

平成二七年度に向けて

新生楽舎デイサービスセンター所長

横井由美

新年度介護報酬改定について皆さんはどれだけ関心がありますか？医療・介護の関係者や身近な人がサービス利用されている方、予定ありという方にはネット情報をいち早く収集した方も少なくないでしょう。サービス利用される当事者はご高齢で不自由な方が多いので、TV・新聞等で得る情報が多く、実際には殆どが年度変更に伴う自分の担当事業所からの具体的説明があつて、初めて知ることになるのではないのでしょうか。

一言でいえば、平成二七年度はマイナス改定で、厳しい結果となりました。地域包括ケア時代の幕開けにふさわしいとも言えますが、私共が、きちんとしたサービスを進めてゆくには、正直あやうい状況です。いつも国の財源不足から、どこを圧縮し減らして全体を整えるかの繰り返しで、根拠のない弱い者いじめに見えてしまいます。経営の取り組みにも影をさす中身とも言えるかもしれません。

高齢社会が増え続ける、行き場所のない中重度の要介護者や認知症者への対応が重点策として取り上げられ、在宅生活を継続に資するサービス提供している事業所が評価され、介護人材も処遇改善加算や介護福祉士・看護職の配置数で専門性が加算されます。人的倒産をあとこちで耳にする昨今、どこの話だろうとつい愚痴が出て批判もしたくなつてしまいます。現場は本当に大変なのです。

とは言え、地域で皆様の支え役として在るからには、少しでもお役に立ち、信用・信頼を寄せて頂くための方策・努力は不断に進めて行かな



ければなりません。これからも新生楽舎にして良かったと思ひ、喜んで頂けるサービス作りに職員一同邁進して参りますのでよろしくお願い致します。

手作業も脳トレのうち



私達が作りました！素敵でしょ



牛乳パックを再生すれば
こんな見事な足台に変身！
これがあると助かるわ～。

個別・運動機能訓練



新生楽舎では、午前には体操で全身の筋肉を動かし、音楽にあわせなつかしい歌を唄ったり発声練習したり、楽しく体を動かしています。午後は、個別に運動機能にあわせて、下肢筋トレーニング(自転車こぎ・重りをつけて下肢運動・踏み台昇降)、歩行訓練(平行棒やフロアー内歩行訓練)、立ち上り訓練、ROMや下肢のマッサージを実施しています。レクリエーションでは、風船バレーやテーブルホッケー、足バスケツト等ゲームの中で楽しく体を動かしています。

これからは皆様の生活機能の維持向上のために、居宅訪問なども視野に入れながら在宅支援を果たして行ければと考えています。

(上村)

看護師コラム 「足のむくみについて」

高齢者のむくみの原因

高齢になってくると、若いころに比べて体を動かす機会が減ります。

足腰が弱くなったり、体が思うように動かせなくなり、運動不足になりがちです。身体を動かさない状態が続くと、血液循環に必要なポンプの機能がきちんと働かなくなってしまう。また心臓の機能低下も見られ心臓から一番離れている足がむくみやすい状態になってしまいます。

むくみの正体は、皮下組織に水分がたまった状態で足の甲やすねなどに多く見られます。

足のむくみの対策

- ① 毎日すこしずつ歩きましょう
- ② 歩けない場合は仰向けになった状態で、足を上下させる運動
- ③ 竹踏みや座っているときゴルフボールなどで足裏を刺激する
- ④ 同じ姿勢を続けない
- ⑤ こまめに脚をうごかす
- ⑥ むくみがひどい時は心臓より足を高くして寝る
- ⑦ ゆっくり湯船につかり体を温める
- ⑧ むくみに効く食べ物

アサリ、パセリ、アボガド、しらすぼし、いわし、牛肉
レモン、トマト、など

※足のむくみが強くなったり体重が増えたりした場合は、医師の診察を受けましょう。心臓・腎臓・肝臓などの病気ではむくみを伴うことがあります。

※むくみに効果のある体操もありますので一緒にしましょう。



平成26年度秋冬催事アラカルト



運動会 盛りだくさんボランティア

十月十日(金)は新生楽舎運動会が行われました。玉入れ、綱引き等のお馴染みの種目に分かれた皆さん赤頑張り!」〇〇さん!」と黄色い声援が飛び交いました。
借り物競争ではチームごとにお題にちなんだ格好で競い盛り上がりました。更に佳境はパン食い競争。日頃の上品さはどこへやら?



魅惑のペット



選手宣誓



ヨイショ ヨイショ



奥の近道

入浴で 長寿を保ち 春を待つ

K・次男

春風に におい来るかな 山の幸

Y・秋彦

春光を うけて嬉しや 楽舎の湯

安藤喜寿

Xマスにはお茶の花幼児園

児三十三名、また一月末にも昭

和高校吹奏楽部二十三名が慰

問をしてくれ利用者・職員 家

族みんなが感動し元気を頂き

ました。有難うございました。



空き状況

日	月	火	水	木	金	土
○	△	○	○	○	△	○

編集後記

三十三号が

やっと発行

できました。

早萌え出る

春ですね。

記者魂に磨

きをかけよ

くつと。