

いなほ

8

Vol.59

発行所 社会医療法人凌雲会・社会福祉法人凌雲福祉会/板野郡藍住町笠木字西野50-1/☎(088)692-5757

第14回 凌雲グループ夏祭り開催!

8月3日に毎年恒例となりました『第14回凌雲グループ夏祭り』を開催しました。

地域の方々への感謝の気持ちを込めて、地域交流・地域貢献の一環として実施してきた夏祭りも今回で14回を数えました。厳しい暑さの中にもかかわらず、会場には多数の皆様にご来場いただきました。

縁日コーナーでは金魚すくいや射的をはじめ、今回追加したキックターゲット・ストラックアウトのブースでも、たくさんの子供さんに楽しんでもらえたようです。

ステージでは徳島文理大学『ニライカナイ』による沖縄エイサーの演舞が披露され、祭りの雰囲気を一層盛り上げてくれました。



ヒーローショーは懐かしの仮面ライダーが集合し、子供さんだけでなく大人の方も楽しんでいただけたのではないのでしょうか。

そして今回の目玉である『大抽選会』では、会場の熱気や盛り上



がりもクライマックスとなり、来場していただいた皆様や、見守るスタッフもドキドキ感を味わうことができたのではないかと思います。その中でご紹介させていただきました『QUONチョコレート』では、祭りから帰る際に大勢の方にご来店いただき、冷たいチョコアイスやシヨコラシヨで涼を感じていただけたようです。

今回は想定していた入場者数を大きく超えて、1000人を超える地域の皆様にご参加いただくことができました。来年もより一層皆様に楽しんでいただけるように企画していきたいと考えております。ありがとうございました。

夏祭り実行委員会 一同



小規模多機能ホームのご紹介！

小規模多機能型居宅介護とは、介護保険制度で創設された地域密着型サービスの一つで「通い」を中心に「訪問」や「宿泊」を一体的に提供することができます。稲次グループ内には4つの小規模多機能型居宅介護事業所があります。

	登録定員	通い定員	宿泊定員
藍住の家	29	18	9
親の家	18	12	4
名東の家	25	15	6
万代の家	29	18	7



【小規模藍住の家】（本体事業所藍住の家）

明るい雰囲気で、毎日ご利用者と職員の笑い声が絶えないホームです。リハビリ体操や創作活動に力を入れており、ホーム内にはご利用者と一緒に作成した作品がたくさん展示しています。



（サテライト事業所小規模親の家）



食事作りや洗濯などの家事活動を中心に、ジグソーパズルや計算ドリルなどの脳トレーニングに力を入れており、敬老会やクリスマス会等の季節の行事は藍住の家と合同で賑やかに開催しています。



【小規模名東の家】

山に囲まれた静かな環境の中、のんびりとした時間が流れています。イベントを楽しみにしてくださっている利用者様も多く、スタッフもイベントの企画についつい力が入ります。



【小規模万代の家】



家庭的な雰囲気でのサービスが特徴です。「いきいき100歳体操」を取り入れ、利用者様の身体機能維持に努めています。おやつは利用者さんと一緒に手作りして提供しています。



デイサービスセンター 藍ってどんなところ？



デイサービスセンター 藍
坂上 弘樹

昨年4月より藍住町にお住まいの方がご利用頂ける地域密着型のデイサービスになりました。1日の利用定員は18名までで、現在1日平均10名前後の方がご利用されており、まだ定員に余裕があります。以前からの変化として、昨年よりマツ

サージ師の岡先生のマツサージサービスを実施しています。毎週月曜日から金曜日まで、岡先生のマツサージサービスは大変好評で「身体が軽くなる」といったご意見も頂いています。

設備面でも変化があり、最新鋭のカラー



オケシステム（フリーダム）を導入しました。毎週、歌ひろば（カラオケイベント）を行っています。大スクリーンで懐かしい歌や最近の歌なども楽しんでも頂いています。ご利用者さんからは

