

ひまわり

Vol.86
春号

- 1 新入従業員 24 名を迎えました！
東京オリンピックを目指す
真野選手の支援
- 3 児童発達支援事業所
放課後等デイサービス
- 4 KATCH コロナ対策取材
クラス活動始めました
特養碧南にも見守りシステム導入
ひまわり村さくら祭

- 7 正しく選んで、正しく使おう。
マスク講座
- 8 歩いて！食べて！人生百年
住み慣れた場所で安心して生活するために
- 9 地域包括ケア病棟リハビリ
- 10 間食の取り方を見直して
コロナ太り解消！

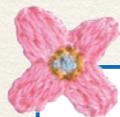




新入従業員 24名を迎えました!



入職式



ケアワーカー
小浜 里奈



多職種の方々と一緒に研修を行い、介護のみの視点ではなく、看護師やリハビリ職などそれぞれの視点での考え方を学ぶ機会が多くありました。今までは、介護についての勉強を中心に行ってきましたが、幅広い知識、視野、考えを持ち、多職種の方と連携をしながら業務にあたっていかなければならないと感じています。緊張から始まったオリエンテーションですが、学ぶことが多く、とても良い経験となりました。また、相手の立場に立ち、一つずつ物事を考え、利用者の方やご家族の方に笑顔になって頂ける介助を行っています。



理学療法士
吉田 拓生



オリエンテーションを通じて、医療従事者としてだけでなく、一社会人としてとても身になる研修を受けることが出来ました。グループワークでは、様々な職種の方と意見交換をすることで、それぞれの職種の考え方を知り、多職種連携の大切さを実感しました。まずは、新人らしく、笑顔で元気な挨拶を心掛けていきます。そして、知識や技術を身に付けるために自己研鑽を絶やさず、立派な理学療法士になります。



新入従業員オリエンテーション



愛生館は、小林記念病院や老人保健施設、老人ホーム、各種介護福祉施設を運営する法人グループの総称で、ここではグループ全体のトピックスを掲載しています。



愛生館グループでは、 若者たちの未来を支援しています。

愛生館グループでは、地元の小学校への遊具の寄贈や、福祉を目指す高校生の外界視察研修など、数多くの未来溢れる若者たちの支援をしています。今年度は、医学の道を志しながら、400mハードルの東京オリンピック出場を目指す真野悠太郎選手のメインスポンサーとして、支援させていただくことになりました。

オリンピックと医師、 二つの「夢」を叶えるために。

真野選手は「医師になる」という目標と「陸上競技のオリンピック選手になる」という二つの目標を追いかけてきました。そんな真野選手は、2021年3月に一つ目の目標である第115回医師国家試験に合格しました。国家試験合格後、多くの同級生たちが医師としての道を進もうとしている中、真野選手は「東京オリンピックに出場」という夢を実現する為、1年間という期間を定め、陸上競技選手というアスリートの道を選びました。

夢を目指す姿を、次世代に。

真野選手は、名古屋大学在学中に日本選手権で2度入賞するなど、文武両道を貫いてきました。夢に一步步近づいている真野選手の姿を更に次世代の若者達に伝えるために、愛生館では2つの場を提供します。一つは、日本のトップアスリートとしての姿を伝える「陸上教室」です。子供たちには、実際の走りを直接見ることで、数多くの刺激を受けてもらおうと考えています。そしてもう一つは、保護者も同席していただく「講演会」です。文武両道を高いレベルで両立させた真野選手からの言葉を、子供の育成に尽きない不安を抱えられている保護者の方々に、少しでも役立てていただこうと思っております。

「自分の夢をみんなの夢に」

この言葉を大事にしている真野選手を、愛生館として支援していきます。そして、その真野選手の活動が、みんなの夢の実現につながる一歩であることを確信しています。

愛生館が、
真野悠太郎選手の
メインスポンサーに。



ハードル
真野悠太郎選手





愛生館 だより

2022年4月開設

「児童発達支援事業所」 「放課後等デイサービス」

2022年4月開設予定である認定こども園と同じ敷地内に、
地域交流サロン、高齢者デイサービス事業のほか、
「児童発達障害支援事業」「放課後等デイサービス事業」を開設します。

