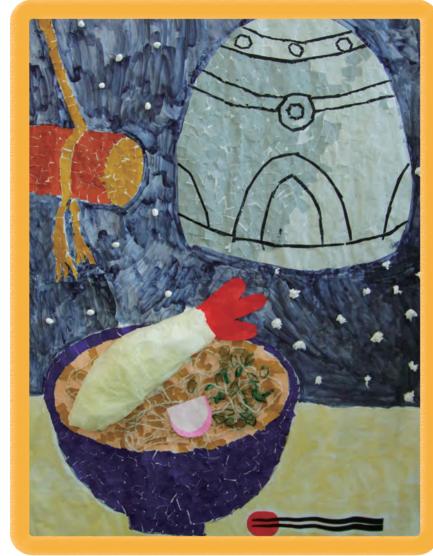


医療介護施設

# かめやま (介 護 版)

v o 1 . 1 1 2015 Dec





「年越し」 リハビリの一環として 老健グロリアの 利用者の方々数名で 作成されました

# **■**Contents**■**

- ■特集(かめやま 各施設のご紹介)
- ■連載~訪問診療のご紹介~
- ■お家でできる簡単エクササイズ
- ■新入職員紹介
- ■PT 石元の一度やってみたかった
- ■特養こころのご紹介
- ■売店メール便り
- ■編集後記
- ■お問い合わせ先一覧

# 「手と目と」

この言葉には、 「手」と「目」で「看る」 (手+目=看)という 私たちの思いが込められています

# 入居者募集中 です

医療介護施設かめやま 新館 2.3 階

# 住宅型有料老人ホーム



# クリニック併



- 1階に「亀山クリニック」が併設されています。
- 栄光病院 ・ 亀山クリニックへスタッフが通院介助します。
- 24 時間介護スタッフが常駐しています。
- 関連事業所に、 通所リハビリテーション、訪問介護、訪問看護、 **ケアプランサービス**があり専門スタッフが 「安心」 できる生活を支援しています。
- 短期利用(1泊2日~)も 実施しています。

# 入居対象者

60歳以上の方 ご夫婦・親子などおふたりでのご入居も可能です。

# 関わるすべての人が 癒し癒される介護を実践します



ご入居に関するすべてのお問い合わせは

医療介護施設 かめやま

092(935)0148 〈代〉(担当: 吉岡)



# 医療介護施設かめやま

# 空床あり

本館 2階

# 介護老人保健施設

# 「グロリア」

- リハビリができます
- 少人数制の個別ケアを実施しています
- ショートステイ(1泊2日~)も実施しています





要介護認定(要介護1~5)をお持ちの方 病状が安定し、 入院治療の必要のない方

本館 3階

# 介護付有料老人ホーム

# 「かめやま」



● 介護·看護スタッフ、 及び 併設の関連施設と連携した 安心の健康管理体制







# 入居要件

要介護認定(要支援1~要介護5)をお持ちの方 最期まで住み慣れたわが家としてお暮しいただけます



# 【海載】

# ~訪問診療のご紹介~





亀山クリニック 庄子智史

前回に引き続き、屋久島での思い出です。

町立の診療所に勤め始めてすぐの頃、鹿児島市の病院での治療を終えて自宅に戻ってこられた80 歳代の男性HさんのもYに訪問するこYになりました。癌の治療を受けていましたが効果なく。 最期 の時を自宅で過ごすためでした。同じくらいの年の奥さんとの二人暮らしでした。

Hさんは寡黙な元漁師さんでした。痛みや苦しみを訴えることはなく、穏やかに過ごされていました。 奥さんは元看護師でしたので、Hさんとしてはより心強かったのかもしれません。しかし膝や腰が痛くて 家事もままならない状態でしたので、自宅で看取りまでできるのか、と興さんは不安を抱えていました。 長年連れ添った夫の生活を支えるために必死にお世話をしている奥さんを、我々はもちろん、島外に 住んでいるご家族やご近所の方々で支えていました。

痛みなどはないといっても衰弱は著しく、Hさんは1日の大部分を布団で横になっていることがほと んどでした。ある日のこと奥さんから「川が見たい」と言われました、と相談を受けました。自分で歩 いていくことも、足腰が痛い奥さんが連れていくこともできません。それならば、ということで、私と看 護師さんがHさんを診療所の車椅子に乗っけて川まで連れて行きました。川は家からすぐなので問題 なく到着し、しばらく川を眺めてもらいました。護岸工事がされて苦と変わってはいますが、子供の時 に遊んだ思い出の川です。とても喜んでいました。そのまま帰るのも勿体なかったので、お疲れでない ことを確認して、ぐるっと近所を一周してから帰りました。歩くことはできなかったですが、見慣れた風景 を心から楽しんでおられました。

