

ふれあい No.26

2013.09.01

～ もくじ ～

●施設行事のご紹介

- *日中活動*外出レク
- *センター祭*盆踊り

●通所通信

- 福祉課便り
- 訓練課掲示板
- 看護課だより
- その他



ごあいさつ

北広島リハビリセンター長 三瓶 徹

皆様におかれましてはご健勝のこととお喜び申し上げます。また、日頃より当法人の事業をご利用いただき誠にありがとうございます。

北海道はお盆が過ぎると晩には涼しく過ごしやすいですが、本州の方では8月に41度という最高気温を記録し、9月に入っても残暑が厳しく熱中症になる方は後を絶たないのではないかと心配です。

さて、障害者施設では7月に第26回北広島リハビリセンター祭が地域住民やご家族の多くの方々にお越しいただき盛況に終えることができました。また、高齢者施設では、北広島団地の4つの住区で行われたそれぞれのお祭りに参加し地域の方々に喜んでいただくことができました。これからもイベントを通じ地域の方々とのつながりを大切に参ります。

私ども法人の事業は、人が人に関わる仕事です。それもただ関わるのではなくサービスを利用されているお一人おひとりの「思い」を汲み、お客様の、身体的、精神的、社会的なニーズを理解し全人的に関わる専門性を前提とした仕事です。今後とも専門性を高め利用されるお客様の「思い」を大切にできるようサービスに努めて参りたいと考えております。

ところで、皆様もご承知のことと思いますが、社会保障制度改革国民会議の報告書が取りまとめられました。これは、今後益々増える社会保障財政の健全化に向けられたもので、制度の継続をねらいとするものであり、当法人の事業運営に少なからず影響するものであります。改革という外的環境の変化に当法人として対応を迫られるものであり、外的環境に適応し私共の事業を安定的に持続し、お客様が安心してサービスを利用できるよう施設の内的環境の改革も求められるところであります。

介護事業はこれからいろいろな意味で厳しい状況に立たされますが、当法人の理念であります「お客様に喜んでもらえるように」「お客様の役に立てるように」そして「地域に求められる資源となるよう」役職員一丸となってサービスに努めて参ります。

皆様には、今後ともご支援ご協力を賜りますようよろしくお願い申し上げます。



社会福祉法人北海長正会 北広島リハビリセンター

6月1日 日中活動：散歩

春の日差しがこぼれる中センターの周りを散策してみました。見慣れている景色の中にも小さな発見や感動がありました。

満開の桜と笑顔！！



感動の仕方も十人十色です！！

見とれてしまうよ

涙がついてたり

とってもきれい

6月19日 外出レク

今年度の外出レクでは行き先にANAクラウンプラザホテル千歳のランチビュッフェが増えました！
美味しい料理に目移りしながら、会話も弾みます。



たくさん食べました♪

笑顔がいっぱい！

美味しいね！



7月20・21日 北広島リハビリセンター祭

利用者実行委員

7月20日(土)・21日(日)、第26回北広島リハビリセンター祭が行われました。EXPGのダンスや、更生太鼓、ラッキー抽選会など様々なイベントがあり、大いに盛り上がりました。今年は天気にも恵まれ、施設の中が皆さんの熱気と歓声、たくさんの笑顔で包まれました。



更生部
高倉人美 さん



療養部
大屋吉歌 さん

第1日目
会食会

ジンギスカン★海鮮焼き

カラオケ

第2日目
メイン会場



更生太鼓



ダンス EXPG



ジャズライブ 玉村優香さん



旗あげゲーム



のみの市



ラッキー抽選会

ご来場
ありがとう
ございました!



8月7日 盆踊り



今年もボランティア(日赤北広島奉仕団東部分団)の皆さんに参加して頂き、大いに盛り上がりました! スイカ割りやかき氷もありました★



お見事っ!

うまいっ!



