、介護現場では車椅子やベッドへの移乗時に活かしています。実践的な科目では編み物や籐細工などの作製技法を学び、お体が自由に使えない場合はどうすれば作業できるのか提供方法を考えています。人は皆、どんな状態であっても、常に何か作業をしようと心が動き、作業に取り組んでいる時が、最もその人らしく輝き、作業を通して社会と関わりながら人生の質を高めていきます。ケアハウスでは毎日午前と午後にレクリエーションがあり、それに参加されている利用者様の笑顔は時に何歳も若返ったかのような輝きを見せます。それも一種の作業療法であると言えます。今年は皆様の笑顔がもっと増えるようにレクリエーション活動に学んだ技術と知識を生かしていこうと思います。

体験談募集!!

感動体験、苦勞体験、など当センターの利用体験だけでなく、介護体験をした記事等も募集します。このコラムを通じ、利用者や支援者の様々な「おもい」を共有できることで、悩んでいる方の一助となれば幸いです。引き続き江古田の森での体験談も募集しています。江古田の森広報委員へお気軽にお持ち下さい。

認知症サポーター養成講座の中止のお知らせ

5月9日(土)に予定されていた「認知症サポーター養成講座」ですが、新型コロナウイルスの影響で中止することになりました。受講を予定されていた方には申し訳ありません。6月以降の公開セミナーの予定についてはホームページなどに順次、掲載していきますのでご確認ください。

施設方針

平成29年1月1日

- 東京総合保健福祉センター江古田の森は、地球の環境保全並びに環境負荷軽減を、介護・福祉サービス活動において常に考慮し、顧客満足を維持しつつ、社会貢献していきます。
- 環境問題関連を含む法令、その他の要求事項を遵守して、福祉サービスを提供します。
 - 医学的、教育的、心理的、社会的リハビリテーションを提供し、利用者の生活の質を向上させることで、自立と自己実現を目指します。
 - 利用者の自己決定と選択を尊重し、利用者の願いや思いを大切に、利用者の気持ちに寄り添った支援をします。
 - 職員は、専門性の向上のために不断の努力をし、研修及び研鑽を積み重ねます。
 - 介護・支援・福祉サービスにおける環境影響評価を適切に行ないます。
 - より良い福祉サービスの実現と環境負荷の軽減のための施設目的・施設目標を設定するとともに定期的に見直しを行い、統合マネジメントシステムを継続的に改善していくことを通じて、福祉サービスの質の向上と環境パフォーマンスの向上を積極的に推進します。
 - 福祉サービスの提供にあたって、事故防止、感染防止、汚染防止に努め、施設環境の快適性を推進します。
 - 施設方針は、全職員に周知するとともにホームページ等を通じて一般に公表します。