入院していたら外出することすらできない場合がほとんどです。ホスピスであれば入院してもかなり希 望が通りますが、自宅であればこそ、入院していてはできないことが叶うことがあります。それこそが自宅、 住み慣れた地域で生きる醍醐味だと思います。

もちろん医師や看護師だけではできることが限られます。在宅療養を続けるにはヘルパーさんやケア マネージャーさんなど多くの専門職の方々との協力が必要です。しかし、それでも足りないのです。 地域の力、ご近所の力とでも申しましょうか、「在宅ボランティア」の力が必要なのです。外出の付き 添いや将棋の相手、家の中のちょっとしたことをお手伝いするだけでももちろんですが、話を聞いてもら うだけ、そばにいてくれるだけでも喜ばれます。日常生活のほんの少しの支えで、在宅療養に彩りを 添えることができるのです。専門職だけではなく、「皆さん」と一緒に「皆さん」の在宅療養を支え 合えることができれば幸せだなあと思っています。

簡単 エクササイズ

# ~017年トレーニングのすすめ~

リハスタッフによる

# 「お家で出来る簡単エクササイズ」のコーナー第10弾です! ~ 『ロコモトレーニング』をご紹介します~

皆さんこんにちは。通所リハビリPT(理学療法士)熊谷と申します。

今回お家で出来る!簡単エクササイズ第10弾をお届けします。今回はロコモトレーニングをご紹介させて頂きます。

皆さんはロコモとは何かお分かりでしょうか?? ロコモティブシンドロームの略で日本語では運動器症候群と言われます。ここまでは??? と思われるでしょうが、簡単に言うと筋肉、骨、関節、軟骨、椎間板といった運動器のいずれか 又は 複数に障害が起こり「立つ」「歩く」といった機能が低下している状態をいいます。進行すると日常生活にも支障が起こってきます。

ロコモトレーニングとはいつまでも自分の足で歩き続けていくために、運動器を長持ちさせロコモを予防し、健康寿命を延ばしていくための運動とも言えます。

今回はロコモトレーニングの中の重要な2つの運動をご紹介します。 トレーニングを行う上で3つの注意事項を守りましょう。

①無理は禁物です。②転ばない様注意する。③決められた時間、回数で行う。 又、トレーニング中に静や膝に痛みが出たり、バランスが悪くて転びそうな場合は中止 して下さい。継続は力なり毎日続けることが重要です。是非お試し下さい。

①片足立ち(左右 1 分間ずつ1 日 3 回行いましょう)

転倒しないように 必ずつかまるものの ある場所で 行いましょう

床に着かない程度に 片足を上げます



リハビリテーション課 熊谷 英巳

②スクワット(深呼吸をするペースで 5,6 回繰り返す。1日3回行いましょう)



1 肩幅より少し広めに足を 2 膝がつま失より前に出な 広げて立ちます。つま失 いように、また膝が足の は30度くらい開きます。 人差し指の方向に向く



2 膝がつま矢より前に出ないように、また膝が足の人差し指の方向に向くように注意して、おしりを後ろに引くように身体をしずめます。

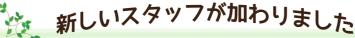


机に手をつかずにできる

スクワットができないとき は、 イスに腰かけ、 机 に手をついて 立ち座りの

動作を繰り返します。

参考資料: 外科学会公認





【H.27.7.22~H.27.11.21入職】

のりむら ふみか

法村 富美香

何があっても

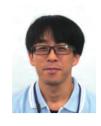
前向きな気持ちを

忘れずに

頑張ります。

よろしく

お願いいたします。



はるな たかまさ 春名 孝将

皆さまに 色々なことを 教わりつつ 笑顔を忘れず に頑張って いきたいと 思います。

所属 : 介護老人保健施設 「グロリア」 暗種:

