

ナーシングだより

ナーシングプラザ流山季刊広報誌

第 24 号

- ◆永年勤続職員からのコメント
- ◆新入職員のご紹介 8ヶ月が経過して
- ◆栄養科からのお知らせ
- ◆リハビリテーション科 NEWS
- ◆フロア活動紹介 通所リハビリ
- ◆フロア活動紹介 2F
- ◆フロア活動紹介 3F・施設行事
- ◆フロア活動紹介 4F
- ◆新職員のご紹介(平成 30 年4月～9月)
- ◆リハビリデイながれやまに Zoom in !



『秋の調』 演奏：ユリアカルテット



～永年勤続職員からのコメント～

4月15日に永年勤続優良職員の「表彰式」 5月26日には京王プラザホテルにて「祝賀会」が開催されました。当施設からは勤続年数10年の7名が表彰され、表彰者の皆さんからコメントを頂きましたのでご紹介します。



総務課 係長 瀬田 康成

あっという間の10年間でした。医療・介護での知識や経験が全く無い私に、一から仕事を教えて下さった上司・同僚に感謝しつつ、「ナースングプラザ流山」が皆様からより一層愛される施設になるため、引続き努めていきます。



理学療法科 主任 小澤 鮎美（育休中）

今年、勤続10年表彰を頂きました。ここまで続けて来られたのは、多くの方のご指導や支えがあったからだと思います。まだナースングに来てから日は浅いですが、これからも利用者様や施設の為に出来る事は何か考え、日々努力していきたいと思っています。



介護福祉士 斉藤 春菜

私は産休、育休を2度頂きながら10年という節目を迎えることが出来ました。妊娠中はもちろん職場復帰をしてからも職場の皆様にはたくさんの御協力を頂きながらここまで出来ました。皆様いつもありがとうございます。この節目を機に自分を見つめ直し新たな気持ちで仕事に励んでいきたいと思っています。これからも宜しくお願いします。



介護福祉士 CM 大和田 彩織

10年表彰・・・という実感は全くないまま10年が過ぎていったような・・・そんな感じで今年を迎えています。10年前の私と今の私と何が違うのかも自覚はありませんが、1つ言えるとしたら、確実に年は取っているよなあとそれだけの様な気がします。ここまで続けられたのも、みなさんの温かい支えがあったからこそだと思います。これからも騒がしい私ですが、ご指導ご鞭撻の程よろしくお願い致します。



介護福祉士 長瀬 彩

今回10年表彰を迎え、先輩方からのありがたいアドバイス、時に厳しいアドバイスを頂いたことを振り返り、この10年は先輩方からのアドバイスや、フォローがあってこそこの10年だったと思い、深く感謝の気持ちでいっぱいです。まだまだ未熟ですが、これからは自分が良き先輩になれるように努めていきたいと思っています。微力ながらこれからも力になれるように努めていきたいと思っています。

総務課 主任 菅原 美江

平成18年5月15日に入職して早12年が経ちました。今まで、色々なことがありましたが、続けて来られたのは、周囲の助けがあったことです。今後とも皆と助け合いながら仕事に誇りとやりがいを持って長く働いて行きたいと思っています。



取材：事務 菅原



理学療法科 鈴木 景子

勤続10年表彰を頂きました。多くの方々に支えられ、ここまで勤める事が出来ました。ありがとうございました。これからも自分にできることを精一杯やっていきたいと思っています。



新入職員のご紹介

8ヶ月が経過して

今年の4月から新社会人となった3名に、実際に業務に関わり何を経験し、何を感じたかをお聞きしました。(取材 事務 菅原)



入職の日のワンショット ☺
緊張と不安で堅かった笑顔の主たちは、徐々に自信を滲ませる穏やかな顔に変化してきました。(広報・F)



総務課 えんや ゆうき
塩谷 祐樹

ナースングに入職して8ヶ月が経ちました。初めの1ヶ月は、総務課の仕事はこんな事までするのかと思う仕事も教えられ驚きの連続でしたが、今は少しずつ慣れてきました。また、職員一人ひとりが優しくご指導してくださりととても楽しく仕事が出来ています。しかし、まだまだ分からないことの方が多いです。1日でも早く仕事を覚えていきたいと思います。これからご指導よろしくお願いします。