児童発達支援事業所

障害を持った未就学児の
「療育」「家族支援」を行う通所施設

放課後等デイサービス

障害を持った児童・学生(6歳～18歳まで)が
学校終わり、学校休業日に通う通所施設

発達障害の種類

自閉症スペクトラム(ASD) 注意欠如・多動性障害(ADHD)

他者とのコミュニケーションが
苦手で、興味や活動が
限定されるのが特徴。

集中力が続かない、忘れっぽいなどの「不注意」、
思いつきで衝動的に行動してしまう「衝動性」、
じっとしているのが苦手な「多動性」が主な症状。

学習障害(LD)

知的レベルや本人の努力に問題がないのに
「聞く」「話す」「読む」「書く」「計算する」「推論する」
のうちいずれかを学んだり使ったりするのが困難な状態。

開設場所

- 特養ひまわり、老健ひまわりに隣接する
広大な土地の中に建設されます。

この施設の特徴

- 軽度発達障害児(自閉症スペクトラム/ADHD等)
を受け入れます
- 複合施設内で高齢者や地域の方々と交流できます
- 将来の就労に向けた体験やプログラムを
様々な施設で受けることができます
- 畑や植物、花など豊かな自然の中で
のびのびとした療育を受けることができます



お問い合わせ

特別養護老人ホームひまわり
新規事業準備課

☎(0566)41-0865

担当：山田



小林記念病院だより

急性期・回復期の患者さんを広く受け入れるケアミックス型の病院の情報です。

小林記念病院のコロナ対策 キャッチ取材

シリーズ

『コロナ禍も二の地域で生きる』 ～地域を守る小林記念病院～

新型コロナウイルス (SARS-CoV2) 感染症 (COVID-19) (以下、COVID-19) の拡大が続く中、当院でも様々な感染予防対策を行い業務を続けています。そこで、地域医療を支える医療従事者の奮闘ぶりとともに、小林記念病院で行っている COVID-19 対策をキャッチで紹介して頂きました。

80歳以上の高齢者が COVID-19 に感染した場合、致死率は約 20%と報告されています。当院入院患者の平均年齢は約 88 歳であり、一度院内に COVID-19 が持ち込まれると、患者の死亡リスクが高まります。在宅療養支援病院として「安心して入院・来院して頂ける病院でなければならない。患者さんを守らなければならない。絶対に COVID-19 を持ち込まない!」という強い気持ちで、従業員一人ひとりが業務に奮闘しています。

現在、病院入口を1ヶ所に限定し、全入館者のトリアージを看護科長が行っています。手指消毒、検温、必要に応じての問診に加え、発熱患者さんには発熱者待機テントへ移動をして頂くなど対応は様々です。

始めた当初は「コロナが発生したの?」など、不安の声がありました。しかし、説明を行い対応していくことで「お疲れさま」「ありがとう」など、温かい声を患者さんから掛けて頂く機会が増えました。

また、当院では「面会中止」の対応を 2020 年 4 月から行っています。患者さんにもご家族にも淋しい想いをさせてしまっていますが、患者さんを COVID-19 から守るためと、ご理解、ご協力を賜っています。

少しでも家族の不安を和らげるために様々な工夫を行っています。例えば、患者さんの病状が分からず、不安なご家族も少なくありません。リハビリ中の様子を撮影し、その動画を見ながら治療や現状の説明をするなどの工夫をしています。

また、洗濯物、着替えの交換対応もご家族と病棟スタッフとで直接やり取りをして頂いています。短いやり取りとなりますが、ご家族に患者さんの病状を知って頂くことに加え、家族と患者さんの言葉のやり取りをスタッフを介して行い、少しでも現状を知っていただけるよう努力しています。

まだまだ感染拡大が続く中ですが、地域の皆さまに安心して利用して頂けるよう今後も最善策を模索して参ります。





老健ひまわりデイケアで

クラブ活動 始めました!

利用者さんの趣味や昔やっていたこと、興味のあることなどのアンケートを行いました。そして、オセロ、トランプ、ジェンガ、麻雀など、利用者さんの「こんな事やりたい」をクラブにしました!