疲れたけれど
楽しみました
＼(^o^)／



通所通信

地域支援課

通所外出レク



サッポロビール工場に行ってきました。工場見学をした後は、ビールの試飲の時間です。皆さん、おいしそうに飲んでます。来年もこのような企画が出来るといいですね！



日中活動

5月から6月にかけてお花見をしました。当センターの敷地内には、たくさんの桜の木があり、今年もきれいな花が咲きましたよ！



とても気持ちよさそう。



桜の花のようなおふたり。

みなさん！
桜をバックに
「ハイチーズ！」



北広島リハビリセンター祭



センター祭、大変お疲れ様でした。みなさん、すごく楽しそうでした。来年もまた盛り上がりましょう！ご協力ありがとうございました。



福祉課便り

題字： 福島一男

1. 題字の人 ... 療護部 福島一男さん

「書き直しはしないぞ」...いえいえ、十分でございます！ ご協力ありがとうございました。

2. 更生部定員変更のお知らせ

本年4月1日より、更生部の日中活動定員変更がありました。

<機能訓練 30名 定員><生活介護 70名定員>



<機能訓練 10名 定員><生活介護 70名定員>へ変わりました。

利用者の皆さんに大きな影響はありませんが、一部課税世帯の方は、若干利用料（定率負担分）が上がっております。対象となるご家族には、担当相談員からご連絡させていただいておりますが、ご不明な点がありましたら福祉課までご連絡ください。

3. インタビューのコーナー

聞かせて!!

これまでで印象に残っている出来事・ニュース
(日本の出来事や個人的なこと)



● 更生部 山内 紀美子さん

今までで印象に残っているのは、オウム真理教の一連の事件。連日テレビにかじりついて見ていた。個人的なことでは、昔飼っていたリスのナッツ(♂)ゲージの中にナッツの小さな小屋があった。大きさは、片手に乗るくらい。3年ほど飼っていた。とっても可愛かった。



● 更生部 馬道 輝雄さん

激動の時代の事件かな。あさま山荘事件、東大安田講堂事件、三億円事件...三億円はどこへ消えたのだろうか。個人的には、そんなにはいらぬかな(笑)



● 療護部 荒井 茂子さん

昔、東京で炭屋をして家族7人で暮らしていた。貧乏だったけど、みんなで協力して働いていた。私は、家業の他に内職で製本もしていた。ひとつ作って何銭の世界。下手に作るとお金にならない。妹は靴づくりの内職もしていたので、それも手伝っていた。(かきいれ時は寝ないでやっていたほど) たまにけんかもしていたけど、貧しいながらも楽しい我が家(笑)。

訓練課 掲 示 板

新企画!!

リハビリ勉強会

訓練課では、今年度より新たな事業として、ハッスルウェンズデイの一環で「リハビリ勉強会」を企画・実施しております。

目的としては、病気やその症状、その他リハビリに関する知識を理解していただく事で、現在の実施されているリハビリテーション効果が、より一層高められる事や利用者様が情報共有・共通認識されることで生活場面においても協調した生活が送れる事、また疾病予防等が期待出来ます。

その第1回目のリハビリ勉強会が、平成25年6月26日に開催されました。

「脳卒中の再発予防について」をテーマに、内容として脳卒中の基礎知識や生活習慣の改善策等を中心にお話させていただきました。また、参加者は総勢72名(入所33名、通所39名)と多くの利用者様にご参加いただきました。改めてお礼申し上げます。

今年度のリハビリ勉強会は、あと3回予定しております。



みなさん真剣な表情です。

次回は、平成25年10月9日(水)午後2時30分からを予定しております。テーマは「高次脳機能障害について」です。ご興味のあるご家族・利用者様は是非ご参加ください。沢山のご参加をお待ちしております。

(訓練課 理学療法士 新井田)

次回は、理解するのが難しいといわれている「高次脳機能障害について」ですが訓練課 作業療法士 谷口係長がわかりやすく皆さんにご説明いたします。



看護課だより

皆様こんにちは。今年の夏も暑かったですね。全国的に熱中症で救急搬送された方が多かった夏でもありました。センターでは恒例のワックス掛けとセンター祭が終わり利用者様も職員も、なんとか暑い夏を乗り切ることが出来ました。ワックス掛けやセンター祭の準備から後片付けも、体力を使い、また汗をかくので休憩時間には、皆で水分を取ります。ここ数年で「夏と言えば熱中症、熱中症と言えば水分補給」と言う言葉が連想されるようになって来たのではないのでしょうか。

