

～市民講座車椅子体験～



11月9日に当施設スタッフによる市民講座「車椅子体験」を開催しました。3名の市民の方に参加して頂き、普段の生活では触れたり操作することのない車椅子を操作するのはもちろん、乗る側（介助される側）も体験していただきました。標準の車椅子やリクライニング車椅子等の種類の機能の説明をし、その後実際に乗車していただきました。また、ベッドからの移乗方法や乗車中に身体がずれてしまった時の座り直し体験していただき「ああ、なるほどなー。これなら私でもできるな」との感想をいただきました。また、力任せにしない移乗法を試して頂き「初めて知った」「(力のない)私でも出来た」等の感想をこちらの内容でも頂きました。介護経験の無い方や、普段家庭で介護をされている方でも専門職からのレクチャーや助言により、より楽な介護を学んでいただきました。

車椅子の移動体験では、施設の周囲を押す側と乗車側と交代で移動し、坂道や段差、芝生上など操作を行って頂きました。「押す事はあったとしても、乗る事は無いからな」と車椅子乗車側の新たな体験をされていました。

階段の昇降についてはスタッフがいき、エレベーターの無い団地などの階段昇降も実際に行っていることの説明を行いました。

実際に車椅子に触れることで、車椅子の重さや座っている側の感覚など様々に実感されていました。

今後も介護を「実感」して頂ける市民講座を開催して参りたいと思います。



～新職員紹介～ (10月～12月)

- ・看護師 (入所フロア) 3名
- ・介護職 (入所フロア) 2名
- ・ケアアシスタント 1名

が新しく仲間となりました。よろしくお願ひいたします。

—編集後記—

新年あけましておめでとうございます。昨年は新型コロナウイルス感染症も5類へ移行し、ここ数年の人々の生活状況も変化したと感じております。皆様も新たな年をいろいろな形で迎えられたと思いますが、より一層良き年になりますよう願っております。本年もいろいろな取り組みや活動内容を伝えていきたいと考えております。よろしくお願ひいたします。

引き続き感染予防にご協力お願ひいたします。

(文責：久保田将伸)

箕面老健通信



令和6年1月発行

第49号

箕面市立介護老人保健施設の理念

1、人権尊重

自己決定権を尊重し、安全を確保して医療・看護・介護・リハビリテーションサービスを包括的に提供します。

2、在宅復帰・在宅支援

住み慣れた地域で生活できるように家庭復帰と在宅生活の支援を行います。

3、地域福祉の推進と福祉文化の創造

福祉がいつでも、どこでも、誰でも権利として享受できるよう支援します。

箕面市立介護老人保健施設
〒562-0014 大阪府箕面市萱野5丁目8番2号

指定管理者 箕面市社会福祉協議会
TEL 072-727-9530 FAX 072-727-3598



～新年の挨拶～

箕面市立介護老人保健施設 施設管理者 円山 誓信



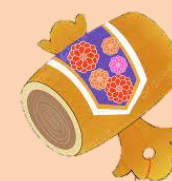
皆様、新年明けましておめでとうございます。今年も皆様にとって豊かで幸せな一年でありますよう、心よりお祈り申し上げます。

昨年私たちの施設では、皆様が安全に安心して生活していただけるよう職員一同努力を重ねて参りました。今年も高齢者の方々・ご家族さまによりそい、安心して快適な生活を提供する努力を続けて参りますとともに、ご利用者様一人ひとりの個性や願いに向き合いたいと考えております。その為には職員一同、これまで以上に技術や知識の向上に取り組み、働き方改革を進め、時代の変化に柔軟に対応できる力を身につけながら、常に安全かつ快適な環境を提供できるよう努力して参る所存でございます。皆様方のご支援ご鞭撻のほど、どうかよろしくお願ひ申し上げます。

皆様方からのご相談やお困りごと、ご要望などございましたら、どうか遠慮なく私どもにお知らせいただきますようお願い致します。

今年が昨年以上に皆様から信頼され、成長することを通して、皆様方とさらに喜びを分かち合える一年にできることを心より願っております。

最後になりましたが、本年が皆様方にとりまして健やかな一年でありますようご祈念申し上げます。新年の挨拶とさせていただきます。



～4年ぶり「秋祭り」を開催しました！～



新型コロナにより開催することが出来ていなかった行事も5類に移行となり、当施設でも徐々に様々な取り組みを再開させています。その一つ「老健のお祭り」も4年ぶりの再開です。「夏祭り」として8月に開催する予定でしたが、7月にクラスターが発生してしまい、「秋祭り」に延期し10月15日(日)に開催しました。例年は、ライフプラザ1階のアトリウムや通所リハビリテーションのスペースなど施設全体を使って、屋台を出してお昼ご飯もとりながら一日を通しての行事でしたが、感