全員参加の「制作クラブ」では、季節飾りを中心に作品作りを行っています。出来た作品は1階リハビリスペースの吹き抜けに展示しています。

そして、チームで行うクラブ活動ではありません!個人で楽しみたい利用者さんには、パズルやiPadで囲碁や麻雀なども用意しています。なかには、クックパッドでごはんのメニューを検索していく方もいます。

2月から新しく「お料理クラブ」が出来ました!自宅での調理作業に必要な動作訓練をすることを目的に、作業療法士と従業員が連携して在宅生活に密着したクラブ活動を行っています。コロナ禍ですが、感染症対策を行いながらみんなで調理をしており、先日は「五平餅」を作りました。食べに来てくれた従業員から「美味しいね」と言われると、利用者さんも楽しくてウキウキした様子でした!



＼特養碧南にも／

見守りサポートシステム 導入しました

このシステムは居室天井に設置した赤外線センサーから、スマートフォンに居室の状況が白黒画像で送られ確認できるものです。

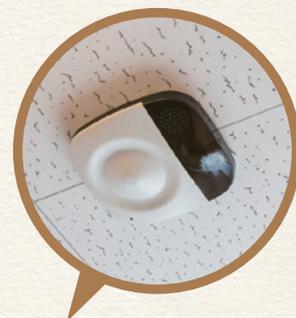
起床、離床などの注意行動が素早くスマートフォンで確認できるのはもちろん、万が一の転倒、転落の場合には映像記録より録画された事故前後の状況が確認でき、適切なケア及び、事故防止策への展開も可能になります。

入居者のプライバシーにも配慮して、**コール発生時にのみ映像が確認できる仕組みになっており、常時監視される心配もありません**。赤外線なので暗室でも対応できるのがいいところです。

愛生館では今後もICTを活用し、入居される方はもちろんのこと、働く従業員にもより良い安心・安全な生活環境の整備に取り組んでいきます。



スマートフォン



村とは…

愛生館が碧南市鷺塚地区で展開している高齢者福祉拠点です。ひまわり村には「老人保健施設ひまわり」「特別養護老人ホームひまわり」「小規模多機能ホームひまわり」「碧南市養護老人ホーム」があります。



第5回

ひまわり村

こんな催しがありました!

- 和太鼓演奏
- 謎解きゲーム
- ヨーヨー釣り
- バルーンアート
- みまもりあいプロジェクトかくれんぼ



「地域の皆さまに感謝の気持ちを伝える」をテーマに4月4日(日)開催しました。

コロナ禍での開催となるため、実行委員会では感染対策に四苦八苦ししました。会に集まってくれるかという不安もありましたが、桜の花びら舞う中、来場してくれる地域の方々の笑顔を見ることができホッと安心しました。

環境が変わっても、開催できる方法を見つけ繋いでいくことの大切さを改めて認識した会となりました。

特設コーナー

こども園等複合施設紹介コーナー

開設予定の複合施設について、イメージ図や模型を交えながら紹介を行いました。お越し頂いた方から、「楽しみにしています」「是非入園したい」などの声を頂き、これからも地域の皆さまと歩んでいきたいと強く思いました。



講演会

『大人になっても必要な予防接種』

当法人 呼吸器内科 齋藤博先生にお話しして頂きました。地域の皆さまにも予防接種の必要性を理解して頂き、とても有意義な時間を地域の皆さまと過ごすことが出来ました。



販売店

碧南市の6店舗が出店!

地域のお店に出店して頂きました。地元のお店と協力しての開催は、初めての挑戦でしたが大盛況!お祭りを通じて地域とのつながりを感じられました。



イベント

『みまもりあいプロジェクトかくれんぼ』

ゲリライベント「さくら祭り de かくれんぼ」を開催!みまもりあいアプリを使い、対象者を探してもらいました。ICTを活用した地域共生の形を体感する事が出来ました。

お問い合わせ

特別養護老人ホーム
ひまわり

☎(0566)41-0865

担当: 岡田



マスク講座

正しく選んで、正しく使おう。

☞ どうしてマスクを使うのか？

マスクは菌やウイルスを含んだ唾液などを「外に飛沫させない」ことに関して一定の効果があります。菌やウイルスを少しでも広げないために、マスクを正しく選んで正しく使しましょう。

☞ マスクの種類とそれぞれの効果

スーパーコンピューター「富岳」によるシミュレーション結果

	効果が高い	効果が低い	効果が無い		
	不織布マスク	布マスク	ウレタンマスク		
	フェイスシールド	マウスシールド	マスクなし		
	吐き出し飛沫量カット率 >>>>>>>>>				
	80%	82~66%	50%	20%	10%
	吸い込み飛沫量カット率 <<<<<<<<<<				
	70%	45~35%	40~30%	小さな飛沫に対しては効果なし (エアロゾルは防げない)	0%

