

若葉が丘だより



医療法人社団 若葉会
介護老人保健施設 若葉が丘
〒224-0057
横浜市都筑区川和町2674-1
Tel 045-948-1281
発行 平成30年1月

新年あけましておめでとうございます。

2017年も、世界で様々な出来事がありました。近年のグローバル化により、日本にも世界の出来事が関係し、目を向けていかなければならない状況になっています。今後も世界との関係が深くなっていくと思われます。しかし、自分たちの住む地域に目を向けると、個人が中心となり、人と人との関係が希薄になってきています。

高齢者、若者世代、親、子供の関係が希薄になっている世の中において、生活する上で必要な「気持ち、考えの伝達」が少なくなっております。相互がもっと大切にしなければならないと強く思います。

人とは、様々な経験をしながら年を重ねていきます。そして、経験という財産を次世代に繋げていく役割があります。経験を受け継いだ次世代は、受け継いだ経験を自分の財産とし、自分の経験を交えて次に引き継ぐのです。経験とは自分の気持ちや考えの引出しを増やしてくれます。これが大切であると思えます。皆様も「気持ち、考えの伝達」の大切さを今一度振り返っていただければと思います。

当法人は、病院・介護老人保健施設・訪問看護ステーション・居宅介護支援事業所の4事業所を保持しています。“地域に根ざしたチームケア”を経営理念として、医療職、介護職、リハビリ職、医療相談員等の多職種が一体となり、個人、家族、地域の力になれることを目的に法人全職員が心を1つにして地域の連携作りをしています。その窓口となる地域医療連携室は充実しており、医療・介護についてどんなことでもご相談に応じることが出来ると思っております。ご自身、ご家族様のことで何か困ったことがありましたら、お気軽にお声をかけて下さい。

最後になりますが、今後も当法人は、地域の皆様に支えられながら、お役に立てる法人運営を目指してまいりますので、本年も宜しくお願い致します。

医療法人社団 若葉会
理事長 中野雄二

寒い季節になってきたので、みんなで蒸したての～

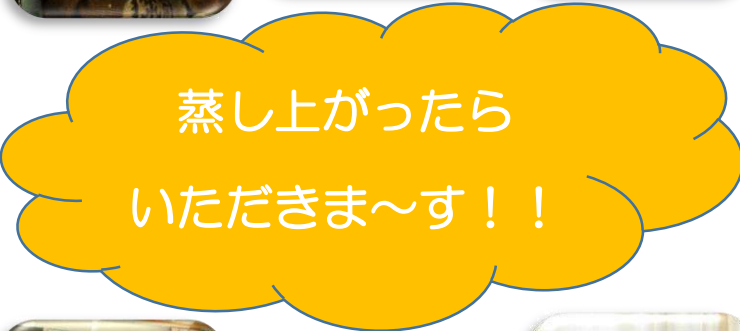
アツアツの肉まんを食べました！



第1 食堂に蒸し器を用意して、蒸し上がった順にアツアツでご提供～



蒸し上がるまでは・・・恒例の・・・飲み会です！！



みなさんフーフーして美味しくいただきました！！！！

🎃 ハロウィン 🦇

世間で定番化されつつあるハロウィンを施設でも！フロアを飾り付け、ご利用者様も仮装をしてハロウィンパーティーをしました。



こちらの不安を良い意味で裏切られました！意外にも皆様笑顔でポーズを作り写真を撮らせて下さいました！



実演調理



毎回、好評をいただいているお好み焼きを行いました。早く食べたいという思いから、率先して手伝ってもらえました。今回も美味しくできて皆様大満足！！



五感を使って『食を楽しむ』というテーマで実演調理を行っています。昨年、一番好評だったのはお好み焼きでした。これを超える物を今年は考えています。ご期待下さい！！



クリスマス会



毎年恒例になっているクリスマス会です。職員の出し物も恒例となっています。ただ年々グレードは増しています。

最後には美味しいケーキとシャンメリーで乾杯！やはり食べている時が皆様一番良い表情でした！



通所リハビリ

謹賀
新年

旧年中はひとかたならぬご厚情を賜り、
誠にありがとうございます。

本年も相変わらず、よろしく願いたします。
皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。

今回はこの時期恒例の「年賀状」を皆様に作成して頂きました。
皆様、久々に書く年賀状で誰に送ろうかと考えながら、試行
錯誤されていました。年末独特の和やかな雰囲気に含まれてい
ました。



絵を書いたり模様を張り付けたり、思い思いの年賀状が出来
上がり、皆様大満足でした。



今頃、年賀状に乗せた想いが伝わっていることでしょう。



若葉が丘 リハビリ



あけましておめでとうございます。若葉が丘リハビリ科です。

今年もリハビリ科一同、ご利用者様と元気に頑張ってリハビリを行っていきたいと思いますので、皆様よろしくお祈りします！！

皆様、お正月はどのように過ごされましたか？おせちやお寿司等のごちそうを召し上がった方も多いかと思います。「食べる」ということは生きる活力に繋がりますよね！そこで今回は、なるべく長く安全に食べることが出来るように、家庭でも出来る口腔体操を紹介させて頂きたいと思います。

