

鹿教湯三才山リハビリテーションセンター



ほっとすまいる ニュース

第 120 号 ◆ 平成30年 3月 1日

研修生の活動に感動！ リハビリ指導でタイ王国に行ってきました

(町ぐるみ包括的高齢者ケアプロジェクト・専門家派遣) 理学療法士 丸山 陽一

昨年12月にタイ王国へ鹿教湯病院より理学療法士が派遣されました。

を学んでもらいました。今回はこの方々がタイで始めた活動を視察・指導に行ったものです。

今回は佐久の看護師ら4名で、高齢者の訪問に同行したり地域の介護・認知症予防活動を見学し、課題について町の職員と検討するという毎日でした。

タイは仏教の信仰心が厚く、親の介護は子供がすることが当たり前で、このために仕事を辞めてしまふようです。病院に入院できる期間も1週間程でリハビリ技術者が少なく訓練も受けなまま退院となります。さらに「何から何までやってあげることが良い」という認識で「寝たきり」になっている方も多いと聞きました。

は床に足が着かないほど高かったり、仕事を辞めることで経済的に苦しいなど問題もみえました。そんな中、ヘルスボランティアさんは日本で得た知識を活用し、手すりや訓練器具を手作りしたり、認知症の関わり方を寸劇で演じてみせたりと創意工夫をこらして逞しく活動しておりました。また訪問時は近所のボランティアさんが4、5名でおしかけ、家族も含めて賑やかな時間を作っていて、認知症のケアという観点ではむしろ日本より優れているかもしれません。

訪問してみると家族が親身で介護しているし、貧しい人にはお寺から托鉢^{たくはつ}で得た食べ物^{たべもの}が配られるなど、家族・地域のつながりの強さを感じました。

反面、町の貸出ベッド



訪問先で現地スタッフと意見交換



病院
理念

鹿教湯病院
三才山病院

私たちは、保健、医療、リハビリテーションおよび福祉活動を通じて、高齢者・障害者が自分らしく生き生きと輝いてくらせるように、地域のみなさまとともに支援いたします。

私たちは、患者さんを中心とした「納得の医療」を行います。

当センターから新たな提供として

分でやる

2 互助（近所でお互いに助け合いながら暮らす）

3 共助（介護保険などの公的サービス）

4 公助（生活保護や年金などの福祉政策）

をその根底として成立するものとされています。

特に1自助と2互助が重要であり、そのような中、当センターが地域の皆さまに何か提供が出来るかと考え、このようなセミナーを開催する運びとなりました。

加された方からは、「病気についてもっと知りたい」「実際のリハビリテーションについて知りたい」など知識や技術に対する要望をいただきました。

今までのリハビリテーションは「病气やけのあとにおこなうもの」というイメージが強くありました。実際に当リハセンターでは「病气やけのあとにおこなうリハビリテーション（三次予防といえます）」が中心でしたが、これ

『元気でいきいき介護予防セミナー』を、1月8日と2月12日に「福祉空間きらり」で開催しました。1回目は作業療法士による「認知症予防」、2回目は理学療法士による「転倒予防」についておこないました。回を重ねるごとに多くの皆さまにご参加をいただき、大変ありがたく感じました。参加されていた皆さんは「健康」「病气」の予防に対する関心の高さがうかがわれ、介護予防サービスの必要性や私たちの鹿教湯三才山リハビリテーションセンターを知っていただく機会にもなったと感じました。

今回の『元気でいきいき介護予防セミナー』を開催するに至った背景には、国が政策で掲げている「地域包括ケアシステム」があります。

この地域包括ケアシステムとは、「人」が慣れ親しんだ地域で最後まで生活することを目標としており、その為に

1自助（自分でできることは自



からは地域包括ケアシステムの中で「病气にならないための健康増進（一次予防）」や「早期発見・早期治療により病气を悪化させない（二次予防）」の提供に移行する必要があります。

今後も数多くの内容を取り入れ、このような介護予防セミナーを開催する予定です。他に労働組

合主催でも健康セミナーを開催しています。何回参加いただいても結構ですので、ぜひご近所・ご家族お誘い合わせのうえお気軽にご参加ください。お待ちしております。

セミナー担当

健康運動指導士 岡田 克也

看護師 石井 孝宜

QCサークル発表大会

医療改善運動の一環として「第11回センターQCサークル発表大会が、1月23日に鹿教湯病院内かけゆ講堂にて開催されました。QC

（Quality Control）とは医療の分野における質の向上および業務改善をめざす取り組みのことです。今回も8サークルが参加し、取り組んできた成果を発表しました。審査の結果、最優秀賞に輝いたサークルは3月14日に開催される「長野県厚生連QCサークル発表大会」に当センターの代表として出場します。



【最優秀賞】

サークル名「YOUの心を持ち上げ隊」
職場 鹿教湯病院 看護部

平成26年のサークル立ち上げ以降、医療療養病棟における「やさしい介護」を目指して、QCサークル活動に取り組んでいます。

今回は「入浴業務環境を改善しよう」をコンセプトに活動を行いました。活動を始めた背景には、患者層の重度化により増加した、スタッフの負担を緩和するという大きな目標がありました。QCサークル活動は「継続して行うこと」、「全員で行うこと」が重要です。今回の活動で入浴スケジュールや業務分担を見直した結果、スタッフの負担を大幅に軽減する事に成功しました。この結果に至るまでには、多忙な中でもスタッフ全員が向上心を持って取り組めたことが、大きく影響したと実感しています。