「前より声ができるようになった」「今度はこちらの歌練習してくる」など多くのご意見も頂き、デイ利用を楽しんで頂ける要素がひとつ増えたと感じています。



また外出支援にも力を入れており毎月外出支援（お買い物、散策、外食等）を行っています。前月は小松島のためき公園、谷ちくわ商店さんへの外出なども行いました。

デイサービスセンター 藍では、今後も



様々な活動を通してご利用者様に満足して頂けるデイサービスを目指していきたいと思っております。皆様の見学やご利用をお待ちしております。

障がいサービス シリーズ Vol.14

夏休みの子ども達を対象に「こどもショコラティエ体験」を開催しました。

8月19日（月）・20日（火）・22日（木）の3日間それぞれ5歳～9歳の子ども達7名が参加してくれました。

最初にクイズでチョコレートの基本を学んだあと、異なる力加濃度のチョコレートのおべべ、クッキーのチョコレートづけ体験やオリジナルメダユチョコレートのづくりを行い、最後にみんなで「至高のアイス」を食べました。

チョコレートづくりでは、みんな真剣な表情で取り組み、袋詰めをして製造者の名前に自分の名前が入ったオリジナル商品が出来上がった



夏休みこどもショコラティエ体験を開催！

QUON チョコレート

時は、みんなとても喜んでいました。

QUON チョコレート 徳島店では、今後も様々なイベントを企画したいと思っております。

皆様のご来店をお待ちしております。

QUON チョコレート 徳島店 店長 平石 英明





シリーズ
Vol.26

知っておくと得をするリハビリの話
― 病気の後の自動車運転再開について ―



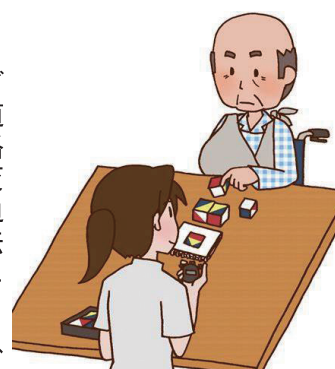
稲次病院
リハビリテーション部
佐藤 広隆



毎日痛ましい、交通事故のニュースが耳に飛び込んできます。徳島県では、八月二日、今年五回目となる「交通死亡事故多発警報（全県警報）」が発令されました。高齢者の運転継続についてだけではなく、病気の後の運転再開にも慎重な判断が必要な場合があります。

今回は、「病気の後の自動車運転再開について」紹介します。

運転免許をお持ちの方が、道路交通法に定められている一定の病気を発症した後、運転再開をご希望される場合、運転免許センターで適性相談、または臨時適性検査を受ける



ことが道路交通法により、定められています。病気やけがで身体に障がいや支障がある場合は、その症状等によっては、運転免許が取得（継続）できなくなったり、取り消されたりすることがあります。

気になる点や少しでも不安な点がある場合には、リハビリスタッフまでお気軽にお尋ね下さい。

※臨時適性検査を受けるにあたっては医師の診断書が必要です。当院では診断書作成にあたって、身体機能の検査や高次脳機能の検査、その他停止車両への乗降評価等を行っています。



シリーズ
Vol.27

介護保険サービスの紹介
― プレミアム商品券について ―



藍寿苑居宅介護支援事業所
鈴木 美知代

プレミアム付商品券
※医療機関の利用が費控にできる影響も認められるとともに、毎月の消費額を低下させるためにプレミアム付商品券も発行します。



今年10月の消費税率引き上げの影響緩和を目的に、プレミアム付商品券事業を実施します。



対象者一人当たり最大2万5千円分の商品券を2万円で購入できる事業です。この事業は、住民税非課税者の方と0歳から3歳半までのお子様のいる世帯主が対象です。対象になる可能性のある方にはお知らせや申請書が送付されます。非課税者の方は申請が必要な為、町福祉課に申請書に必要な事項を記入、押印し郵送もしくは直接

窓口へ提出することができます。申請書を受理された後、購入対象者には、プレミアム付商品券購入引換券を簡易書留にて送付されます。プレミアム付商品券の購入方法や使用できる店舗などの詳細については購入引換券に同封されます。ただし、「お釣り」が出せないこと、及び医療機関は定められた計算方法に則った額を超える一部負担金を受け取ってはならないことに留意が必要です。例えば夫婦二人の世帯で二人とも非課税者の場合「非課税者分」として二人、最大2.5万円×2人＝5万円分の商品券を4万円で購入することができます。