染予防もあって規模を縮小して2階3階各フロアでの実施となりました。昼食は、「お好み焼き」「フランクフルト」でお祭り気分を盛り上げ、昼食後はご家族様も一緒に参加していただき、ゲームコーナーで楽しんでいただきました。

そして、「民舞胡蝶」のみなさまにもご出演いただき、動きが揃った素晴らしい踊りでお祭りを盛り上げ華やかにしていただきました。さらに盆踊りを皆さんと一緒に楽しみました。ご利用様が太鼓を叩いて下さり、みなさんも手拍子で盆踊りムードがアップ。職員も盆踊りの輪に参加させてもらいました。



普段あまり笑顔が見られないご利用様がとても幸せそうな表情をされており、みなさん楽しんでいただけたようでした。ご家族の方も、普段は限られた面会時間ですが、この日はゆったりと過ごしていただけたことが出来、「初めて行事に参加しました。楽しかったです」と好評をいただきました。また、ご利用様がご家族と楽しそうに話されている姿を見て、職員も嬉しい気持ちになりました。

まだまだ制限をしなければならないこともありますが、利用者の皆さまが日々心地いい刺激を持っていただけるよう努めていきたいと思っております。



～福祉体験～



当施設スタッフが地域活動の一環として箕面小学校を訪問し、4年生3クラス約90名の児童の皆さんに「車いす体験」をしていただきました。車いすの各部の名称・使用方法について、また国際シンボルマークやヘルプマーク、ほじょ犬マーク等について質問しました。児童の皆さんが、元氣よく手をあげて「駐車場で見る」「バスとかで見る」と答えてくれました。

体験は利用者役と介助役の二人一組で行い、体育館内と校舎側のスロープを利用し、声掛けをしながら行いました。段差を上る時の車輪の浮かせ方や、衝撃を抑えて下りる方法を学びました。

下り坂は利用者が転がり落ちるような不安定な感覚になってしまうのを防ぐため、後ろ向きで進みます。初めての感覚で「怖い怖い」という声も聞こえてきました。



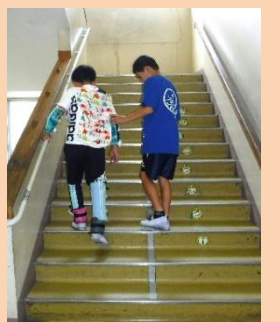
また、豊川南小学校を訪問し、4年生4クラス約120名の児童の皆さんに「高齢者疑似体験」をしていただきました。

膝や肘に関節を動かしにくくするサポーターや身体に重りを着けた状態で階段昇降を体験してもらいました。「階段上がりにくい」「降りるの怖い」などの声も聴かれました。

また、視野を狭くして色を付けた眼鏡をかけて文字を読んでもらいました。白内障による色覚変化とぼやけて見える状態、加齢による視野の狭さや薄暗さが体験できます。眼鏡を着けたまま文字や線を書いたり、消したりすることで「うわっ。めっちゃずれてるー」と書こうとしていた場所からずれていたり、「全然消えて無いやん」としっかり消したつもりなのに消せていない状態を学んでいただきました。

体験後は、高齢者にとってのいつもの風景や日常がどのような状況かを知り、「おじいちゃんやおばあちゃんが大変な思いをしているのがわかった」との感想も聞かれました。

児童の皆さんと一緒に考え・話し合う機会をもつことができ、スタッフ一同貴重な一日となりました。



～体力測定会～



体力測定会を開催しました。『文部科学省 新体力テスト実施要項(65歳～79歳対象)』に沿って、握力測定、開眼片足立ち、上体起こし、長座位前屈、10m障害物歩行、6分間歩行を測定し、体力チェックを行っております。ご参加いただいた方は、過去に開催した体力測定会にも参加いただいている方が多くおられました。今回の体力測定結果と過去の測定結果を比較し、一喜一憂する様子がみられました。

測定会后、参加者様より「体力の衰えと健康不安を感じたが、来年以降も測定会に参加できるように日々の健康管理に努めていきたい。」「外で体を動かすためにも、来年も測定会に参加します。」とご感想をいただきました。来年も体力測定会を計画しておりますので、健康に関心をお持ちの方は是非ご参加下さい。