～先輩からのメッセージ～

『物品とおむつ』のことなら塩谷さんへ！！と、他セクションの職員から頼られる日が近づいているように感じます。総務課チームの戦力として、より一層の活躍を期待しています！！



総務課 星野



相談員 おくら りお
小椋 梨緒

入職して、8ヶ月が経ちました。
8ヶ月前とは大きく環境が変わり、社会人としても慣れない日々を送っています。仕事の面では、憧れと目標であった相談員として働くことが出来る喜びと同時に、難しさも多く感じています。
この8ヶ月で、自分に足りないことが少しずつ分かり始め、これから相談員としても社会人としても誰からも信頼してもらえるよう、自分をより一層磨いていきたいと考えています。

相談員 なかがわ みなみ
中川 南

入職してから、8ヶ月が経ちました。
受診の調整や入所希望の家族に対して、施設説明や見学など今まで経験したことないことがたくさんあり、自分の未熟さを痛感しました。
しかし、先輩方のアドバイスやサポートのおかげでたくさんのことに気づき学ぶことができました。失敗し落ち込む事もありますが、どうすれば良かったのか振り返り、今後に生かせるよう頑張りたいです。



～先輩からメッセージ～

初めての社会人経験で、苦労も多かったと思います。その中で早くも8ヶ月が経ち、できることが増え、成長を実感しております。今後も全てのことが勉強だと思って一つ一つ真摯にひたむきに業務に取り組んでもらえればと思います。その積み重ねが利用者様、家族様は勿論、多くの方からの信頼に繋がると思います。何か分からないことがあれば先輩方を頼って学び、自分の知識として生かして頑張っていってほしいと思います。 相談室 主任 矢口

◆ 栄養科からのお知らせ

平成三十年度より、介護報酬の改定がありました。今回、高齢者における栄養管理の必要性から新しい加算ができましたので、そのご説明をさせていただきます。

【栄養スクリーニング加算】

通所サービスを利用している方の栄養状態の確認を定期的に行い、栄養状態の情報を文書にまとめ、居宅ケアマネージャーと共有するものです。

ご本人の栄養状態を居宅ケアマネージャーと施設で共有することによって、低栄養のリスクにいち早く気付けるようになります。

【再入所時栄養連携加算】

施設に入所中に一度病院に入院した方を対象に、病院を退院する際に、施設の管理栄養士が病院を訪問し、病院の管理栄養士と相談し、施設での栄養管理について検討するものです。

対象となるのは、施設では普通の食事を食べていたが病院入院中に嚥下機能に配慮した食事に変った方や、施設では食事を食べていたが、経管栄養となった方です。

《低栄養リスクが高いと判断される基準》

体重減少率	アルブミン値
1か月 3～5%	3.0 g/dl 未満
3か月 7.5%以上	
6か月 10%以上	

《体重減少率の計算の仕方》

(普段の体重－現在の体重)
÷ 普段の体重 × 100

ご本人に合った栄養管理を途切れることなく行うことができるようになります。

【低栄養リスク改善加算】

入所の際に、低栄養のリスクが高いと評価された方に対して、管理栄養士が食事の様子を観察するほか、多くの職種で共同して話し合いを行います。これにより、栄養状態の改善を図ります。

低栄養のリスクが高いと判断するための指標は、体重減少率、血清アルブミン値、褥瘡です。血清アルブミン値とは、血液中のたんぱく質の一種で、栄養や蛋白質の運搬などの働きを行うため、栄養状態を評価する指標となっています。

※褥瘡は栄養以外にも発生の原因がある為、この加算では、対象外となります。

これらの加算により、病院から施設、施設から自宅へと、生活の場が変わっても様々な職種が連携し、途切れることなく栄養管理がされます。

良い栄養状態を保つことは、健康的な生活へもつながります。当施設では、対象となる方へ積極的に介入し、栄養状態の維持に努めてまいります。

栄養科 主任 山浦 愛実

＜旬の食材のかんたんレシピ＞

今回の食材は南瓜です。

夏から冬まで楽しめる南瓜を使ったかんたんレシピをご紹介します。

* 南瓜のミルク煮 *

○材料(1人前)

・南瓜 80g

・牛乳 100ml

・砂糖 5g

○作り方

①南瓜を食べやすい大きさに切る。

②鍋に湯を沸かし、南瓜を軽く煮た後、湯を捨てる。電子レンジでの加熱でもOK!