申請や購入引換券、購入方法や使用可能店舗、医療機関に関することなどのお問い合わせは町福祉課にご相談下さい。

キッズ
シリーズ
Vol.22

感覚あそび

ちびっこ園

子ども達は「触る」

「握る」「ちぎる」「丸める」など色々な感覚を楽しめる『感覚遊び』が大好きです。中でもスライム遊びは人気で、とろりと伸びる不思議な感覚や様々な形に変化していく様子に興味津々で伸ばしたり丸めたりしながら楽しそうに遊んでいます。小さい子には洗濯のりやビーズを使って、楽しく遊べるセンサリーバッグを作って遊びました。ギョツと握ってみたり、指でぶにぶに押してみたり不思議そうな表情でその感触を楽しんでいました。また



身近な素材を使って色々な感覚遊びを楽しんでいます。ちびっこ園 村部 和代



キッズルーム りょううん

生き物への興味

裏の用水のザリガニを見に行くのが大好きな子ども達。大きな違うザリガニを見て



喋りが止まりません。

また、最近はミンミン鳴くセミに興味津々！苑内の木には、目を凝らさなくてもすぐに発見できるほどたくさんさんのセミがいて、網で捕まえるのに夢中です。

そして、生き物を見たり捕まえたりにする中で「これ何？」「何で殻があるん？」など子ども達の興味は尽きません。その気持ちを大切に、知的好奇心を育んでいきたいです。

キッズルーム 凌雲 武田 千寿



知恵袋
シリーズ
Vol.22



藍寿苑
管理栄養士
吉田 恵美

梅雨か

ら夏にかけて、特に気を付けたのが細菌性食中毒です。

【食中毒予防3原則】

菌を①つけない②増やさない③やつつけるというのが、言葉で耳にしたことがある方は多いかと思いますが、今回は、②増やさないに注目し、家庭での予防アドバイスをお伝えします!!

特に、夏の暑い時期は、スパイスの効いたカレーを食べたくな

食中毒予防の3原則



夏の食中毒に注意を

る方も多いのではないのでしょうか? カレーは、作り置きしたものを再加熱して食べるとコクが出て、よりおいしく感じますよね。煮込み料理は安全だと



思われている方も多くかと思えますが、注意が必要で。細菌のほとんどは十分に加熱すれば死滅します。しかし、中には100℃で加熱しても死滅しない細菌があります。その1つがウェルシュ菌です。ウェルシュ菌は空気を嫌う細菌のため、煮込み料理の鍋底を好みます。また、常温でゆっくりと冷却することは、菌の増殖につながります。★煮込み料理のワンポイントアドバイス★ ●調理中は良くかき混ぜ、空気を送りながら加熱しましょう。 ●調理後、速やかに食べる事が望ましいですが、保存する場合は、少量ずつタッパー等に小分けし、冷凍・冷蔵保存しましょう。冷蔵保存の場合、翌日には食べないようにしましょう。



特殊詐欺から守る具体的な対策方法

徳島県 今年度7月末まで 特殊請求被害 認知件数15件 被害総額 3584万円

内訳 架空請求10件 オレオレ詐欺4件 融資1件 還付金0件となっています。

これだけ公共のメディアで訴えて警戒しているのに、も減らないのはなぜでしょう？

最近の被害者調査では意外にも詐欺対策に関心を持っていた人に多いという結果が出ていました。詐欺グループは心理学、脚本のプロが作成したマニュアルを使用しているのです。いわばプロの詐欺師から詐欺にあわない自信が皆さんにありますか？関心だけでなく具体的な対策が必要です。

今日から出来る対策方法を提示しますので参考にしてください。

対策1

「非通知」050「070」の番号にでない。

対策2

留守番電話機能の活用

最近の電話機では、非通知設定や登録外の番号を拒否し、その上で番号を自動で警察に知らせてくれる機能等が搭載されています。変更するのも一つです。（機種による差があります）

対策3

銀行ATM利用限度額を下げる
一度で引き落とせる限度額を調整できます。限度額を引き下げておくと詐欺で高額要求されても、本人から銀行に限度額変更依頼が必要なので防止に繋がります。（詳細は各銀行でお尋ね下さい）

