

若葉が丘だより

新緑号



ご挨拶

晴れ渡った空に新緑の青葉、すがすがしさを感じる季節となりました。

この4月に診療報酬と介護報酬同時改定されました。年々増加する社会保障費を維持するため政府は給付費を圧縮することに懸命となっています。

医療、介護、在宅支援の一端を担う介護老人保健施設が受ける改定の影響は残念ながら非常に厳しいものになるというのが大方の見通しです。ただ当施設は、たくさんの方々に様々な形で支えていただいている。

これからも地域に根ざした施設として、地域の福祉を支える在宅支援施設を目指していきます。若葉が丘を利用して良かったと感じてもらえるよう、努力してまいりますので、今後とも皆様のご協力をよろしくお願ひいたします。

相談室室長 佐藤 透



目次

- 通所フロアイベント 2
- 入所フロアイベント 3
- リハビリ科 4
- 栄養科 5
- 相談室 6
- スタッフインタビュー 7
- スマートフォン版ホームページ 8

お知らせ

皆様、お気づきになられたでしょうか？このたび広報誌の表紙をリニューアルしました（ほんのチョットですけど…）また広報誌に載せきれない旬な情報をホームページのブログに随時アップしています。

広報誌、ホームページとともに楽しんでいただければ幸いです。

広報委員会

こちらのQRコード
からホームページへ
アクセス！！

Search

若葉が丘

Click



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5月 VOL.1

☆通所リハビリ☆

暖かい日差しがたっぷりの過ごしやすい季節となりました。

今回は、春のイベントとして2つの催しを行いましたので御紹介していきたいと思います。

第1弾 ☆餃子＆焼売作り☆



皮に種を包み込んで
形を整えてもらいました。



ご利用者様と職員が
一緒に挑戦しました。



慣れた手つきです！！



できたてサイコー！
おいしいですっ！！

第2弾 ☆お花見☆



心地よい陽気の中
外に出てお花見を行いました。



室内からの
お花見も乙なものです。



桜も満開！笑顔も満開！



今年の桜もきれいだなあ…

入所フロア

3F では桜と菜の花を見にドライブに行きました！全員は行けなかつたので、桜の木の下で座談会をし、のんびりと春を感じました！

2F では恒例となりましたお花見会を開催しました！桜の開花が予想以上に早かったので、桜のないお花見会になってしましましたが、新企画のカラオケで大いに盛り上りました！！

3F ドライブ&レク

満開の桜をバックに
満開の笑顔をパシャリ！！



菜の花畑で
ハイ、ポーズ！！

天気も良く
話も弾みます♪



やっぱり外は気持ちいい！



2F お花見会

桜がなれりや桜餅♪

桜がなくても
家族と過ごす時間があれば。



ホントは桜の木の下で
やりたかった・・・

お見事！あっぱれです！！
来年もお願ひします！！



リハビリ通信

こんにちは、若葉が丘リハビリです。

現在、高齢化社会の中、地域では「認知症予防」「介護予防」という言葉が多く言われてきています。人間は、年を重ねていくと様々な箇所に痛みや、動かしにくいなど影響が出てきます。しかし、否定的に考えるのではなく、どのようにそのような状況と共に向き合って歩んでいくかが重要になります。

我々リハビリ職は、現在の生活とその方の身体面や認知面を総合的に考えて、生活のお手伝いを行っています。

今回は、生活の中で皆様が気にされている**肩こり**に対しての簡単な体操をご紹介致します。

小さい円を描くように両腕をまわします。腕を後方に回すときは左右の肩甲骨が近づくことを意識しましょう



腕と頭が触れ合うことを意識しましょう。
(身体が傾かないように気を付けましょう)

※ この体操を行って痛みが生じた方は無理に行わないでください。

若葉が丘リハビリでは、ご利用者様はもちろんのこと、ご家族様に対しても最大限のサポート行っていきたいと考えています。ご自身の身体、介助方法、介護方法について何かお困りのことがありましたら、お気軽にリハビリスタッフに声をかけてください。