ケアワーカー 趣味: 筋トレ、 音楽鑑賞





所属 : 介護付

有料老人ホーム 「かめやま」

職種: ケアワーカー 趣味: バレーボール、 野球観戦

## ばたりな 柴田 莉奈

わからないことは たくさん ありますが、 早く覚えて 頑張っていきたいと 思います。 よろしく お願いします。



所属: 介護付

有料老人ホーム 「かめやま」

趣味: なし



職種 : 看護師

# はまべきちこ 濱邉 佐知子

いつも笑顔で 頑張ります。 よろしく お願いします。



所属: 通所リハビリ テーション

職種 : 送迎 趣味: ゴルフ パークゴルフ

あり、

長嶋茂雄さんを愛してやまない

には、

熱狂的なジャイアンツファンで

汚れてしまった私は自分を恥じました。

を食べたいなどという、狭く、

ちょっとお薬に詳しい友達がいます。

「ジャイアンツ部屋」というものがあり、

部屋中ジャイアンツグッズにあふれ、

天井

にもジャイアンツの選手のポスターが貼ら

そこにいると落ち着くというジャイア

②デイケアの スタッフの皆さんと 楽しく仕事を しています

ランキング第1

位は皆さん「たこ焼き」

だ

方に暮れた私は気づきました。

いえ、

、 気づ

途

確

には鎮西町であり呼子ではありません。

らないほどのイカ愛は呼子の海のように広

呼子に行って

「たこ焼 浅く、

きなイカ愛にです。

「たこ焼き」

が見当た 一途な、

かされました。

呼子の皆さんの

大

思います

お腹がすいたなと思った時の食べたいもの

フン・セガール

沈黙シリーズ」

を見つつ

て焼き」

を見つけましたが、ここは、正

桃山天下市という道の駅に 「たこ焼き」はみつかりません。

た

①毎日安全運転で

頑張っています。

いけだつねお

池田

恒雄



所属: 通所リハビリ テーション

職種: ケアワーカー 趣味: 読書、 コンサートに行く事

ナーです

とをやってみて皆さんにお勧めするコー

見ながら食べてしまい、14時ごろ「スティー

いっしょになり、「誰だって波瀾爆笑」

を

を探しても

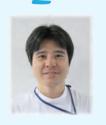
その不安は的中しました。どこ

遅く起きた日曜日に、

朝ご飯と昼ご飯が

今年で19回目のイカ祭りが行われたイカの 呼子といえばイカですが、 私は辿り着きました。 のではないでしょうか?というわけで今回 売られている「たこ焼き」 を求めて訪れるイカの町の は呼子の が究極の たこが有名な明石や北海道の てみたいという思いが湧きあがりました。 気持ちになり、 球テレビ観戦をしたいと思い、 ただいています。 行ってはたこ焼き、ヨドバシに行ってはた 究極の 私も「たこ焼き」 ムの通路でテレビ観戦をした時と似た キャナルに行ってはたこ焼きをい 「たこ焼き」ではないでしょうか 「たこ焼き」 「たこ焼き」とは何でしょうか? 究極の 観光客の九分九厘がイカ そんな時、 これほどのイカの町に が大好きで、 究極の でしょうか?そして 一たこ焼き」 は逆に美味しい そんなイカの町 「たこ焼き」、 究極のプロ野 「たこ焼き」 「たこ焼き」 ヤフオク イオンに を食べ

コーナーは私が「一度やってみたかった」こ 皆さん、 こんにちは。 O PT石元です。



たこ焼き」 早速、 ノリーズ第3弾」です 度やってみたかった・もったいない 佐賀県呼子町へお邪魔しまし が売っているのか不安になり た

この

Photo&文:石元淳也 (リハビリテーション課 課長代理)

「たこ焼き」

と口ずさみ帰路につきました。

ンツ愛がすごい彼も佐賀出身であり、

佐賀

にはいろんな愛があるんだなと思いなが

そういえば松雪泰子は公表したのか気

「S・A・G・Aさが

が食べたくなったら、

お近くのお店でお買

# 一点広メールです (



# ●がめ山うどん・そば

※カフェオリジナルのメニューです。 こしのあるうどん ・ そば麺の上に、 あんの利いたがめ煮がトッピング されています。 ここに生姜 or 柚を 少々加えて食すと 『体があったか いんだからぁ~♪』 です。





### ●オムハヤシ

※お子さんから大人まで、 不動の人気を誇る、 No1 メニューです。



# ●毎週木曜日に、

パン・ナガタを売店で 販売します。

皆さん、私達の自信作を、 どうぞ一度食べて見てください。

# 特別養護老人ホームこころのご紹介

8月に開設したばかりの特別養護老人ホームこころです。 現在約60名の入居者の方をお迎えし、 職員も社会医療法人栄光会から異動組のベテラン、 新しく採用になった方、みんなで一丸となり 試行錯誤の毎日を送っています。

