



いなほ

4

Vol.67

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



社会医療法人凌雲会
社会福祉法人凌雲福祉会
理事長 稲次 正敬

この2年間、コロナ・コロナで憂鬱な毎日が続いていますが、そんな中にあって、今年多くの新入職員を迎えることができ、大変嬉しく明るいニュースとなりました。

新入職員の皆さんにはこれから社会人一年生として、新しい人生をスタートするにあたってこれまで皆さんを育てて下さった家族の皆さんに感謝してくださいね。

4月は新年を迎えた一月とは全く違った気分にさせてくれます。私は幼いときからこの季節が一番好きです。桜の花が咲き始めると、どんなに寒く厳しい日々が続いても必ず春は来るのだ、と感じます。

新入職員の皆さんには、凌雲グループにとって、桜の花・注がれる新しい血です。今は、希望と不安な気持ちでいっぱいでしょうが、そのフレッシュな気持ちを忘れず、凌雲グループに新しい風を吹き込んでください。

今介護の世界は、介護スタッフの人材難で大変苦労しております。そんな中にあって、今年は金沢のアリス学園で介護の勉強を

新入職員を迎えて

し、介護福祉士の国家資格を取得した8名のインドネシアの若者たちが入社しました。私達が、数年かけて現地に赴き、面接し、採用し、法人が奨学生として支援してきた方々です。

これで、グループ内で働いてくれている外国人介護スタッフは、29名という大所帯となりました。彼らの支援が無いと今の介護の現場は成り立ちません。貴重な戦力であることを理解して、職員の皆さんの色んな面でのサポートをお願いします。



新入職員の皆さんに三つのお願いがあります。

1つ目は、「患者さん・利用者の目線で考えて行動する」ということです。これから仕事をしていく中で、疑問を持ったり、判断に迷ったりすることに必ず直面します。その時、「自分だったらどうして欲しいか?」「自分だったら、して欲しくない事は何か?」をまず考えて行動して下さい。そして必ず先輩に相談してください!

2つ目は、「常に謙虚な気持ち

で行動する」ということです。私たちは、医療・介護・福祉の分野で、多くの患者さんや利用者さんと関わっています。私も50年前に医師となって以来、教科書で学んだ事以上に患者さん、利用者さんから多くのことを学ばせていただきました。そして、現在も教えられることばかりです。みなさん多くの方から学ばせていただくのだという、常に謙虚な気持ち・態度で行動することを忘れないでください!

3つ目は、「凌雲グループのスタッフとしての誇りと責任をもって行動する」ということです。私達の病院、施設は、すべて各種法令に基づいて、運営されています。法令遵守と凌雲グループ内規則コンプライアンスの徹底、ということを念頭に行動してください!

10年後、20年後、ふと振り返った時に、ここで働けてよかった、と思えるような職場、そんな職場で働いている自分に誇りを持ち、また責任を持って頑張っていきましょう!皆さんのこれから活躍を期待しています。

最後になりましたが、私たち凌雲グループは、ご利用していただいている皆様方が、この地域社会での生活をいつまでも元気で継続していけるよう支援することを目標に掲げております。今後とも、末永く凌雲グループを、よろしくお願い申し上げます。

”スバトレ” 成果発表！

昂通所リハビリテーションでは、「昂で健康寿命を延ばすトレーニングをしよう」を合言葉に、令和3年7月よりスバトレをスタートさせました。現在では約30名の方に取り組んで頂いております。

毎月1回握力を測定し、スバトレ手帳に記載することで、ご利用者自身にも握力の変化を確認してもらっています。



数値に個人差は見られます
が、全体の70%の方に効果が
見られ、平均で1.4kgの握力
アップが見られました。中には
3kg以上の握力がアップされ
た方もいらっしゃいました。ま
た、数値的な変化以外でも、『車
いす移動から歩行器歩行に移行
できた方』や、『寝返りがしや
すくなった』『しっかり歩ける
ようになった』といった感想も
聞かれています。
今後も、健康寿命延伸のため
に、スバトレを実施していきま



昂通所リハビリテーション
理学療法士 副主任 中村将啓

ですので、興味のある方はいつで
もご連絡下さい。



リハ通信
シリーズ
Vol.34

みなさん、健
康寿命と言う言葉をご存じで
しょうか？

健康寿命とは、日常生活に
困り事が少ない寿命であり日本
では、男性約72歳、女性約
75歳です。ちなみに平均寿命
は、男性約81歳、女性約87
歳であり、約10年間程度、何
らかの介護や協力が必要とな
ります。