加齢とともに食べ物飲み込み力が低下しやすくなります。口・舌・頬などの食事に必要な筋肉を刺激し、唾液の分泌を促すことによって、飲み込みにくさやむせ込みの軽減を図ることが出来ます。そこで、以下のような体操をお食事前に行って頂ければと思います。

① 深呼吸



② 首を回す



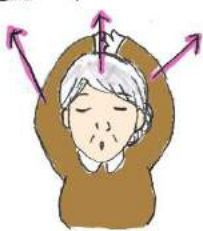
③ 首を倒す



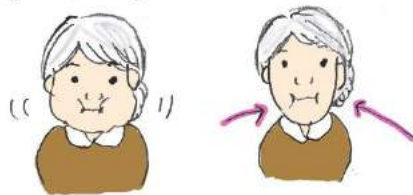
④ 肩の上下



⑤ 背伸び



⑥ 頬をふくらませる、引っ込ませる (2,3回)



⑦ 舌で左右の口角を触る (2,3回)



⑧ 舌を出す、引く (2,3回)



⑨ 大きく息を吸って、止める数回吐く、



⑩ 「パパパパ」「ララララ」「カカカカ」をゆっくり言う、



その他、歌を歌ったり、早口言葉を言ったりすることも有効です。

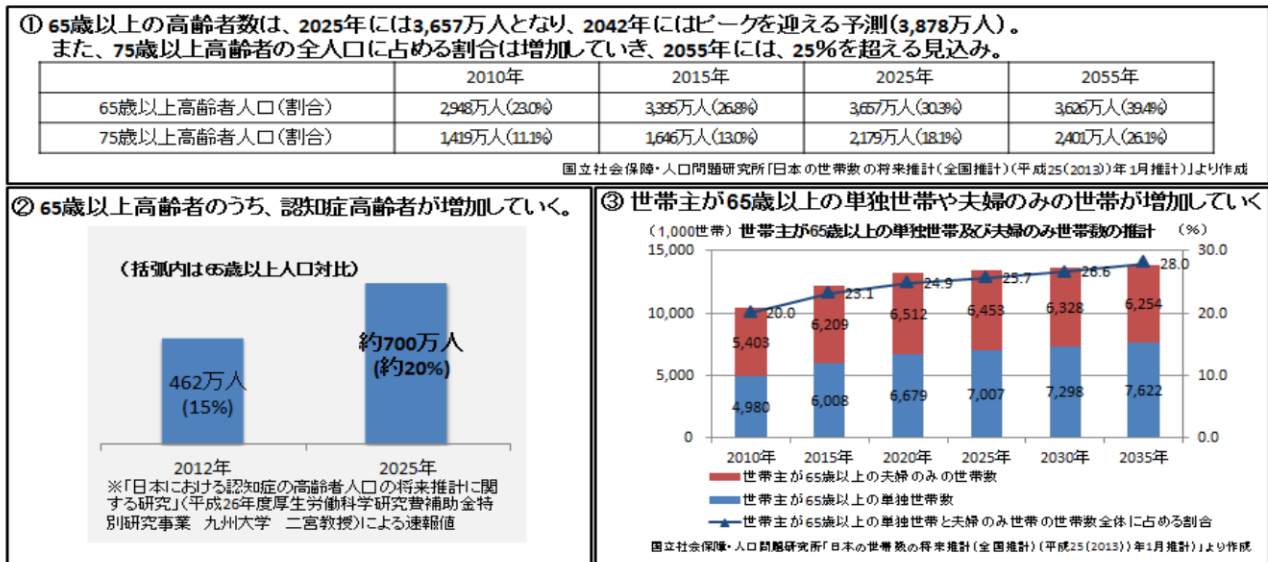
また、歯磨きや口腔ケアを意識して行うことも口腔機能の維持にとって、とても大切です。歯や口の疾患を予防することで、誤嚥性肺炎、敗血症、心疾患などの全身疾患の予防、健康状態の維持・向上にも繋がります。口の中の清潔を保ち、正常な口腔機能を維持することで、少しでも長く「食べる楽しみ」を持ち、生きる活力に繋げて頂ければと思います。



よこはま地域包括ケア計画 ～第7期 横浜市高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画～

横浜市では、団塊の世代が75歳を迎える2025年には、高齢化率が26.1%となり、4人に1人が高齢者の時代となります。増大する介護・医療ニーズや課題に対応する為、2025年までに横浜型地域包括ケアシステムの構築を進めています。すべての市民・関係者が地域の問題・課題を「我が事」として捉え・関わり、支え手・受け手という関係を超えて、多様な主体・担い手がつながり、「丸ごと」受け止める場を地域につくる、『地域共生社会』の実現を目指しています。

◇高齢者人口の推計◇



■ 第7期計画(期間:平成30年度～32年度)の基本目標と施策体系

基本目標 ポジティブ・エイジング

～誰もが、いつまでも、どんなときも、自分らしくいられる「横浜型地域包括ケアシステム」を社会全体で紡ぐ～

基本的な方向目標達成に向けた施策体系(一部を抜粋)

