

# 老健、VOL.54

# くらかけ

kurakake  
no sato

2022 1/15

発行/老人保健施設くらかけの里  
〒010-0201 秋田県潟上市天王字鶴沼台43-231  
TEL 018-878-6622 FAX 018-878-6611  
E-mail : kurakake@violin.ocn.ne.jp  
URL : <http://keiinkai.akita.jp/kurakake/>

老人介護支援センター てんのう  
ケアプランセンター てんのう  
〒010-0201 秋田県潟上市天王字鶴沼台43-231  
TEL 018-878-7341 FAX 018-878-7471  
E-mail : caretet@poem.ocn.ne.jp  
URL : <http://keiinkai.akita.jp/tenno/>

## <<< 介護老人保健施設の理念と役割 >>>

介護老人保健施設は、利用者の尊厳を守り、安全に配慮しながら、生活機能の維持・向上をめざし総合的に援助します。また、家族や地域の人びと・機関と協力し、安心して自立した在宅生活が続けられるよう支援します。

### 1. 包括的ケアサービス施設

利用者の意思を尊重し、望ましい在宅または施設生活が過ごせるようチームで支援します。そのため、利用者に応じた目標と支援計画を立て、必要な医療、看護や介護、リハビリテーションを提供します。

### 2. リハビリテーション施設

体力や基本動作能力の獲得、活動や参加の促進、家庭環境の調整など生活機能向上を目的に、集中的な維持期リハビリテーションを行います。

### 3. 在宅復帰施設

脳卒中、糖尿病候群、認知症等による個々の状態像に応じて、多職種からなるチームケアを行い、早期の在宅復帰に努めます。

### 4. 在宅生活支援施設

自立した在宅生活が維持できるよう、介護予防に努め、入所や通所・訪問リハビリテーションなどのサービスを提供するとともに、他サービス機関と連携して総合的に支援し、家族の介護負担の軽減に努めます。

### 5. 地域に根ざした施設

家族や地域住民と交流し情報提供を行い、さまざまなケアの相談に対応します。市町村自治体や各種事業者、保健・医療・福祉機関などと連携し、地域と一体となったケアを積極的に担います。また、評価・情報公開を積極的に行い、サービスの向上に努めます。

あなたらしく。





# 新年のごあいさつ

社会福祉法人敬仁会 理事長 藤原慶正

あけましておめでとうございます。

新しい年を迎える、皆様には益々ご清祥のこととお慶び申し上げます。

この新しい年の初めにあたり、社会福祉法人敬仁会を代表してひとことご挨拶を申し上げます。

まずは、日頃、敬仁会の各施設の運営にご理解とご協力を賜り、心から篤く御礼を申し上げます。

新型コロナウイルス感染症が全世界を席巻して、まる2年が経過しました。この間に、令和3年12月中旬現在で、全世界で2億7千万人がこのウイルスに感染し、530万人が亡くなる大惨事となり、わが国におきましても173万人が感染し、1万8千人あまりが亡くなっています。今からちょうど100年前に世界人口のおよそ3割が感染し、その5人に1人が死亡したとされるスペイン風邪（インフルエンザH1N1）が波状に感染を繰り返し、終息におよそ3年を要したことを考えると、いまだ予断は許さない状況ですが、特にわが国においては、100年前とは異なる衛生状態と、出だしは遅れたものの全人口のおよそ8割が2度のワクチン接種を受け、それでもマスクや手洗い、自主的な行動抑制を行う国民性が、現時点で他国と比べて著しく少ない感染者数の背景になっているのかも知れません、また、高齢県である秋田において、感染者数の少なさはもとより、高齢者施設においてクラスターが生じていないのは、隣人を思いやる県民性とともに、これまでの経験で培われてきら高齢者施設における感染予防への意識の高さと、感染症対策のスキルの高さの表れかも知れません。現在は新しい変異株（オミクロン株）の拡大が懸念されていますが、今後、3度目のワクチン接種や治療薬の登場で本格的な終息に向かうことを心から願いつつ、職員一同、引き続き緊張感をもち、利用者の皆様の安全を第一に努めて参りますので、利用者の皆様やご家族様におかれましても、感染対策上の配慮に引き続きのご理解とご協力をお願い致します。