まだまだ生まれたばかりのひよっこ「こころ」ですが、 入居者の皆様に少しでも楽しい時間を過<mark>ごしてい</mark>ただきたい との思いで、少しずつイベントやサークルなどを始めています。 11月の「お月見会」では月の映像を見ながら、 ウサギに扮した中尾先生によるオカリナ演奏、 2 C病棟のケアワーカー高木さんによるお琴の音色に耳を傾け、

おはぎと抹茶を味わいました。

入居者の方からは「楽しかっ<mark>た」「おい</mark>しかった」などの声が 聞かれていました。

皆様に「『こころ』に来てよかった!」と思っていただけるように、 スタッフー同日々研鑽に励んでいきたいと思います。

(相談員 藤田望美)

# 米でおしぎりを作りました>

\_\_\_\_\_



### <好評だった敬老お祝い膳>



### <ボランティア講師によるお花の教室です>









## くこころスタッフ全員集合!>



# 編集後記

私たちは様々な〈終わり〉を経験します。それは卒業であったり、引退であったり、 退職であったりします。その花道が華やかであればあるほど、それ全体が良い思い出 として私たちの心に残るものです。人生という大きな流れの中でもそれは同様で、 マザーテレサの「人生の99%が不幸だとしても、最期の1%が幸せならば、その人 の人生は幸せなものに変わる」という言葉からも読み取ることができます。

私たちは利用者様のその最期の1%に関わらせていただいています。その1%の 重みを感じながら職務を全うしなければならないのです。

私たちはリハビリを希望している方、元気に自活したい方、終の棲家としたい方、 などの希望に対し、様々な選択肢をご提案することができます。「したいこと、できる ことをする」そんな幸せな人生のお手伝いを、私たちに関わらせていただきたい、 そう思います。(石橋)

※広報誌の送付が不要な方は 下記までご連絡ください。

社会医療法人栄光会

広報営業部会 担当:安川(和)

TEL 092(935)0147

E-mail k-yasukawa@eikoh.or.jp

# 12月 診療スケジュール

(2015年12月1日現在)

■ 亀山クリニック

月~土 9:00~12:30 月·木·金 16:00~17:30 ※午前中の受付は12:00まで ※午後の受付は17:15まで

【火·水·土 午後休診】/【日·祝日休診】

曜日	月		火		水		木		金		±	
時間帯	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
総合診療	波多江 真柴	波多江	折田(泰) 波多江	_	庄子	_	波多江 庄子	波多江	波多江	波多江	波多江 真柴	_

# ■お問い合わせ先 一覧

- ●通所リハビリに関するお問い合わせは 栄光会通所リハビリテーション 092-935-1365
- ●訪問看護に関するお問い合わせは栄光会訪問看護ステーション 092-935-1030
- ●訪問介護に関するお問い合わせは 栄光会ヘルパーステーション 092-937-5815
- ●介護相談及び介護保険申請に関するご相談は栄光会ケアプランサービス 092-937-5021

●施設入所・入居に関するご相談は

介護老人保健施設 グロリア 092-935-2129 介護付有料老人ホーム かめやま 092-935-2146 住宅型有料老人ホーム 安息 092-936-7510

- ●受診その他、上記以外のお問い合わせは 医療介護施設かめやま 092-935-0148(代表)
- ●特別養護老人ホームへのお問い合わせは 特別養護老人ホームこころ 092-935-5560(代表)

# 【 介護·看護職員 募集中 】

※特別養護老人ホームこころ ユニットリーダー急募!!



【随時お問い合わせ受付中】

〈人事担当〉

社会医療法人栄光会 栄光病院

電話 092(935)0147(病院代表)

【担当: 事務局長 藤江、人事労務課 近藤】

わたしたちと一緒に 栄光会グループで 働いてみませんか?

## 栄光病院グロリア介護基金のご案内

栄光会の医療・介護・福祉の事業展開のために皆さまお一人 お一人のお力添えを心よりお願い申し上げます。栄光会事業の 趣旨にご賛同賜り、ご支援頂けますならば、誠に幸甚に存じます。

### 【グロリア介護基金 お振込口座】

グロリア介護基金 代表 下稲葉康之

西日本シティ銀行 博多支店 普 No.1905699 福岡銀行 粕屋支店 普 No.549383 郵便振替 No.01780-9-148645 (代表者名等なし) \*-ロ 春万円 (法人・個人を問わず何口でも結構です)

3**83** 皆名等なし) でも結構です)



〒811-2205 福岡県糟屋郡志免町別府 2-2-1

Tel.092(935)0148
Fax.092(937)6141
URL: http://www.eikoh.or.jp
E-mail: eikoh@eikoh.or.jp