リハビリテーション部
主任 上田 隆志

～ 熱中症とは ～



病院 看護部
主任 木村 明日可

最近全国的に暑い日が続き熱中症にかかる人が増えています。

熱中症とは、高温の環境が原因となつて起こる体調不良や障害を総称した呼び方です。

熱中症の典型的な症状のひとつに『こむら返り』があります。こむら返りの原因にはナトリウムなどのミネラル不足がある為、暑熱環境で多量に汗をかいた際に起こる事が多くあります。症状が重く全身のこむら返りが起こっている時は医療機関の受診が必要と考えられます。

熱中症は若年や中壮年の男性に多い『労作時熱中症』と高齢者に多い『非労作時熱中症』に大別されます。労作時とは『体を動かしている時』という意味であり、若い男性においてはスポーツ中の発症が多く見られます。中壮年の男性の場合は仕事中的



発症頻度が高く、屋外の工事現場等で作業されている方や、分厚い衣服を着て作業している方に多く見られます。高温多湿な環境で働かされている方は日頃から予防することが大切です。具体的には、●休憩の頻度を増やす。●こまめな水分補給（経口補水液等）●夜はしっかりと寝て疲労回復に努める。など。

次に、高齢者に多い『非労作時熱中症』とは、高齢の女性や一人暮らしの方に多く、日常生活の中で徐々に進行する熱中症であり、労作時熱中症より重症化しやすいという特徴があります。高齢者の方はご自分の脱水に気づきにくい傾向があり、さらに水分補給の際塩分の少ない『お茶』を飲む場合があります。水分補給の際には熱中症対策に必要な電解質の入っている経口補水液を日頃から意識的に飲むことをお勧めします。夏本番!!体調管理に気を付けて、この夏を乗り切りましょう。

凌雲グループ
スタッフの

♪ ご結婚・ご出産 おめでとうございます ♪

2019年4月～8月分

▼ご結婚

4/25 ケアハウス	三牧 桂子 (旧姓:渡邊)
4/26 リハビリ	松浦 涼太
5/1 リハビリ	中村 晃大
5/1 リハビリ	後藤 なつこ (旧姓:田村)
8/7 親の家	湯浅 陽平

▼ご出産

4/7 リハビリ	井内 亮太	女児
4/7 看護部	井内 月美	女児
4/8 リハビリ	井内 朋美	男児
4/12 看護部	井内 小川	男児
6/20 リハビリ	井内 田村	男児
7/11 リハビリ	井内 三谷	女児



シリーズ Dr. コラム



稲次病院
整形外科部長
岩佐 悟

ロコモを知ろう

ロコモは、2007年日本整形外科学会が提唱したロコモティブシンドロームの略語です。運動器症候群とも呼ばれ、運動器の障害のため要介護になる危険の高い状態を指します。

ここでいう運動器 (locomotive organ) とは、循環器や消化器と同じように身体の組織や器官を指し、骨や関節、靱帯、筋肉、脊髄・神経を含み、体を支え (支持)、動かす (運動・移動) 役割を果たしています。

健康で日常生活を過ごせる健康寿命と、平均寿命の間には、男性で約9年、女性で約12年の差があります。つまり健康上の問題で、約9年から12年の間、日常生活になんらかの制限や支障があることになりま

す。この健康上の問題を、2016年国民生活基礎調査で見ると、要支援や要介護になった原因として、骨折転倒・関節疾患・脊髄損傷などの運動器の障害が第1位になっています。2位は認知症、3位は脳血管疾患、4位は高齢によ