③牛乳と砂糖を加えて加熱し、軟らかくなったら完成。



☆南瓜を牛乳で煮ることで、牛乳のたんぱく質とカルシウムを摂取することができます。ぜひお試しください☆

リハビリテーション科NEWS

転倒と骨折について ～転ばぬ先の心得～

今回は、平成30年6月に実施した外部講習【転倒と骨折について】の内容をご紹介します。

転倒するとどうなるの？



高齢の方ほど骨が弱くなります（骨粗しょう症）。その為、軽い衝撃でも骨折を生じる事が多くあります。

転倒後に骨折してしまうと…

骨折前に比べ半数以上の方が**歩きが不安定**になります。重症の場合や、元々体力がない方の場合、転居が必要になったり**生活の介助が必要となる**可能性があります。



なんと！骨折は介護が必要になった**原因疾患 第3位！**



歳をとったら出歩かずに家で安全に生活という考え方は大きな誤りです。自信をもてなくなり、怖くて動く量が減る前に**予防をする事が一番大事になります。**

自分の身体をテストしてみよう！！

《片脚立位保持テスト》

- ①両手を腰に当て
片足を床から離して測定。
- ②「手が腰から離れる」「支持足の位置がずれる」「支持足以外の身体の一部が床に触れる」で測定を終了する。



☆判定 **15秒以下は要注意。1分以上は合格。**

《30秒立ち座りテスト》

※膝や腰に違和感があれば中止！！

- ①肘掛けがない椅子へ背もたれを離して座る。
- ②開始と同時に、立ち座り動作を繰り返す。立つ際は、両膝が完全に伸びるまで立ち上がり、素早く座位姿勢に戻る。



☆判定 **11回以下は要注意。25回以上は合格。**

どうやら骨折してしまったようだ…

- ◆転倒した場合の対処法を考えておく事が大事です。
- ◆助けを求めることができず数時間床に倒れた
ままだと脱水、低体温、肺炎、床ずれ等の問題が生じる場合があります。
- ◆起き上がれなかったり、力が入らない場合は痛みがなくとも救急車を呼びましょう。

- ①電話を床から届くところに置く。
- ②警報ボタン付きのネックレスを首にかけておく等、緊急時対応システムの準備。

予防に大事な事

- ・普段使わない**筋肉**を使う機会を作る。
- ・片足立ちなど普段使わない**バランス**を使う機会を作る。
- ・介護予防事業への参加：**仲間**がいれば継続できます。
- ・起き上がりや立ち上がりは**ゆっくり**と行い、一呼吸おいてから動き始める。

《講師》
理学療法士
齋藤 嘉紀



編集：
理学療法士 小畑



通所リハビリ

猛暑を吹っ飛ばそうと、昨年に引き続き『アイケア夏祭り』を開催しました。にわか屋台で、たこ焼き・フランクフルトを焼いて、かき氷、各種ドリンクを召し上がっていただきました。ゲームは、定番の、射的「金魚すくい」ヨーヨー釣り「でかいフラダンスの飛び入りもあり、皆さん楽しいひと時を過ごしていただきました。浴衣姿、いかがですか！ 通所 介護士 榎本



カンパニー！

景品ゲットしたよ！



みんな笑顔でハイ、チーズ！

さあいらっしゃい！ただいま営業中で～す！



みんな、いい顔してますね！ 浴衣がいい感じ～



うまく釣れましたあ！



うまいでしょー！



7/6(金)

迷句カード合わせ

よし！
うまく入ったぞ

ナイスカップイン

これ、どこだっけー

スッコンボール合戦

ありやーや..
すってんころりと
落ちちゃったー！

初めての
男女対抗戦は
女性の勝利！！

4/6(金)

ペッタンコロリン

8/17(金)

4/23(月)



晴天日には外気浴！(♡▽♡)