● なぜ水分をとらなければいけないのでしょうか？



お話ししましょう。

人間の体のおよそ60%が水分でできています。血液の約90%、脳の約80%は水になります。

左図のように人間は尿や汗で水分を出し、また新たに水分を補給し、体内で水分を循環させることで健康なからだを維持しているのです。摂取した水分は血液に混ざり毛細血管を通して脳まで運ばれ、また体の隅々の細胞へ酸素や栄養素を届けます。水分が足りないと脱水になり、血液がねばついて流れが悪くなり脳や心臓の血管が詰まりやすくなります。

● 水分を失うとどのような症状が出てくるのでしょうか？



水分減少率(体重に占める割合)と主な脱水症状

水分減少率	主な脱水症状
体重の2%	のどの渇き
〃 3%	強い渇き、ぼんやりする、食欲不振
〃 4%	皮膚の紅潮、いらいら、体温上昇、疲労困ぱい、尿量減少と濃縮
〃 5%	頭痛、熱にうたる感じ
〃 8~10%	身体動揺、けいれん

水分補給の大切さは、気温の高い季節や日に限ったことではありません。たとえ真冬であっても運動すれば体内温度は上昇し、必ず汗をかきます。また、のどが渇いてから水分を摂ればいいと考えるのは禁物です。本当に水分が足りない時と、乾きを脳が認識する時には時間差があるので、「のどが乾いたな」と感じたときには、体内ではすでに脱水が始まっているのです。さらに、摂取した水分が吸収・代謝されるまでに60分~90分ほどかかるとされ、のどの渇きはすぐに解消しても、身体機能の回復とまではならないのです。

これから、徐々に寒くなり、暖房を入れる時期になります。汗をかいたな~と思ったらあなたも是非、水分補給をして下さい。それと、ご家族のだんらんにも水分を。



- *注意
- ・ 医師から水分制限されている方は、水分量をお守りください。
 - ・ 食事以外の1日の水分摂取量は大人で1ℓ~1.5ℓとされています。無理せず、少しずつお飲みください。

6/1

* 開所記念日 *

平成25年でセンターは
36周年を迎えました！



いろいろ豊かな
開所記念弁当♪

調理スタッフによる
手作りカードも添えて。

おしながき

前ごはん お祝いもの
桜餅の塩焼 鶏の唐揚げ
空豆かのご膳
煮物
刺身
塩のかっぱケーキ



6/5

* 防火総合訓練 *

センターでは年2回（6月と11月）防火総合訓練を実施して
います。消防署の協力もあり、皆さんいざという時のために、
真剣に取り組みました。



無事に訓練棟への避難が終了しました！

新人紹介

平成25年4月から勤務している笑顔がステキな4名をご紹介します。



総務課・主事
（更生部）
荻田 綾



地域支援課・生活相談員
（更生部）
井上 千恵美



介護課・介護職員
（療護部）
岩城 裕美



地域支援課・生活相談員
（みらい）
林 梨沙

寄贈

日頃のご支援に感謝申し上げます（平成25年1月1日～8月31日）

- ・ 竹内智恵子様 …かほちゃ
- ・ 北海道社会福祉協議会(白十字社)様 …ゼリーオブラート
- ・ 箕島美智子様 …長いも
- ・ 池端キヨエ様 …紙おむつ
- ・ 高倉 人美様 …マンガ本
- ・ 野田 裕様 …マンガ本
- ・ サッポロシニアライオンズクラブ様 …プロジェクト、デジタルカメラ

編集後記

今年は、全国各地で猛暑日が相次ぎ、北海道でも蒸し暑い日が続きました。みなさんは夏バテしていませんか？夏の行事も終わり食欲の秋を迎えます。たくさん食べて元気をつけたいですね！

社会福祉法人北海長正会
障害者支援施設 北広島リハビリセンター（更生部・療護部・診療部）
相談支援事業所 障がい者生活支援センターみらい（福祉センター内）
住 所：北広島市富岡509番地31 TEL.011-373-1711 FAX.011-373-5842
発行者：編集委員会
<http://www.kitariha.net>