今回の新型コロナウイルス感染症のパンデミックでは、亡くなられた方々、そのご家族、大切な人を失われた方々、後遺症に悩む方々、生活に困窮されている方々、差別や誹謗中傷を受けた方々など、さまざまに辛い思いをされた方々が大勢いて、間違いなく人類にとっての大きな不幸ですが、この災いを教訓に、または糧として、より良い、希望に満ちた世界に変えるきっかけにすること、今を100年に一度の転換期と捉え、少子高齢化・人口減少社会においても誰一人取り残されることのない社会の仕組みを作ることこそ、私たちに課せられた役割ではないでしょうか。コロナ禍は社会の価値観を変えています。その中にあって、不易流行、変えてはならない本質と、新しい社会の変化に合わせて自ら変えていくべきものをしっかりと見極め、持続可能な社会保障のあり方を提案していくことは、世界に先駆けて20年先の高齢化社会を現実に生きている私たち、秋田の医療・介護従事者の責任でもあると考えています。

最後に、地域に根ざし、これからも地域の皆様と歩み続ける敬仁会として、改めて地域の皆様の想いを第一に、できる限り不足の無い役割を果たしていくよう、職員ひとり一人が今できることを真剣に考え、取り組んでまいります。

本年も宜しくお願ひ申し上げます。

## 社会福祉法人 敬仁会の理念・基本方針

**理 念** 本法人はすべての利用者の方々それぞれの尊厳・個性を尊重し、充実した生活を送られることを目指す施設運営を理念とする

**基本方針** 1) 利用者の方々の要望・期待に応え、日々の幸せを実感できる施設であることを基本方針とする

2) 利用者の方々の健康管理に常に配慮し、医療機関との連携を密接に行う

3) 利用者の御家族、地域住民に本法人の事業内容、意図を御理解頂くため、積極的に情報を開示し、満足して協力して頂ける体制づくりに努める

4) 職員各自が本事業の重要性を理解し、自らの分野・業務について自覚と高度の技術を身につけた専門職としての誇りを持ち、生き甲斐のある毎日を送れるべく努力する

5) 利用者の方々が満足し、職員の向上意欲・努力を發揮できる組織環境を構築し、持続可能な健全経営を行うことを目標とする



## 新年のご挨拶

くらかけの里 管理者 妹尾春樹

明けましておめでとうございます。

新しい年が穏やかになりますように共に進んで参りましょう。

昨年は新型コロナ感染に世界中がみまわれましたが、おかげさまで私たちの施設からは大きな被害を出しませんでした。これは挙げて利用者の皆様やご家族、職員のひたむきな努力のお陰であります。深く感謝いたします。

感染症を考えると、きまつてニューヨークにあるエリス島と友人のひとりであるスコット・フリードマンを思い出します。彼はニューヨークのマンハッタンにあるマウントサイナイ医科大学の内科学の教授をしています。

初めて訪問した時に、もしニューヨークで時間があるならエリス島に寄ってみなさいと奨めてくれました。彼はユダヤ人で祖父がロシアから移住したのだそうで、一家はこの島から入国したのだと教えてくれました（因みに彼の兄はレプチンを発見したジェフリー・フリードマン ロックフェラー大学教授です）。

エリス島は自由の女神のあるリバティ島の近くにあり、1892年から1954年まで移民局が置かれ、日本人を含む、アメリカへ移住を希望した人の多く（1200万人～1700万人といわれています）が、ここで健康状態や所持品のチェックを受け、許可された人々はここから全米各地に移って行きました。

健康状態のチェックは3段階あり、まず（1）眼科医によるトラコーマ結膜炎のチェック。もし見つかれば本国に送還されたそうです。なお現在でも世界中で年間数百万の子供が罹患しています。次に（2）身体と精神面のチェックです。最後に（3）女医による婦人科の診察で、妊娠と婦人科疾患のチェックでした。

佐多稻子が26歳（昭和5年、1930年）の時に刊行した「キャラメル工場から」では主人公ひろ子は台に向かってキャラメルを包む作業をしています。ひろ子の隣にいる娘はトラホームで、いつもかなしそうな目をしょぼしょぼしていました、と描かれています。身体は小さく萎びていた。「私が悪いから駄目なの。学校にいきたくない」。