日頃使うマスクの中で、最も効果があるのが不織布マスクです。一方ウレタン製マスクは不織布や布マスクに比べ効果が劣ります。衛生面を考慮しても、使い捨てのできる不織布マスクを使うようにしましょう。ちなみに、フェイスシールドやマウスシールドのみでは感染予防はできません。

☞ マスクの正しい使い方

どんなに効果の高いマスクでも、着用方法が間違っていると効果は発揮されません。正しい使用方法を確認して正しく使しましょう！

- つけ方

 - ① マスクをつける前に、手を洗う
 - ② ポケット(ひだ)が下向きになるようにつける
 - ③ 鼻からあごまでをしっかり覆い、ワイヤーがある場合は隙間を作らないようにつける

はずし方

 - ① マスクの表面には触れず、紐だけを持ってはずす
 - ② はずしたマスクはビニール袋などにいれてゴミ箱へ
 - ③ はずしたあとは手を洗う

一度使用したマスクには、ウイルスや菌などが付着していることがあるため取扱いに注意しましょう

☞ マスクで気分が悪くになったら

マスクが原因で酸欠状態になっていることがあります。頭痛やめまい、視力低下、集中力の低下などの症状がみられるときには注意が必要です。すぐに医師にご相談ください。

一人一人が日常生活の中で「新しい生活様式」を心がけることで、新型コロナウイルス感染症をはじめとする各種感染症の拡大を防ぐことができます。ご自身のみならず、大事な家族や友人の命を守ることに繋がります。また感染症にかからない身体づくりや生活習慣病予防・がんの早期発見のためには人間ドックや健康診断の受診も重要です。当健康管理センターでは、嚴重な感染拡大防止策に取り組んでいます。安心してご受診ください。





特養・安城だより

安城市福釜町にある特別養護老人ホームひまわり・安城に関する情報です。

特養・安城の取り組み〈地域貢献〉

食動
べて
いて
！

人生百年

毎月
第3火曜日
開催

新型コロナウイルスの流行に伴い、自宅に引きこもりになりがちな昨今。運動不足だけでなく、心身の不調を訴える地域住民の方も増加傾向にあります。そんな地域住民の方を対象に「動いて！食べて！人生百年」講座を4月から毎月第3火曜日に開催しています。診療技術科の健康運動指導士・管理栄養士・歯科衛生士・言語聴覚士が専門職の視点からお話します。地域住民の方に少しでも身体だけでなく、心も健康になれるようなプログラムにしました。

今回の講座は安城市社会福祉協議会の方と協力して開催します。ご興味のある方は特養・安城までお問い合わせください。



3月26日(金)に
「転倒予防教室」を開催しました

動いて！ 人生百年 食べて！

100年時代と言われる今
最期まで
自分らしく生きるために
今出来ることを
専門職よりお話しします

- 日時 毎月 第3火曜日 13:40～14:30 (受付13:30～)
- 会場 西部福祉センター1階 交流ルーム
- お願い マスクを着用してお越しください
当日、体調不良や熱がある方は参加をご遠慮ください
- 共催 安城市西部福祉センター
社会福祉法人 愛生館 特別養護老人ホームひまわり・安城

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止する場合があります

4/20	えっ！転んで骨折?! 怖い骨折しう症	骨を元気にする食事と運動	健康運動指導士 管理栄養士
5/18	お口の中を整えないと こんな病気に...	糖尿病、認知症、脳血管性肺炎について	言語聴覚士 歯科衛生士
6/15	動いて 笑って 認知症予防	楽しく身体を動かしながら認知症予防!	健康運動指導士
7/20	夏こそ しっかり栄養を!	夏バテを解消するには 効果的な栄養と食料を使ったレシピを学ぼう	管理栄養士
8/17	歯の汚れ あなたは見えますか?	汚れが付きやすい場所・食べ物 飲みこみカテストとエクスサイズ	言語聴覚士 歯科衛生士
9/21	筋力が落ちるには 訳がある?!	高齢でも筋力アップはできる! サルコペニアの予防運動と体力測定	健康運動指導士
10/19	美味しい食事で 免疫力アップ!	免疫力を高めて風邪をひきにくい身体づくり	管理栄養士
11/16	歯の汚れ どうキレイにする?	歯科衛生士が教える歯磨きの仕方 脳血管性肺炎とは	言語聴覚士 歯科衛生士
12/21	減塩だけじゃない 高血圧予防	ミネラルに注目! 高血圧予防の食事	管理栄養士
1/18	浮腫みが気になる?	自分でできる浮腫みケア	健康運動指導士
2/15	皮膚が乾燥するよ! 口の中も乾燥するよ!	口の中の乾燥予防 飲みこみカテストとエクスサイズ	言語聴覚士 歯科衛生士
3/15	効率よく 筋肉をつけるには?	フレイルってなに?フレイル予防の運動	健康運動指導士 管理栄養士

