

# あ っ ぷ る 通 信

発行 アップル学園前

～家族の絆を深め、在宅生活の喜びを創造する～  
医療法人 北寿会 介護老人保健施設 アップル学園前  
TEL：0742-51-2200/FAX：0742-51-2201



医療法人 北寿会 理事長

## 北神敬司よりご挨拶

＜経営方針＞  
利用者への  
サービスの  
向上に  
努める

おかげさまで、アップル学園前は、平成20年8月で開設して10周年を迎えます。ご支援をいただき皆様のご厚情のおかげと感謝しております。当会は、「家族の絆を深め、在宅生活の喜びを創造する」という理念を掲げ、介護とリハビリテーションを提供しています。今回は、紙面をお借りしてリハビリについて少しお話しします。



平成20年8月で、10周年を迎える「介護老人保健施設アップル学園前」



とを目指しています。そのための課題と必要な情報を全職員が共有できる仕組み作りを進めながら、専門職員によるリハビリはもちろんのこと、介護の場でもリハビリ職員と介護職員が協力して、その方の持つておられる能力を維持・向上できるような努力していきます。その取り組みの基本に「安心・安全」を置いています。当会では歩行が不安定だからといって安易に車椅子を勧めるのではなく、お年寄りに寄り添い、その方の身体の状態や感情の起伏をしっかりと感じながら、普通の生活ができるよう支

援していきたくも思っております。また、ご家族とともに目標を共有し、ご本人の状態や介護方法などを積極的に伝えてまいります。

よく「一人は一人では生きていけない」と言われ、「家族の再生」「地域の再生」という言葉を耳にします。それは結局一人が支えあう」ということではないでしょうか。職員一同、介護を通じて一人が支えあう」とはどういうことか勉強させていただいております。

今後ともご支援賜りますようお願い申し上げます。



## 法人全体の取り組み

当法人では、すべての部門の管理・監督職が一同に会して、サービスマン向上について話し合う運営連絡会議を月に一度開催しています。各部門が法人の理念・方針に沿った部門目標・実行プランを作成し、毎月管理・監督者より①実行プランの成果、②利用者・家族の声、③苦情・事故報告、④その他の業務改善点・提案を報告していただき、成果・問題点・改善点の情報の共有を行うこととしています。会議の内容は、管理・監督者より職員全員に報告されます。さらに、施設内のすべてのパソコンに掲示されることになっており、全職員が情報を共有する仕組みを取り入れていきます。

実行プランは、主に組織運営、サービスマン向上、人材育成の観点より立案することになっており、会議で各部門の取組みを共有し、さらなる向上に役立てています。

利用者・家族の声は、ご利用者ご家族からいただいたお褒めの言葉などを報告し、業務への取組み意欲を高めています。

各部門で発生した重大な苦情・事故についても情報を共

有し、同じ過ちを繰り返さないように問題意識を高める努力をしています。

運営連絡会議は、各部門の目標に対する成果を共有する場であるとともに、各部門間のコミュニケーションの場でもあり、会議の内容は全職員に理解・共感され、法人の理念それに連なる部門目標に向かって、協力・連携してサービスマンを提供することが必要だと考えています。

## 食は人を良くする

「食」という字は「人」を「良くする」と書きます。「食」はいいことづくめです。まず、食は身体が健康で元気になります。皆で食べるとより楽しいです。食で、季節を感じることができま



す。こどもは成長し、病気のときでも食べれば体力が付いて、病気に打ち勝つ力が湧いてきます。しっかりと食べて身体を動かすと筋力がついてきます。肌の色艶がよくなり、健康美人になります。朝食をしっかりと食

べると、脳に刺激と栄養が行き届き、思考力がアップします。栄養が行き届くとやる気・根気・元氣・勇気が湧いてきます。

これだけ魅力的な食事ですが、今朝何を食べたのかも忘れてしまうくらいに日常的であり、空気のよくなる存在です。

栄養士の仕事は食の支援ですが、実は生活全体の支援に關係してきます。食事を食べる前に、まず食べ物が目の前にあることが重要です。自分が作り手であれば買い物・調理・配膳と、身体も頭も使って準備することが必要です。

又、作り手が別において配膳がなされたとしても、食卓まで行き着く際、目で見て食べ物を確認し鼻で香りを楽しみ、歯や舌を使って口運び、歯や舌を使って飲み込んでいく。人は食べないと生きていけません。何もしないで寝ているだけでも栄養が必要で、自分の体の状態にしっかりと向き合っ