トラホームはトリコモナスによって引き起こされる結膜の病気で、日本でも当時は失明にいたる比較的多い疾患でした。

ところで、エリス島では感染症のため5000人もの移住希望者がアメリカ本土への移住を実現できずにこの島で亡くなっています。このように人類の歴史は感染症との戦いでもありました。それでも人々は持てる力を振り絞って対応してきました。今日の新型コロナとのいくさも間もなく希望の光が見えることと確信します。新しい年はそのような年にしていきましょう。

（トラコーマは英語、トラホームはドイツ語系の医学用語で、同じ疾患を指します）

## 「新年を迎えて」

老人介護支援センターてんのう センター長 菊地正喜

あけましておめでとうございます。

「老人介護支援センターてんのう」は在宅で生活しておられる援護が必要な高齢者や援護が必要ではないかと不安のある高齢者又はその家族等からの相談に応じ、各種の保健・福祉サービスが総合的に受けられるように、関係行政機関・サービス実施機関及び居宅介護支援事業者との連絡調整を行い、高齢者及び家族の福祉向上に努めています。また、「潟上市地域包括支援センター」の相談窓口として機能も担っており、皆様が住み慣れた地域での生活を維持しながら、安心して暮らしていけるようお手伝いしています。

新型コロナウイルス感染症については、社会変容をもたらし、皆様におかれましても多大なご心配やご苦労をされていることと存じます。一日も早い終息と皆様のご健康を願うばかりです。このような状況下においても、私たちは皆様が困った時に身近で頼りになる存在でなければなりません。

地域に密着した支援センターとして、皆様に笑顔と思いやりをもって支援に努めてまいりますので、より一層のご理解とご協力を賜りますよう宜しくお願ひ申し上げます。

皆様にとりまして、新しい年がより良き年になりますよう、心からご祈念申し上げ、新年のあいさつとさせていただきます。

# 看護

## 免疫力を高める生活をしましょう！

免疫力とは、外から体内に侵入してくるウイルスや病原菌を防ぎながら、体内に発生する異常な細胞を除去するといった自分自身の体を守る力をいい、低下すると多くの病気にかかりやすくなります。

健康的な生活をおくるために、日頃から免疫力を高める行動を心がけましょう。

### 免疫力アップの5ヶ条

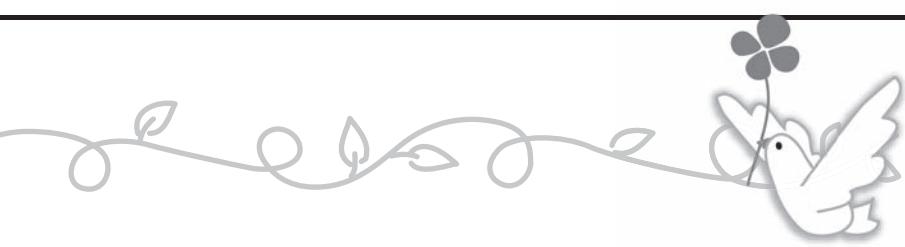


# 介護

新型コロナウイルスの感染も落ちついてきていますが、まだ油断は出来ない状況が続いています。当施設でも感染防止のため、利用者の余暇活動を中止にしていましたが、11月18日（木）より、毎週木曜日にカラオケを開催する運びとなりました。開催初日は妹尾管理者を始めとし、利用者も多数参加し、大いに盛り上りました。今後も、感染防止に努め利用者の余暇活動の充実を図っていけたらと思っております。



# リハビリ



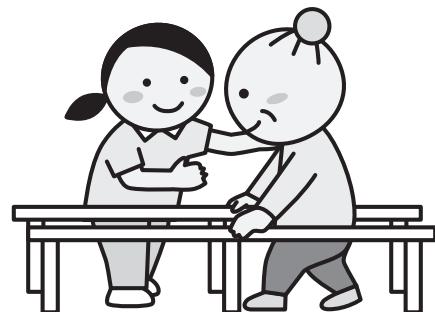
くらかけの里のリハビリ内容についてお知らせ致します。

当施設では入所者に対し、週2回リハビリを実施しております。ただし、ご本人の拒否が強い場合や体調不良など医師の指示がある場合は、リハビリを中止したり、回数を減らすなどの対応をしております。