若葉が丘リハビリー同

管理栄養士三宅のちょっといい話

気候も落着き、若葉の鮮やかさと陽の眩しさが目に入ります。キョッキヨ キヨキヨキヨキヨとほととぎすのさえずりが耳に届きます。春から夏へ季節がすすもうとしています。

私事ですが4月から自転車での通勤が多くなり、例年よりも季節を味わっています。

自転車をこぎながら、友人が「ほととぎすの鳴き声は『特許許可局』に聞こえる」と言っていたことを思い出しました。



青葉 ほととぎすときましたので、今の季節に1回目の旬を迎える

「カツオ」のお話です。カツオは太平洋やインド洋などの赤道に近い辺りで

生まれ、成長とともに黒潮に乗って日本列島に沿うように北上します。エサの豊富な北海道沖で産卵に備えて栄養を蓄え、親潮に乗って日本列島に沿うように南下し、太平洋やインド洋などの赤道に近い辺りで産卵する一生をたどります。関東沖を北上する時期は初夏で、それを「初鰹」と呼び、秋に南下する群を「戻り鰹」と呼び、2回目の旬となります。どちらも同じ魚でありながら、違った味わいを楽しむことができます。季節を感じながら、季節の味をいただくことを大切にしている日本の食文化が垣間見られます。

では、初鰹と戻り鰹では栄養的に違いはあるのでしょうか？ 初鰹は引き締まった赤身が特徴で、高たんぱく、低脂肪のとってもヘルシーな食材です。特に血合いの部分はビタミンA, B1, B2, B12、鉄分などが豊富に含まれ、特に貧血を予防する働きのあるビタミンB1は肉の中でもトップクラスの含有量です。

貧血気味の方にはぜひ積極的に取り入れていただきたい食品です。また、肝機能を高める働きがあるといわれているタウリンも豊富に含んでいます。



一方で戻り鰹の特徴は、しっかりと脂ののった身で良質の脂質を多く含んでいるという点です。ビタミン、鉄分などの量は初鰹と大きな差はありませんが血液をサラサラにする働きがあるといわれているEPA（エイコサペンタエン酸）や、脳の働きを活性化する

といわれているDHA（ドコサヘキサエン酸）などを豊富に含んでいます。非常に簡単に申し上げれば、初鰹はサッパリ、戻り鰹はコッテリといった感じでしょうか。カツオは、刺身でもたたきでも煮ても美味しい食材です。今晚の食卓にあげてみてはいかがでしょう。

食べることは大切です。生物学的に生命を維持するために最優先されるのはもちろんですが、食に気持ちを込めるができるのは人間だけです。また、食事から様々なことを学び伝えていきます。美味しいものが食べたい、食べさせたい。きれいに盛付けたら美味しそう。箸の持ち方を習った。お節料理の由来を聞いた。遠足のお弁当がおいしかった。友達と食べた。野菜を食べなさいと言われた。何気ない日常が親から子へ受け継がれるツールの一つが食事だと思います。「食事」は「人」に「良い」「事」と書きます。単に栄養給与ではない食事を考えていくべきだと思います。



新たな施設が創設される医療と介護の連携推進

2018年度介護保険制度改正により新たな介護保険施設が創設されましたので概要をお知らせします。

○介護医療院の創設

医療と介護の連携の推進については、今後、増加が見込まれる慢性期の医療・介護ニーズへの対応のため、新たな介護保険施設「介護医療院」が創設されます。これは、現行の介護療養型医療施設(介護療養病床)が、平成30年3月末に廃止される措置(ただし、経過措置期間は6年間延長)への対応策です。

介護医療院は平成30年4月から導入され、日常的な医学管理や看取り・ターミナル等の機能と生活施設としての機能とを兼ね備えた施設として位置づけています。

*介護療養型医療施設とは原則65歳以上で「要介護1」以上の介護認定を受けていることが入居条件となっている施設

■医療・介護の連携の推進等に関する取り組み

- ①「日常的な医学管理」や「看取り・ターミナル」等の機能と、「生活施設」としての機能とを兼ね備えた、新たな介護保険施設「介護医療院」を創設
 - *現行の介護療養病床の経過措置期間については、6年間延長することとする。病院又は診療所から新施設に転換した場合には、転換前の病院又は診療所の名称を引き続き使用できることとする。
- ②医療・介護の連携等に関し、都道府県による市町村に対する必要な情報の提供その他の支援の規定を整備