健康寿命について調べてみ
ると健康寿命が長いほど握
力が強いとの報告があります。
握力は、全身の総合的な筋力

知っておくと得をするリハビリの話

「健康寿命と筋力」

と関連があり、全身の筋力を維持・向上させる事で健康寿命が延長すると言えます。
そこでは、大きな筋肉であるお尻、太もも、ふくらはぎの筋力を強化してみましょう。

例) 椅子を使用してのスクワット

→足の大きな筋肉である大腿四頭筋やお尻の周りの筋肉である大殿筋のトレーニング

例) 跛上げ

→ふくらはぎの筋肉で、第二の心臓と呼ばれる下腿三頭筋のトレーニング



リハビリテーション部
理学療法士 岡本純平

例) ブリッジ

→ふとももの後ろの筋肉であるハムストリングス、大殿筋のトレーニング

「ペットボトルの蓋が開けにくい」「ドアノブを回しにくい」などと感じたら、握力が低下している可能性があります。

同年代の人に比べて、握力が低い場合は、上記の運動の他に、階段の上り下りをする。いつもより多めに歩くなど少しづつ運動習慣を増やしてみましょう。



椅子を使用してのスクワット



蹠上げ



ブリッジ

介護保険サービスの紹介

買い物支援について



昂指定居宅介護支援事業所
主任 光田奈津子

ケアマネジャーが提案する買い物支援の中に、
 ①買い物同行
(訪問介護における身体介護)
 ②買い物代行
(訪問介護における生活援助)
 ③移動スーパー
 ④宅配サービス
 などがあります。

買い物同行・買い物代行は介護保険サービスのため、同居家族がいる場合は基本的に利用できない・ケアプランに位置づけられている・生活圏内での買い物に限られる・本人に必要な日用品であることなどの制約がありますが、日常的に介護を必要とする方にとって心強い支援の1つです。

移動スーパーは限られた商品の中からではありますが自分で欲しいものを選んだり、近所の方と交流できる、宅配サービスではたくさんのチラシの中から選ぶ楽しみや、近隣では買えないものが買えるといった機会を持つことができます。在宅生活を送る上で買い物は必要不可欠な生活動作であることに加え、気分転換や楽しみとしての役割もあります。また買い物に出かけることで外の世界に触れたり、自分の生活に何が必要か考えたり、財布からお金を出すといった動作は身体・認知機能の維持につながることが期待されます。

昂通所リハビリテーション事業所では、買い物ができる施設



「認定看護管理者研修」に来られました！

12月14日 徳島県立中央病院 整形外科病棟 嶋田師長が稻次病院へ見学実習に来られました。実習を終えられた嶋田師長へ感想を伺いました。

認定看護管理者教育セカンドレベルの統合演習Ⅱという科目の中で、地域連携を理解する目的で他施設実習があります。今回の実習では、「地域包括ケアシステムを推進する中で、住み慣れた地域で暮らす生活者を支える多職種連携を学習したい」と希望しました。

実習では目的通りの実習プログラムを組んでくださいり、地域との連携方法やベッドコントロール、回復期病棟の役割、急性期病院から転院した患者の生活の目標を設定し、リハビリを

行い、生活の場の環境調整を行い、元の自宅でまた生活していくという、一連のプロセスを見学させていただきました。実際に自宅を訪問して生活をイメージした補助具の選定方法など、利用者のために関連する職種とその役割が理解できました。

今回の実習での学びを活かし、自分の目の前の「患者」を看るのではなく、患者の生活背景全体をみてその人に合った看護ができる看護師を育てたいと思います。



徳島県立中央病院
整形外科病棟 嶋田師長

コロナ禍で多忙な中、貴重な実習をお世話いただき、凌雲グループ皆様方のご協力感謝申し上げます。

(追記)

急性期治療を終えた方が、一日も早く積極的なリハビリが開始できるよう、急性期病院との連携に取り組んでおります。

地域連携室



新しいリハビリテーション「ピラティス」導入

「ピラティス」という言葉を聞いたことがあるでしょうか。西洋のヨガと呼ばれています。ピラティスは、体幹やインナーマッスルを鍛えてバランスの取れた体にすることを目的としたエクササイズです。ヨガは呼吸や精神面をコントロールすることを重要視し、ポーズをとって静止します。一方、常に動き続け体や筋肉をコントロールするのがピラティスです。