歌をみんなで歌いました。職員より手作りのカードを一人ひとりにお渡しして、とても喜ばれました。



父の日



みんなで折り紙
楽しんでいま～す



母の日カーネーションを利用者様と共に手作りで花束にして写真を撮り、当日一輪ずつ渡すと大喜びされていました。後日、利用者様とクラブで撮影した写真を素敵に飾り付けし廊下に掲示しました。

2F 介護士 藤田



季節の壁飾りを
折り紙で作って
楽しみました



夏祭り

いつもと違う
一時にテンショ
ン上ってます！



3F ナーシングだより

第24号



夏の思い出を
手作りの
フレームに
集めて



流しそうめん

2018年7月15日



「外でやると流しそうめんの実感がするね」



「来年はそうめんだけでなく果物も流そう」



「冷たくておいしい〜♪」

楽しまれている方が多く、実施して良かったと、勤務のスタッフは感じていました。
3F 介護福祉士 石原



8月25日 流山花火鑑賞会
7月29日 夏祭り
7月6日 納涼会
6月17日 三郷ケアセンバンド
6月13日 さくら会
5月25日 春の風ふれあいコンサート
5月13日 バレーボール大会



施設行事



5月 4F 6月

いつもありがとう

綺麗に出来ました！

すいとんを作りました！

作るぞー！

花を生けてお化粧をしました！

元気でいてくださる皆さんへ4F スタッフから言葉を添えて

4Fでは、毎月利用者様が楽しく活気のある生活ができるようにイベントを行っています。(介護福祉士:O)

7月

割れるかなー

みんなでスイカ割り！

8月

屋上にて流山花火大会

綺麗だねえー

9月

南流山幼稚園来所！

おやつバイキング！

園児に大喜び！

おいしく食べました！



新しく仲間が増えました～



新職員のご紹介（平成30年4月～9月）



かなざわ 恵子
看護師 6 / 11

施設に於いての仕事は初めてです。皆様に色々教えていただき早く慣れて入所者様に良いケアをさせていただけたらと思います。よろしく願います。



ひがしやま 圭子
准看護師 5 / 14

一日でも早く、皆様のお力になれるように頑張ります。ご指導の程お願い致します。



えはら 章二
ドライバー 5 / 11

運転は、安全第一
送迎は、明るさ第一でがんばります。



かいとう 恵美
作業療法士 4 / 23

OTとして数年ブランクがあり、ご指導いただくことが多々あると思います。なるべく早く色々なことを覚え、しっかり勤務していきたいと思っています。

平成 30 年 11 月現在 職員数 154 名 (応援者 14 名含む)



こいずみ まなぶ
介護福祉士 9 / 10

以前も老健で働いていましたが、また一から覚えていきたいと思いますのでよろしくお願い致します。



しまくら やすよ
リハビリ事務 9 / 6

初めまして。事務職は長い方ですが施設でのお仕事は初めてなので不安とドキドキです。皆さんが生き生きと働いている姿を見て私も少しでもお役に立てたらと改めて思いました。



くぼのぞの あき
看護師 8 / 31

夜勤のみ、月に数回となりますが、勤務させていただくことになりました。よろしく願います。



たなか のぶひさ
実務者研修 8 / 1

皆さんと協力して利用者様の介護をしていきたいと思っています。そのためには個人プレーでなく強調して役割分担を遂行したいです。

リハビリデイながれやまに Zoom in!



ながいき 100 歳体操



シルバー界で
話題騒然!!



「ながいき 100 歳体操」は流山市でも推奨している体操です。

加齢による筋力低下を防ぎ、今ある元気を維持、増進し、**ながれやまでいきいき**と安心して自分らしく暮らし続けるための体操です。リハビリデイながれやまではこの体操をサービス開始後**午前・午後毎回**行っています!

手首、足首に 200gの重りをつけてゆっくり腕と足を持ち挙げる体操です

階段の昇り降りが楽になった
腕を挙げて痛みがなくなった
など効果の声が続々!



腕を挙げて下ろす運動



脚を挙げて下半身の強化



光栄です



少し緊張・・・



感激の涙!

リハビリデイながれやま初の試みとして表彰式を開催しました。皆勤賞・精勤賞
リハビリ賞とご利用年数やご利用頻度に応じて表彰式が行われました。



園芸活動



今年も**トマト**や**ナス**など夏野菜が大収穫でした!!