る衰弱です。

このため、健康寿命の延伸や生活機能の低下の防止のために、ロコモを知り、予防することが大切です。

ロコモの自己点検によるテストとしては、立ち上がりテスト、2ステップテスト、ロコモ25と呼ばれる25問の自己採点チェックがあります。

ロコモの予防 (寝たきりの予防) として大切なのは、運動と食事です。



【片脚立ち】
バランス能力や骨量のアップのために、転倒に注意して、床につかないように片足をあげる。
左右1分間ずつ1日3回行いましょう。



【スクワット】
下肢の筋力アップのために、転倒に注意して、5回程度繰り返します。
1日3回行いましょう。

ロコトレとして

勧められている運動は、片脚立ちとスクワットの2種類です。始めるのに遅いことはありません。いくつかからでも始めて下さい。

食事では、骨の元になるカルシウムやビタミンD、筋肉の元になるタンパク質などを積極的に摂る必要があります。

豊かな老後のために、ロコモを知って、実践しましょう。

参照…日本整形外科学会公式ロコモティブシンドローム予防啓発公式サイト

新入職員紹介

平成31年4月～令和元年8月下旬まで

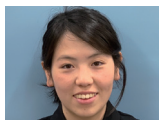
社会医療法人



病院 看護師
古川 志穂



病院 准看護師
谷口 陽香



病院 介護福祉士
田淵 佳那



昂通所 介護福祉士
萩山 玲子



昂通所 介護職員
林 征洋



昂入所 介護職員
佐川 俊介



昂入所 介護職員
後藤 志津香



昂通所 居宅ケアマネ
吉本 紀代子



親の家 介護福祉士
山中 美佐子



親の家 介護職員
前田 春佳



小規模名東 介護職員
西村 桂子



小規模万代 看護師
竹部 美香



栄養課 栄養士
津坂 京香



栄養課 調理師
吉村 光二

社会福祉法人



障がいデイ 看護師
岡崎 亜希子



障がいデイ 保育士
新宮 友美



藍寿苑 看護師
天満 勝美



藍寿苑 准看護師
山田 由樹



藍寿苑 介護福祉士
西岡 由佳



メロディー 看護師
船越 愛



ご寄贈

小林文雄様 吸引器1台
ご寄贈頂きました (昂入所)

ありがとうございます



働き方改革と利用改革

国の発表によると20年後には、なんと労働者の約5人に1人（1065万人）が医療・介護・福祉の分野にマンパワーが必要となる

のことです。
私たちのグループの職員は計650名
うち介護職員（約300名）
うち看護職員（約100名）
うちPT・OT・ST（約80名）です。

現在取り組んでいます働き方改革を紹介

●FU休暇（特別有給休暇）制度年16日
合計年間120日となり
月平均10日休み

●Wワーク制度（副業）
（例）社会医療法人常勤
有給や週休、早出遅出前後等を使い、社会福祉法人で副業勤務
時給は社会医療法人で働いている給与

●シニアワーク制度
60歳以上の方限定で、介護業務の周辺の支援業務です。貴方の人生経験が役立ちます。

法人管理部
部長 仁木 敦志

募集職種

介護・介護福祉士募集
（未経験者も歓迎）

看護師・准看護師・言語聴覚士（ST）・管理栄養士・栄養士・調理師・調理員

仕事の悩み、相談にのります。
（人事部職員より）

未経験者も
経験者も
大歓迎！

年間休日
120日
月10日換算

正社員採用
短時間正社員

勤務場所
9か所（藍住）
3か所（徳島市）

介護 看護 調理
★スタッフ募集★

育児復帰率
100%

介護福祉士
合格
強力バックアップ

パート採用
登録ヘルパー

託児施設
2か所完備

tel:088-692-5757 mail:kikakujo@ryoun.com

お問い合わせは、電話またはメールで

（上記以外の職種も可）担当：仁木



第21回徳島県慢性期医療学会にて表彰されました

2病棟 山中 朋子主任・栄養課 齋藤 三枝子さん

入職して10年以上経ち、先日第21回徳島県慢性期医療学会にて表彰されました。

歯科衛生士兼介護士として入職した時は、介護のことなど一切分からず手探りの状態でしたが、先輩方のご指導やアドバイスを、同僚の励ましにより少しずつ介護職の役割などを理解し、介護福祉士の資格も取得できました。

また、歯科衛生士としても摂食嚥下学会や口腔ケア学会など学会や研修に参加し、知識の向上・習得の機会を与えていただきました。それを踏まえ職員に勉強会などを通じて口腔ケアの技術向上や方法の統一を図りました。

今後とも介護福祉士、歯科衛生士として知識や技術の向上を目指し精進してまいりたいと思います。

稲次病院2病棟 主任 山中 朋子



令和元年度 徳島県慢性期医療協会 会長表彰記念 令和元年5月25日 於 徳島グランヴィリオホテル

編集後記

お盆は過ぎましたが、まだまだ残暑の厳しい日が続きます。
お身体ご自愛ください。

広報委員 木村 敬弘