問合せ 安城市西部福祉センター ☎(0566) 72-6616
社会福祉法人 愛生館 ☎(0566) 92-0088
特別養護老人ホーム ひまわり・安城



在宅介護センターだより

各施設・事業所との連携で、ご利用者とご家族の安心を支えている在宅介護センターからの情報です。

しんかわ訪問看護ステーション

住み慣れた場所で、
安心して生活するために。



私たちは「住み慣れた自宅でその人らしく」「ご家族と共に生活できる」ように、利用者さんやご家族の要望に応じた看護ができるよう取り組んでいます。利用者さんの中には、ご家族の「自宅で過ごしてもらいたい」という希望で、100歳を迎えてもご自宅で過ごしている方もいらっしゃいます。

訪問看護は看護師だけではなく、リハビリスタッフも訪問に伺います。病気の進行具合や生活面での不安、自宅での療養生活の支援等利用者さんだけでなく、ご家族からの相談にもお答えしています。

急な体調変化には、24時間体制で対応しています。ご自宅での体調管理やご家族の介護での不安があればお気軽にご相談ください。



お問い合わせ
お問い合わせ

特別養護老人ホームひまわり・安城
しんかわ訪問看護ステーション

☎(0566) 92-0088 担当: 浅田
☎(0566) 41-5522 担当: 加田



リハビリだより

ちょこっとためになる
リハビリテーションの情報を
お届けしています。

「住み慣れた場所で長く暮らしたい!」なら 地域包括ケア病棟 リハビリ

こんな方へ

- ✓ 急性期治療が終了し、在宅復帰へ向けてリハビリが必要な方
- ✓ 在宅で療養中に「介護をする方の休養」のための一時入院が必要な方
- ✓ 摂食嚥下やフレイルの検査入院の方 (HOPE ステイ) など…

認定理学療法士 (脳卒中・呼吸) や3学会合同呼吸療法認定士、サルコペニア・フレイル指導士など、多種多様の疾患に対応できるリハビリスタッフを配置しています



疾患別の個別リハビリだけでなく、集団体操の実施や自宅でも継続して運動してもらえるように、自主トレーニングも指導します。



もう知ってる?

HOPEステイ

HOPEステイとは、地域包括ケア病棟の新しい入院 (滞在) です。HOPE (希望) の名前には、望んで入院 (滞在) すること、自宅での生活を諦めず希望を持つ、こんな二つの意味が込められています。

Q どんな人が対象?

A 「食事でむせる」「動きがわるくなった」「一人でできたことができなくなってきた」等のお悩みがある方

Q HOPEステイでなにができるの?

A リハビリが主体です。身体・嚥下機能の検査や必要に応じて医療をうけられるので安心です。期間は目標に応じて決定します。

Q 入院と聞くと認知症が心配です

A 認知症予防に力をいれています。午前午後の病棟デイケアや集団体操、個々に合わせた余暇活動を提供し、ベッドで過ごさない生活を提供します。

Q どこに相談したらいいですか?

A 連携室にご相談ください。

隣の田中さん家のおじいちゃん病気がないのに自分から入院したそうよ。最近トイレに行くのが大変だからって。



そんなことでも入院できるようになったのね。でも入院すると認知症がひどくなるとかよく聞けど大丈夫なのかしら。



それがリハビリはしっかりしてるし、日中は病棟デイケアや集団体操、趣味の時間も提供してくれるから寝る暇ないんですって!



それなら安心かも。困っちゃう前にも小林さんね!うちのおばあちゃんもステイさせてもらおうかしら。



ここに連絡してみて!