○地域共生社会の実現に向けた地域づくりを目指して

- ・誰もが、いくつになっても、その人に合う役割を持ち、地域の担い手となることができるよう、「介護予防・健康づくり」、「社会参加」、「生活支援」を一体的に推進し、健康寿命日本一につなげます。
- ・地域共生社会に向け、多様な主体が連携した包括的な支援体制により、活動や支援が充実した地域づくりを進めます。

○地域生活を支えるサービスの充実と連携強化を目指して

- ・医療・介護が必要になっても地域で安心して生活できるよう、在宅生活を支える介護、医療、保健・福祉の充実。
- ・医療・介護の連携など、多職種連携の強化を進め、利用者の状況に応じた必要なケアを、一体的に提供。

○ニーズや状況に応じた施設・住まいを目指して

- ・要介護高齢者や、認知症高齢者、一人暮らし高齢者等の大幅な増加が見込まれる中で、多様なニーズに対応し、個々の状況に応じた「施設・住まい」の選択を可能とするため、必要量を整備します。

○地域包括ケア実現のために

- ・市民に分かりやすい情報の発信など、横浜型地域包括ケアシステムを支える基盤整備を進めます。

若葉が丘 スタッフ紹介

昨年、永年勤続で表彰されたスタッフの中から、今回は2人のスタッフを紹介したいと思います。



三島 ひろみ (みしま ひろみ) 看護師長

生年月日：秘密

干支：辰年

職種：看護師

勤続年数：20年

この仕事に就いた
きっかけは？

中学生の時に保健係をしていました。具合が悪かったり、怪我をしたクラスの子を保健室に連れていった時に、手当てをしている保健の先生を見て、身体のこと困っている人を助けられる仕事っていいなと思ったのが最初のきっかけです。

この仕事をしていなか
ったらどんな仕事をし
ていたと思いますか？

小学生の頃、本を読むのが大好きで図書室によく行っていました。小学校の卒業文集には“作家になりたい”と書いたことを今でも覚えています。

若葉が丘のおすすめの
ポイントは？

芸達者なスタッフが多く、スタッフ1人ひとりがご利用者様に楽しんでもらえるよう、日々考えてレクリエーションを行っています。

佐藤 透 (さとう とおる)

相談室室長

生年月日：昭和49年4月4日

干支：寅年

職種：支援相談員

勤続年数：15年



高校時代にボランティアで聾唖学校によく行っていました。同年代の女子高生が皆可愛くて手話が出来たら、もっと仲良くなれると思い、調べていたところ、福祉専門学校の存在を知り、入学したのがきっかけです。ちなみに女子高生には覚えた手話で遊びに誘いましたが、断られました…

この仕事に就いた
きっかけは？

支援相談員は施設の窓口業務なので、イレギュラーな対応が多くあり、大慌てになることがあります。ご家族様やスタッフの協力ですべてがよい方向に向かった時には喜びを感じます。

今の仕事の大変な所や
嬉しかったことは？

健康的な趣味を持とうと、先日ボルダリングに行きましたが、2時間後、缶ジュースの蓋が開けられなくなり、2日後には自宅の引き戸の開閉ができなくなるほどの筋肉痛を味わいました。続けていくか迷っています(苦笑)

セールスポイント・
趣味は？

スタッフが明るく家庭的だと良く耳にします。そういった雰囲気を感じていただければと思います。

若葉が丘のおすすめの
ポイントは？

平成30年 年間行事予定

1月	餅つき大会・七草粥	2月	豆まき
3月	ひな祭	4月	お花見
5月	菖蒲湯	6月	外出レク（入所）
7月	七夕	8月	夏祭り
9月	敬老会	10月	運動会（通所）
11月	川和芸能文化祭（地域行事参加）	12月	クリスマス会・ゆず湯

*この他にもイベントが入ることがあります。その都度、掲示等でお知らせしていきます。各イベントの詳細に関しましては、時期が近くなりましたら、フロア職員にお尋ねください。

施設からのお願い・お知らせ

- 衣類・持ち物等には必ずお名前のご記入をお願いします。
お名前が記入していない為、所有者不明の持ち物が増えております。
スタッフも気を付けて確認を致します。お手数ですが全ての持ち物にご記名をお願いします。
上着は伸縮性のあるもの、ズボンはウエスト部分がゴムのもの、靴下はむくみがある方が多数いらっしゃる為、ゴムがゆるめのもの等、脱ぎ着しやすい衣類でお願いします。
- 居室にある持ち物で不要な物などがありましたらお持ち帰り頂くか、処分して良い物があればスタッフにお声かけください。
棚の中に着ない服や床頭台に古いお菓子等入っている事もありますので、ご面会の際は、整理をお願いします。
- 感染症が流行する季節です。
面会時には事務所にあるマスクの着用、手の消毒をお願いします。また、感染拡大防止のため、発熱、喉の痛み、鼻づまり、鼻水、咳、痰などの風邪症状、下痢、吐き気、嘔吐、腹痛などの胃腸炎症状が認められた場合には面会をご遠慮下さい。
- 乾燥する季節に入っています。フロアでは乾燥予防のため加湿器設置、タオルを濡らしての加湿を行っています。