○介護療養型医療施設廃止の経緯

平成18年医療保険制度改革および診療報酬・介護報酬同時改定により、平成23年度末での介護療養病床廃止が決定したものの、代替サービスへの転換がうまく進まず、転換期限は平成29年度末まで延長されることとなりました。医療保険の適用される医療療養病床との役割・機能分担を明確にすることも、介護療養型医療施設(介護療養病床)廃止の目的のひとつであり、平成18年3月時点で12.2万床あった介護療養病床は、平成27年3月には6.3万床まで減少しています。そのため、「医療・介護難民」を生むことなく、介護療養型医療施設(介護療養病床)を廃止し、介護保険施設への転換を促すかが課題とされていました。

○介護保険施設比較

	介護老人保健施設	介護医療院	特別養護老人ホーム (介護老人福祉施設)
概要	在宅支援・在宅復帰	長期療養・生活施設	生活施設
対象利用者	介護度 1 以上	重篤な身体疾患を有する者 及び身体合併症を有する 認知症高齢者 等	介護度 3 以上 (介護度 1、2 の方の特例あり)
設置根拠 (法律)	介護保険法 医療法:医療提供施設	介護保険法 医療法:医療提供施設	介護保険法 老人福祉法

出典:厚生労働省「地域包括ケアシステムの強化のための介護保険法等の一部を改正する法律案」

総合相談室:深川 鈴木

若葉が丘 スタッフ紹介



木庭 真史 (こば まさふみ)

生年月日：昭和61年6月15日

職種：介護スタッフ

通所リハビリ

干支：寅年

勤続年数：1年

この仕事に就いたきっかけは？

元々福祉関係の仕事に興味がありましたが、前職では全く違う仕事に就いていました。前職で悩んでおり、家族や友人に相談した結果、友人より福祉の仕事をやってみないかと声が掛かり、相談した結果、福祉の仕事に向いていると言われたのがきっかけです。

この仕事に就くまでの職業経験は？

某ボルトメーカーにて9年間品質保証の仕事についていました。仕事の内容としては、検査業務・試験業務・JIS・ISO監査対応、クレーム対応・協力工場監査等の業務を行っていました。

この仕事の大変な所や嬉しかったことは？

全く前職と、仕事内容が異なるので業務をゼロから覚えるのが大変です。

あなたの趣味・セールスポイントは？

とにかく明るい所がセールスポイントです。趣味は、夏は海釣りで冬はスノーボードです。海釣りのホームグランドは、東伊豆の伊東港や、西伊豆の木負堤防などに行き、狙う魚は、メジナ・カワハギ・青魚・根魚等多種狙っております。また、地元の釣り師と仲良くなって、話しながら釣りを楽しんでおります。見かけたら話しかけて下さい。スノーボードは学生時代から毎年行っており、新潟の越後湯沢方面で、かぐらスキー場岩原スキー場などに年数十回日帰りで行きます。今年は、10回以上行きました。他には、四季に関係なく、温泉めぐり、箱根・草津・伊豆方面などスーパー銭湯に行きます。

忘れないエピソードは？

青春時代彼女かと思っていた彼女が・・・結果仲の良い友達だった事です。

将来の夢は？

とにかく有名人になる事です・・・(笑)

ついに登場 スマホ版ホームページ！！！

貴方のお持ちの iPhone や Android で、
いつでも **若葉が丘** があなたの手の中に。

PC版同様、**最新の採用情報・入所待機状況** は、もちろん

この **若葉が丘便り** も見られます！

お住まいが遠くなかなか面会に来られないご家族様も

満員電車に揺られ、毎日仕事に精を出しているそこのあなたも

スタッフブログ でほっこりしませんか！？

お手持ちのスマホで表紙QRコードを読み込むか「**若葉が丘**」で検索！！！

隨時、機能を充実させていく予定です。乞うご期待！

若葉が丘 広報委員会