ヨガのようにマットを使って行う「マットピラティス」と特別な機器を使用して行う「マシンピラティス」があります。

このピラティスを医学として取り入れ、リハビリテーションとして実践することで、様々な効果を引き出していくと言われています。現在、稻次病院では徳島大学整形外科と連携して、「新しいリハビリテーション、

・ピラティス」を学んでいます。
これまで一般的な効果としては、姿勢改善、ダイエット効果、骨盤のゆがみ改善などがあげられます。また、医学の観点から見た場合も驚くような効果を感じています。現在専門の資格を持った講師を迎え、スタッフが研修を積んでいるところです。スタッフ自ら体験するとその効果を感じることができ、研修を重ねるごとにその感覚も強くなっています。

当院ではマシンピラティスを実施する予定で、現在リハビリ



リハビリテーション部
課長 土井大介

室にその機器も配置されており、準備万端です。88種類のトレーニング方法があり、その方の状態にあったエクササイズを選択することができます。ピラティスの考え方自体がなくても十分に活用できます。体に大きな負担もなく、高齢の方、障害を持った方でも安全に受けることができます。日々行っているリハビリの中に、この概念を多く取り入れることで皆様にもお届けできると思います。ご期待ください。

障がいサービス
シリーズ
Vol.20

就労支援センターハーモニーの活動紹介

『エシカル消費シンポジウム参加』

2021年10月25日、徳島県主催のSDGsシンポジウムがクレメントホテルで開催され、エシカル消費のパネルディスカッションにおいて、ハーモニーの平石課長が、障がい者就労支援など、多様な働き方を支援する事業所としてハーモニーの取り組みを紹介しました。



※エシカル消費とは・・・地域の活性化や雇用などを含む、人・社会・地域・環境に配慮した消費行動のことです。

『全国ナイスハートバザール出店』

2022年2月19日～23日まで、フジグラン北島にて全国の障がい者就労支援事業所の商品と一緒に販売する「第40回全国ナイスハートバザールinとくしま」が開催されました。



全国74事業所より約20,000点の商品が集まり、ハーモニーも焼き菓子等のスイーツを出品しました。40回目の記念となる今回のバザールでは、徳島県知事を招いた式典が行われ、コロナ禍にもかかわらず非常に多くの来店者で賑わいました。



EPA 介護福祉士候補者の紹介

EPA 介護福祉士候補者とは・・・2国間経済連携協定（EPA）に基づいて、日本の介護施設で働き研修を行いながら、日本の介護福祉士資格を取得することを目的に来日した外国人のことです。



ファジャルさん

ファジャルさんは、インドネシアの西ジャワのベガシで生まれ、クニンガンで育った、24歳の若い元気な男性です。仕事を覚えるのが早く、自分が担当している2階の入所者さん40名の名前をフルネームで全員覚えています。現在3名の利用者の排泄介助を一人で出来るようになったことが、一番うれしいそうです。一番の目標は、介護福祉士を取得することです。阿波弁にも慣れ、少しでも長く、藍寿苑で仕事を続けて欲しいと思っています。



特別養護老人ホーム藍寿苑 施設長 秋山郁恵



ザーラさん

インドネシアのチルボン出身の明るい女性です。まわりの人から何事にもよくがんばるねと言われるそうで、その持ち前の性格を活かして日本語や介護の勉強に取り組んでいます。業務においては歯科衛生士から利用者さんへの口腔ケアの指導を受け、とても習得が早く、今ではもうすでに一人で口腔ケアができるようになっています。さらに日本語学習では一般的な会話や方言に加え、病名や症状に関する日本語の勉強にも積極的に取り組んでいます。趣味は写真を撮ることだそうです。職員一同、全力で支援していきたいと思います。よろしくお願ひします。