リハビリの内容は、リハビリ職員と1対1で行う「個別リハビリ」と、複数名で集まり、職員や他利用者様とコミュニケーションを取りながら体操を行う「集団リハビリ」があります。利用者様の状態に合わせて、個別リハビリと集団リハビリを組み合わせて行っております。

リハビリでは、利用者様の心身機能や日常生活動作などを評価し、利用者様やご家族のリハビリの希望を加味してリハビリ目標設定し、それに向けてリハビリプログラムを作成し行っています。リハビリの内容は利用者様の疾患や状態合わせて行っていますので、個々の内容は異なります。

今後もリハビリ目標を利用者様やご家族と共有し、リハビリへの意欲を高められるように努めてまいります。



# 給食

## 献立紹介

## 「だまご鍋・カニ入ります・みかん」

### ◇だまご鍋（2人分）

|            |       |
|------------|-------|
| 精白米        | 130g  |
| 若鶏肉 もも 皮つき | 100g  |
| ごぼう        | 60g   |
| せり         | 60g   |
| 長葱         | 60g   |
| しらたき       | 60g   |
| 舞茸         | 30g   |
| 醤油         | 20g   |
| 砂糖         | 15g   |
| 酒          | 10g   |
| 鳥がらだし      | 500ml |

12/7の昼食にだまご鍋を提供しました。秋田を代表する郷土料理として全国的に有名な「きりたんぽ」ですが、このあたりでは昔から親しまれているのが「だまごもち」。

その語源は、ご飯をつぶして丸めるという意味の「だま」に秋田の方言の「こ」がついたもので、農家の家庭料理が始まりと伝えられています。

「だまこ、鶏肉、ごぼう、長葱、しらたき、せり、舞茸を鶏がらで取っただし汁に味付けはシンプルに砂糖と醤油、みりんを入れて煮て完成です。



# 施設行事

## 敬老会



## 焼き芋



## なべっこ





— …介護サービス何でもコーナー…

## 介護によるイライラ軽減のために

自宅で介護するということは、介護者にとって先が見えないため精神的な負担が強くストレスをためやすくなります。

イライラした時は気持ちを切り替え、気分を軽くすることが大切です。

### ○介護中にイライラした場合

- ・心の中でゆっくりと5～10秒ほど数を数えてみましょう  
怒りの感情をコントロールします
  - ・一度その場から離れてみましょう  
場所を変えて時間をおくことにより気持ちを切り替えリフレッシュします

介護だけでなく日常の中でもストレスをため込まないように注意しましょう。

## ○介護するにあたって

- ・あまり頑張りすぎない
  - ・相談相手を見つけ悩みや思いを打ち明ける
  - ・一人で抱え込まず協力を求める
  - ・介護者が楽しめる時間を作る



## 施設行事予定

(令和4年1月～6月)



※コロナの影響により中止になる可能性がございます。

# くらかけの里 てんのう 職員紹介

くらかけの里看護師 原田 幸恵

10月から勤務させて頂いております。利用者の皆様が安心し笑顔で過ごせるよう頑張ります。

くらかけの里介護員 川上友美

11月からお世話になっております。皆様のお役に立てる様思いやりをもってがんばりたいと思います。どうぞよろしくお願いします。

動き出した令和の世。まだまだ油断は出来ませんが、やつぱり恋しいラ麺。どこのラ麺が美味しいかとよく聞かれますが、蓼食う虫も好き好き返答に窮するのもまたポジティブな愚問。

それでも敢えてお勧めするのがにかほ市にある1964年創業の園食堂の肉タンメンです。あつさりでありますながらコク深い塩スープ、店主自ら裁断する平打ち麺、豚ロースのソテーをトッピングしたボリュームある逸品です。

なのですが、店主も半寿を迎えるの運営が危ぶまれていると聞きます。又、近年では絶えゆく味は「絶メシ」と呼ばれ注目され始めております。コロナに対するお店側の感染防止対策には頭が下がる思いです。私達も責任を持ちマナーを守つて感染リスクの軽減に努め、悔いが残らぬ様絶メシを食べにいってみるのはいかがでしょうか。

# 思うこと

## ボランティア 受け入れについて

今現在、コロナウイルスが流行しているため、施設訪問ボランティア活動の受け入れを自粛させて頂いております。終息した時には是非お願いしたいと思います。