て下さい。そして、食事が摂りきれない時には、自分の願いを声に出してみよう。声に出してみると解決の糸口が必ず見つかります。

当法人のご利用者様が、「今日の食事は美味しかった」と笑顔に包まれながらハピ

りに納み、元気になっていくのはうれしいものです。また次も美味しく食べていただきたいと願って日々努力を重ねています。食生活でお困りのことがあれば支



（管理栄養士 森山廣江）

## お知らせ

### ◎第2回アップルの美しい関係

平成20年3月30日（第2回アップルの美しい）を開催しました。会場には約70名の方が参加し、メディアカルトレーナー及び管理栄養士による講演を実施しました。

### ◎AEDの設置

本館2F及び別館（ハワリハ）の目につくところにAEDを設置しました。



### ◎施設入所行事

- 四月二七日 春の苗植え
- 五月一八日 春の遠足
- 六月一、八日 お食事会
- 七月六日 七夕入形劇

### ◎小規模多機能行事

- 四月十一日 春の遠足
- 五月、六日 車取ドライブ
- 五月二〇日 お誕生会

\*\*\*\*\*  
アップル学園前探検隊  
\*\*\*\*\*

今回は通所リハビリテーションについてご紹介いたします！！  
本館2階 通所リハビリテーション  
別館 パワーリハビリテーション

## 本館2F 通所リハビリテーション

平成20年3月よりデフロアの改装を行い、リハビリ室が広くなり、利用者の皆様から喜んでいただいています。

### 通所リハビリ 一日の流れ

- 9:00～10:00 ご自宅から送迎 デフロア到着 ちょっと一息  
その間に問診、体温・脈拍・血圧測定。
- 10:00～12:30 体操・入浴・作業物の作成  
個別運動
- 12:30～13:30 昼食・食後の休息  
仮眠
- 13:30～14:30 集団体操・レクリエーション  
個別リハビリ
- 14:30～15:00 ティータイム  
個別リハビリ
- 15:30～16:00 ご自宅へ送迎



本館2階に設けられたリハビリスペース



言葉遊びのレクリエーションを楽しむ様子

## 別館 パワーリハビリテーション

平成20年4月より運動指導員の制服を一新し、皆様の体力・健康の維持・向上を目指してこれからも頑張っていきます。

### パワーリハ 一日の流れ

- 朝から元気コース
- 昼から健康コース

太極拳体操も  
取り入れ  
実施中！

- 9:00～ 9:25 13:30～13:55 ご自宅から送迎 パワーリハ到着 ちょっと一息  
その間に問診、体温・脈拍・血圧測定。
- 9:25～11:30 13:55～16:00 ウォーミングアップ  
ストレッチ体操  
マシントレーニング  
個別リハビリ
- 11:30～11:40 16:00～16:10 クールダウン  
整理体操
- 11:40～12:00 16:10～16:30 ティータイム
- 12:00～ 16:30～ ご自宅へ送迎



私たちが元気な体作りを支援します。



パワーリハビリテーション室

## 施設ケアマネジャーから


 ジャー  
 ネ  
 マ  
 ア  
 岸本幸太

皆様にとつて施設のケアマネジャーは馴染みの薄い存在かもしれませんが、主に「利用（入所・ショートステイ）」されるご本人・ご家族の希望・目標

等をお伺いして施設サービス計画書を作成し、得た情報を介護職・看護職・PT・OTその他の担当者に伝達します。そして計画が上手く実施出来ているかを各担当者に確認する等定期的にチェックを行い、得た情報をご本人・ご家族にお伝えする機微的な存在です。

当法人ではご本人とご家族が絆を深め、住み慣れた町に喜びを感じながら暮らせるように支援していきたいと考えています。

当施設からご自宅へ戻られる際は、事前にご相談者と一緒に出所前訪問を行ったり、居宅ケアマネジャーやサービス事業者と連携をとったりとスムーズに「ご自宅での生活がおくれるよう」

支援させて頂きます。

しかし、核家族化による老々介護・共働き等、在宅介護を行うにあたり取り巻く環境は厳しいご時世となりました。ご自宅で介護を行いたい気持ちはあるが、先の見えない介護への不安との葛藤に悩んでおられるご家族も多数おられると思います。少し気持ちをお楽にして、まず散歩程度の外出から始めてみてはどうでしょうか。ご本人・ご家族の笑顔が我々の励みになります。今後ともどうぞよろしくお願ひ致します。



左から施設ケアマネの中山、林、岸本

◎アップルだより4月号より（アップル登新聞の抜粋です。）

## ◇花見の起源

花見は奈良時代の貴族の行事が起源だと言われています。奈良時代には中国から伝来された梅がよく鑑賞されていました。平安時代には桜に変わっていきました。日本で最初に桜の花見をされたのが、812年の嵯峨天皇が開いた「花宴」の説があり、のちに庶民に花見の風習が広まっ



たのは、江戸時代に徳川吉宗が江戸の各地に桜を植えさせ、花見を奨励してからだと言われています。

## ◇昭和の日

4月29日は、もともと昭和の時代に「昭和天皇の誕生日」という祝日でしたが、年号が平成に改まるとともに、「みどりの日」となりました。しかし、平成19年より「昭和の日」とすることになりました。

## 編・集・後・記

今年もつくし取りに行ってきました。春が来たことを実感します。

春と言えば、卒業式・入学式と出会いと別れの季節でもあり、当法人にも、この春学校を卒業した新入社員が5名入社してきました。よく「初心に返れ」といわれますが、なんとなく受け入れられる方も、新鮮な気持ちになります。

人と関わる我々の仕事には、初心を忘れないことが、大切なことではないかと感じています。

(平岡)