今後も「YOU」＝「患者さん・スタッフ」の双方にとってより良いケアを目指し活動を続けていきたいと思っています。



桃の節句

3月3日は「桃の節句」と呼ばれ、雛人形を飾り、災いが降りかからないように、また美しく成長して幸せな人生を送れるようにと女の子の健やか成長を願う行事です。

「桃」の節句と呼ばれるようになったのは、旧暦の3月3日の頃に桃の花が咲くことや、桃は魔除けの効果を持つとされてきたからとされています。

今回は、桃の節句のお祝いで紹介いたします。

♪散らし寿司♪

散らし寿司に使われる具材には、腰が曲がるまで長生きできるようと長寿の意味がある海老や、将来を見通せるれんこんなどが使われています。

♪蛤のお吸い物♪

蛤は二枚対になっている貝殻でなければピッタリと合いません。このことから仲の良い夫婦を表し、一生二人の人と連れ添うようにという願いが込められています。



♪菱餅♪

菱餅の3色には、緑色にはよもぎ、白色はひしの実、ピンク色にはくちなしがそれぞれ利用されています。よもぎには増血作用、ひしの実には血圧を下げる効果、くちなしには解毒作用があるとされています。

桃の節句の祝い方は地域や各家庭により様々ですが、お祝いの料理とともに、その料理に込められた意味も伝えていくといいですね。



鹿教湯病院 栄養科
中俣 彰太

長い間お疲れ様でした

平成29年度 定年退職者〔敬称略〕

<p>● 丸山 よし江 【看護師】勤続16年3カ月</p> <p>● 桜井 三子 【看護師】勤続9年9カ月</p>	<p>● 荻原 由貴子 【看護師】勤続18年</p>	<p>● 寺岡 政子 【看護師】勤続18年</p>	<p>● 竹田 章一 【理学療法士】勤続23年</p>	<p>● 西澤 久夫 【社会福祉士】勤続28年5カ月</p>	<p>● 田中 弘子 【臨床検査技師】勤続28年5カ月</p>	<p>● 芹沢 弘子 地域医療部副部長 【看護師】勤続39年</p>
<p>● 中村 公紅 【介護福祉士】勤続4年11カ月</p>	<p>● 竹内 たけ子 【准看護師】勤続8年2カ月</p>	<p>● 永井 光江 【准看護師】勤続12年7カ月</p>				

鹿教湯三才山リハビリテーションセンター 労働組合

健康セミナー


【お問い合わせ先】
鹿教湯病院内労働組合専従：春原 晶子 ☎0268-44-2111

ご希望の方に★血圧★体脂肪★推定血管年齢の測定をいたします!!

地域の皆さまと健康や福祉について一緒に話し合いたいという思いから、『健康セミナー』を今年も企画いたしました。健康に関する話あり、簡単にできる体操あり、笑いありと、盛りだくさんの内容を用意しています。私たちと一緒に楽しいひとときを過ごしませんか？ご家族・お友達をお誘い合わせの上、お気軽にお越しください。

<p>上田地区</p> <p>日時：平成30年3月3日(土) / 9:00~12:00 場所：介護療養型老人保健施設 いずみの多目的ホール ※自家用車でお越しの際はいずみの職員駐車場をご利用ください</p> <p>講演</p> <p>「今日から始める転倒予防」 介護療養型老人保健施設いずみの 理学療法士 馬場 孝浩氏</p>	<p>三才山地区</p> <p>日時：平成30年4月21日(土) / 9:00~12:00 場所：三才山公民館</p> <p>講演</p> <p>「私の健康法」 ～会場の皆様の健康に関するリクエストに答えます～ センター長 黒岩 靖氏</p>
---	---

主催：長野県厚生連労働組合鹿教湯三才山リハビリテーションセンター支部 共催：JA信州うえだ
後援：長野県厚生連鹿教湯三才山リハビリテーションセンター



発行頻度 変更のお知らせ

突然ではございますが、当センターより発行しております本誌「ほっとすまいるニュース」は2008(平成20)年の初回発行以来、十年余毎月の発行を続けてまいりましたが、この度、広報誌面の内容充実を目的としてページ数を増やし、発行頻度を2018(平成30)年4月より年4回(4月、7月、10月、1月)発行へ変更させていただくこととなりました。突然の変更で皆様には迷惑をおかけ致しますが、何卒ご理解・ご協力を賜りますようお願い申し上げます。今後も地域の皆様に愛読していただける誌面を目指してまいります。 (センター広報委員会)

毎月本誌をご愛読いただき、ありがとうございます。本誌に対するご意見・ご感想などございましたら、お気軽に下記までご連絡をお願いします。

鹿教湯病院 ◆ 〒386-0396 長野県上田市鹿教湯温泉 1308	☎ 0268-44-2111 FAX 0268-44-2117
三才山病院 ◆ 〒386-0393 長野県上田市鹿教湯温泉 1777	☎ 0268-44-2321 FAX 0268-45-3709
豊殿診療所 ◆ 〒386-0004 長野県上田市殿城 250-4	☎ 0268-29-1220 FAX 0268-29-1229
老健いずみの ◆ 〒386-8688 長野県上田市小泉 72-1	☎ 0268-26-6600 FAX 0268-26-6615