小林記念病院連携室
0566-41-0173





栄養だより

小林記念病院で働く管理栄養士が「健康促進のために役立つお食事の豆知識」をお届けしています。

間食の取り方を 見直して コロナ太り解消!

ステイホームでついつい間食の量が増えていませんか？
間食は『3食の食事で不足している栄養素を補う』『気分転換によるリフレッシュ作用』『空腹時間が長いことで起こる過食防止』などの様々な役割があります。

しかし、食べ過ぎてしまうと1日の摂取エネルギー量が多くなり肥満の原因に！間食の上手な取り方を知り、コロナ太りを解消しましょう！

POINT 01 間食する時間帯

👍 10時または15時に食べる！

なるべく早い時間に食べると
エネルギーを消費しやすく
脂肪になりにくいです。



※食事との間は2時間以上空けましょう

✖ NG 夕食後や夜間の間食は注意！
エネルギー消費が少なく体脂肪がつきやすい時間帯です。
また翌朝の空腹感がなくなり朝食欠食の原因に！

POINT 02 間食する量

👍 1日80~160Kcalが目安！

1日で80~160Kcal、多くても200Kcalまでに！
(成人1日の摂取エネルギー量の10%相当。)

200Kcalの目安



チョコパイ：1個

柿の種：1袋(小袋)

せんべい：大3枚

POINT 03 間食する食べ物

オススメは不足しがちな栄養素を補う食品です。
また、夕食が遅く空腹時間が長くなってしまふ人は
おにぎりやサンドイッチを摂り、夕食はおかずや野菜等
軽めの食事をとると空腹による過食を防げます。

👍 ナッツ

食物繊維やミネラルが豊富。
ただ、カロリーも高いので
1日10~15粒が目安です。



👍 牛乳・乳製品

たんぱく質やカルシウムが豊富。
脂肪分が多いため、
脂肪0や低脂肪を選びましょう！



👍 高カカオチョコレート

カカオ70%以上のチョコレートは
低GI*で糖質の吸収が穏やかなため脂肪に
なりにくい1日3~5枚(80~160Kcal)が目安。

※GI：食品に含まれている糖質の吸収度合いを示す指標。



👍 果物

80Kcalの目安量

ビタミンや食物繊維が豊富！
糖分が多いので目安は80Kcal程に。



りんご
1/2個

みかん
2個

柿
1個

バナナ
1本

ぶどう
150g

👍 低カロリー食品/
低糖質食品

コンビニやスーパーで手軽に購入でき、
低カロリー・低糖質なのに
満足感が得られます！





愛生館グループ事業所MAP

至名古屋

小林記念病院 ●透析センター



碧南市新川町 3-88
電話 (0566)41-0004

デイケアセンター



碧南市新川町 3-88
電話 (0566)41-3000

健康管理センター

碧南市新川町 3-88
電話 (0566)41-6548

愛生館本部



碧南市新川町 3-95
電話 (0566)41-7621

しんかわ 訪問看護 ステーション



碧南市簗田町 1-17-2
電話 (0566)41-5522

はとぼっぼ保育所



碧南市簗田町 1-17-2
電話 (0566)48-4348

ベンリー ひまわり 碧南中央店



碧南市栄町 1-10
電話 (0566)45-5845

小規模多機能 ホームひまわり



碧南市三角町 1-9-2
電話 (0566)41-0505

小規模多機能 ホームひまわり ・福釜



安城市福釜町小六 75-2
電話 (0566)92-5100

特別養護老人ホーム ひまわり・安城



- デイサービスひまわり・安城
- ケアプランセンターひまわり・安城
- ひよっここ保育所

安城市福釜町下山 81-1
電話 (0566)92-0088

特別養護老人 ホームひまわり



- デイサービスひまわり
- ケアプランセンターひまわり
- ヘルパーステーションひまわり

碧南市鷺林町 4-109-1
電話 (0566)41-0865

碧南市 養護老人ホーム



碧南市鷺林町 4-109-1
電話 (0566)41-0895

老人保健施設 ひまわり



碧南市三角町 1-7-1
電話 (0566)41-0007

〒447-8510 碧南市新川町 3-88

TEL (0566) 41-0004 FAX (0566) 42-5543

メールアドレス info@aiseikan.or.jp

ホームページ

愛生館

検索



編集・発行：愛生館グループ 広報委員会
令和3年5月

掲載されている方には事前に掲載許可を頂いております。