介護老人保健施設昂 施設長 井内慎也

新入職員紹介

令和3年12月～令和4年4月

社会医療法人



メディジョン万代 調理員
嵯峨山 久美



昂入所 介護職員
ザーラユルマウラアンサリ



GH 親の家 介護福祉士
田中 美紗稀



昂入所 介護職員
西村 令



ショートスカイ昂 介護福祉士
山花 理恵



病院栄養課 管理栄養士
比嘉 さくら



リハビリ部 理学療法士
青木 ももの



リハビリ部 理学療法士
櫻井 美友



リハビリ部 作業療法士
佐野 佑樹



リハビリ部 作業療法士
濱口 貴哉



病院 看護師
坂本 真子



病院 看護師
六条 まみ



昂入所 介護福祉士
小出 梨南



昂入所 介護福祉士
アンギ ヘルディアニ



昂入所 介護福祉士
ニマデ アスリ ウランタリ



昂入所 介護福祉士
ランティ



昂入所 介護福祉士
ベタ チャクラニン アシー

社会福祉法人



社会福祉法人 統括施設長
佐藤 明子



藍寿苑入所 介護職員
ファジャルイスマイルアグスティノ



藍寿苑入所 介護職員
セptyiana Ayu Wulantri



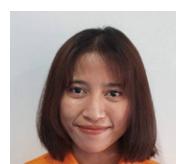
藍寿苑入所 介護福祉士
ムハマドイルハム フェリヤント



藍寿苑入所 介護福祉士
ロスディアナ



藍寿苑入所 介護福祉士
ヌル アンニサ スルヤニ



藍寿苑入所 介護福祉士
メガ プルマタサリ

『青山ミュキさん 祝 100歳おめでとうございます』



昴通所リハビリテーションをご利用されている青山ミュキさんが、令和4年1月20日に100歳の誕生日を迎えられました。青山さんは、大正11年1月20日に美馬郡木屋平村でお生まれになりました。お百姓の生まれであり、お茶やゆずの栽培、絹を取る

為のお蚕さんの飼育を行ってきました。その後は穴吹へ移住され、ぶどう饅頭の製造販売や病院厨房での食事作りに従事されています。趣味は、寝ること食べること、テレビでの相撲観戦を行うことです。

100歳記念のイベント当日は、娘さんや県知事代理等のご来賓出席の元、通所や入所のご利用者も見守る中でお祝いをさせて頂きました。賞状や花束、職員からの手紙や記念品の贈呈を行いました。

昴通所での青山さんは、他のご利用者のお話をいつもニコニコと笑顔でお聞きになられ、明るく過ごされています。昼食はいつも残さずに完食されており、長寿の秘訣は

ご飯をしっかり食べることであると学ばせて頂きました。昴通所には長年ご利用頂いており、青山さんの100歳の一大イベントを事業所でお祝いすることができてとても幸せでした。

これからも、青山さんの人生が彩り豊かで毎日笑顔で楽しく過ごせますよう、職員一同願っております。



デイサービスご利用者作品紹介

デイ藍



清水末子さん（95歳）
貼り絵 ひな祭り



津野安子さん（91歳）
貼り絵 入学式

障がい
デイ

富永淑美さん
工作 ひな人形



林佑香さん
工作 ひな人形

昴通所



近藤フサ子さん
雪だるま人形



中村勝馬さん
ボールで作るてまり

藍寿苑
デイ

橋八重子さん（96歳）
手芸作品 刺し子と小物入れ

☆卒園おめでとう☆

小春日和の暖かな日差しの中、お

天気にも恵まれてちびっこ園では29回目の卒園式が行われました。今年は2名の子ども達がちびっこ園から卒園となりました。今年度もコロナ感染拡大防止対策で行事も限られた中でしかできませんでしたが、それでも子ども達は毎日元気に登園してくれてたくさん笑顔を見せてくれました。そんな子



も達の笑顔に私達も励まされてきました。

卒園式の朝、可愛い衣装に身を包みとても嬉しそうな卒園児さんは、いつもと違ってすっかり立派なお兄さん・お姉さんに見えました。

緊張の中、名前を呼ばれると「はい！」と声を振り絞って一歩一歩花道を歩き修了証書を受け取ることができました。今年はバラハラドキドキの連続でしたが、最後まで笑顔の絶えない微



笑ましい卒園式となりました。2年間という短い時間ではありますが、泣いたり笑ったり色々な経験をしながら日々成長していく子ども達の姿を近くで見守り支えることができたことを嬉しく思います。

4月から会えなくなるのは寂しいですが、新しい保育園に行つてもたくさんの友達に囲まれて元気で笑顔いっぱいの毎日が送れることを心から願っています。そつえんおめでとう！