どれを収穫しようか考え中・・・

構成: CM 相談員「I」

【俳句のコーナー】
冬近し ススキも枯れて 風しみる
〜デイサービスで芸術に触れる〜

逸見 總子

●交通案内図

■お車

常磐自動車道

流山インターより

20分

■タクシー

JR武蔵野線

南流山駅より7分

JR千代田線

北小金駅より5分

■バス

東武バス 柏06系統

●JR柏駅西口 ⇄ 免許センター

「免許センター」下車 徒歩4分

●JR柏駅西口 ⇄ 流山駅東口

(流山セントラルパーク駅経由)

「富士見橋」下車 徒歩7分

東武バス 柏07系統

●JR南柏駅西口 ⇄ 流山駅東口

(流山セントラルパーク駅経由)

「免許センター入口」下車 徒歩5分

東武バス 西柏08系統

●JR南柏駅西口 ⇄ 免許センター

「免許センター」下車 徒歩4分

●JR南柏駅西口

(免許センター経由) ⇄ JR南流山駅

「免許センター」下車 徒歩4分

●JR南流山駅 ⇄ 免許センター南

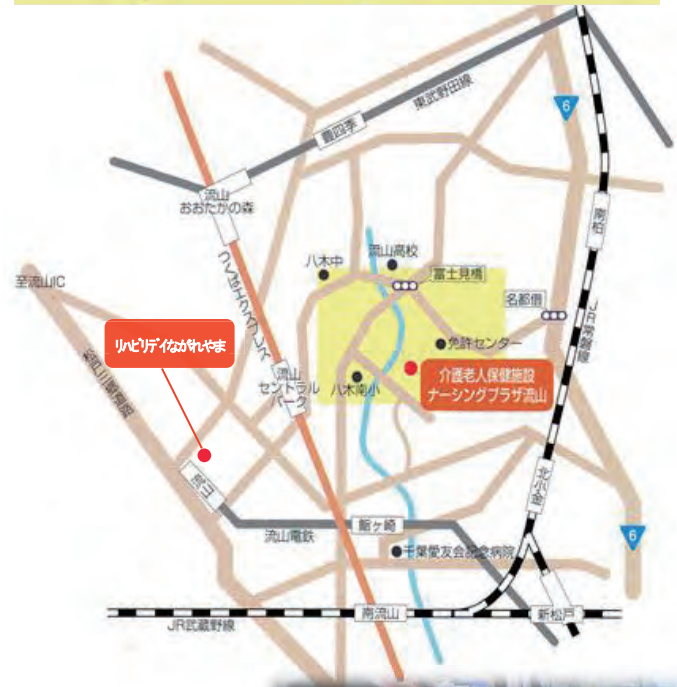
「免許センター南」下車 徒歩5分

松戸新京成バス

●JR北小金駅 ⇄ 幸田循環

「配水場前」下車 徒歩9分

●近隣案内図



千葉県福祉サービス
第三者評価 受審施設

施設理念

利用者の人間としての尊厳を守りつつ、良質なリハビリテーション・看護・介護サービスを提供し、精神身体機能及びQOLの維持向上を図り、在宅復帰に向けて支援する。

運営方針

1. 地域の要介護高齢者の自立支援、家庭復帰を目指す援護業務の遂行に邁進するとともに、他の関係機関との連携に努め、家庭復帰後の生活も支援します。
2. 利用者の尊厳を守り、良質な医療・看護・介護・リハビリテーションを、計画に基づき提供するよう努力します。
3. 利用者・家族の方々とともに、施設が明るく家庭的雰囲気を持った生活の場となるよう心がけます。
4. 地域に開かれた施設となり、地域のボランティアの方々の積極的参加が得られるよう努力します。

ナーシングプラザ流山・リハビリデイながれやま 広報

発行 医療法人 社団愛友会 介護老人保健施設 ナーシングプラザ流山

編集／藤岡 聖美 広報委員／山浦 愛実・菅原 美江・(大曾根 壘)・石原 朝陽・藤田 香織・小畑 生子・大平 誠・(今井 拓二)・大澤 貴思

〒270-0144 千葉県流山市前ヶ崎 248-1 TEL 04(7145)0111 FAX 04(7145)0109



上尾中央医科グループ