令和4年3月から地域包括ケア病床スタートします

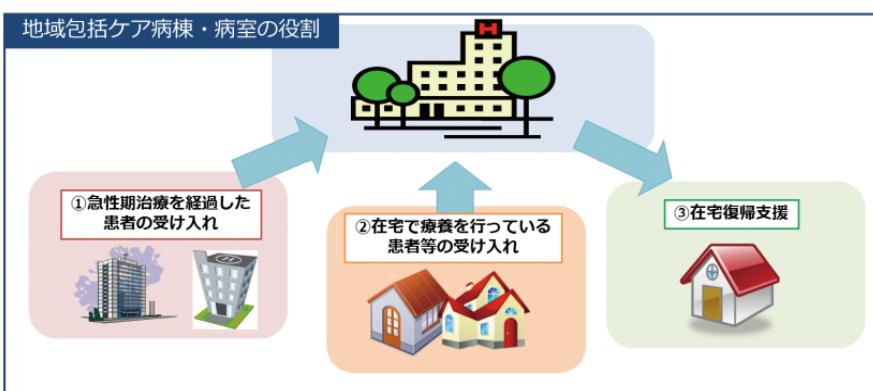
地域包括ケア病床とは？

在宅で療養しながら生活されている方の緊急時の受け入れや、急性期での治療後に病状が安定した患者さんに対して、在宅や介護施設への復帰支援に向けた医療や支援を行う場所です。

一般的に、病気やケガなどで入院された場合、急性期の治療が終わり、一般病棟で症状が安定されるとすみやかに退院される方がほとんどです。しかし、「すぐに退院と言われても、家で生活できるかな？」など多くの方が不安に思われると思います。そこで、地域包括ケア病床では自宅や介護施設で療養生活を送るためのリハビリテーションや医療ケアを受けていただけ

ます。必要な医療・治療が終わったらすぐに退院という一般的な入院よりも患者さんが安心して在宅もしくは施設へ復帰できるよう支援が可能となっています。また、在宅療養患者さんは、普段はご自宅など住み慣れた環境で過ごしていただき、必要に応じてときどき入院し、十分な支援のもとですみやかに在宅・生活復帰していただくことも可

能となります。入院期間は、原則的に60日以内となっております。全国的な数値としては、地域包括ケア病床の在宅復帰率は9割前後となっており、平均入院日数は30日前後となっています。何か、ご不明な点などがありましたら稻次病院 地域連携室まで連絡下さい。



アリス学園だより（石川県）

凌雲グループの支援を受け、介護福祉士取得を目指して頑張っている専門学生 11 名（日本語学科 2 名、介護福祉学科 9 名）の様子をご報告するページです！

介護学科1年生は、介護実習に行ったり、学外授業で「金沢福祉用具情報プラザ」へ行き様々な福祉用具を体験できたようです。またお正月には「今年の目標」をお題に書初めをしました！（写真①）

介護学科2年生たちは、1月30日（日）に介護福祉士国家試験を受験しました（写真②）。コロナ流行の中、全員無事に受験を終えることができてホッとしました！

そして、3月11日（金）には晴れて卒業！（写真③）

今年もコロナの影響で卒業式に参加することが出来ず残念でしたが、みんなのたくましく成長した自信に満ち溢れた姿を YouTube で見て、感動を覚えました。

それから先月3月16日（水）に金沢から徳島へ引っ越しをし、徳島での生活の準備も整え、入社式も行いました。4月からは凌雲グループの一員として、日々精進しながら頑張ります！

皆様、末永くよろしくお願ひ申し上げます。



写真①書初め



写真②受験前のエール



アリスニュースより



写真③介護学科卒業式

凌雲グループ
スタッフ

2021年12月～2022年3月分



♪ご出産♪
おめでとう
ございます

| | | | |
|------------|---------|-------|----|
| リハビリテーション部 | 丸岡 直輝・咲 | 12月1日 | 男児 |
| リハビリテーション部 | 後藤 なつこ | 12月8日 | 女児 |
| 藍寿苑 | 玉木 寿治 | 1月5日 | 男児 |
| 看護部 | 森 裕里加 | 3月7日 | 女児 |

ご寄付

故齋藤豊尚様ご家族より、ポータブルトイレ 1 台（ケアハウス）

福池登子様より、日本画 1 点（ケアハウス）

増原博様より、シルバーカー 1 台（病院外来リハビリ）

ご寄贈いただきました。

編集
後記

新年度が始まりました。気温や環境の変化が多い季節です。

体調管理をしっかりして春を楽しみましょう。

広報委員 藤本貴美

