

がんばろう日本！特大号

辰巳ポートの隊員です



辰巳
クリ
新聞

VOL. 7

平成 23 年
4月 30 日

医療法人社団裕人会
辰巳台クリニック イヤセンター
TEL : 0436(76)8802

見
舞
い

この度の地震により被災された方々に、謹んでお
も今回も地元では色々な事を考えさせられま
した。例えば、今まで当たり前のように使っていた
ガス・水道・電気など、使えなくなつて初めて気付く
大切さ・・・健康も同じです。年齢を重ね日常生活
に不自由を感じるようになり、初めて健康の有難さ
に気付くのだと思います。

私達はこの介護という仕事を通じて、改めて『健
康の大切さ』『自立した生活を送る事の尊さ』とい
うものを考え、また皆様が頑張る姿を通して『人が生
きるという事』を学ばせて頂いているのだと思いま
す。

「人生にリタイアはありません」

皆様には一日一日を大切に、人生を謳歌して豊な
老後を送って頂きたいと願っております。
最後になりましたが、お陰様で当センターもこの
四月で開設五年目を迎える事ができました。大勢の
皆様にご利用頂けるようになり、大きな喜びと共に
その責任の重さも実感しております。これからも地
域に根ざし、皆様と共に歩んでゆける施設で有り続
けたいと思っております。

辰巳台クリニックティケアセンター
センター長 木下奈美恵

介護福祉士 小林和代



余震続く不安な状況の中、多くのご
利用者様が当センターへリハビリの為
に通つてこられます。計画停電で騒が
れた時期を除き、現在ご利用者様には、
以前と変わらぬリハビリのプログラム
を提供することができます。考
え直す機会を頂いたように思います。
具体的には、実際に災害が発生した場
合において、避難通路の確保・ご利用
者様の安全確保・スタッフの配置等、
細かく話し合いました。
平行して新年度という事で、四月よ
り新体制の開始です。今まで以上に充
実したりハビリ・レクリエーションの
提供ができるよう、スタッフ一同大き
な課題として日々努めてまいります。
『継続は力なり!』日々の努力、リ
ハビリを続けることで現状維持につな
がります。そして何よりも楽しんで出
来る事、それが継続の秘訣です。
ご利用者様が安心して過ごせるセン
ター、また生活の一部としてリハビリン
を取り入れられるよう「楽しく行うブ
ログラムの提供」を今年度の課題に掲
げ、市原市で一番ご利用者様にご満足
して頂けるティケアであるよう努めて
まいります。

【人事異動のお知らせ】

片野良治 副センター長
茶谷葵 理学療法士(ティケア専任)
大野涼子 介護福祉士(入職)

なぜ口腔ケアは大切な?

皆様は「存知でしょうか? 私達、日本人の死亡原因のうち第四位に挙げられる病気は「肺炎」です。日頃より、風邪予防でうがい・手洗いをしっかりとされていると思います・・・が、「」ではお口の清潔と肺炎についてお話ししたいと思います。

人は病気や加齢に伴い、飲み込む機能や咳をする力が弱くなります。そうなると、口腔内の細菌や逆流した胃液が誤って気管に入りやすくなり、その結果「誤嚥性肺炎」を発症してしまいます。これは寝ている間にも発症する病気です。

そこで重要なポイントが2つあります。『口腔ケア』と『機能回復』です。①お口の清潔を保ち細菌を増やさない②食べる飲み込む機能を維持・回復すること。口腔ケアも大切ですが、お食事前の口腔体操も大切なことです。

ここでひとつ耳寄り情報、お茶や紅茶には消炎・殺菌作用があります。お食事の最後には必ずお茶や紅茶、または代わりにお水を飲むだけでも清潔の手助けになります。いつまでも美味しく食事を摂って、健康を維持していくよう心がけていきましょう。

身体を動かしましょう

理学療法士 林絵梨

「生活不活発病」という言葉を知っていますか?

「動かない」状態が続くことにより、心身の機能が低下して「動けなくななる」ことをいいます。

最近、東日本大震災の避難所生活で問題になっているのです。動くこと自体が制限され、家事や買い物ができなったり、心身の疲労がたまつたり・・・。しかし、「」は避難所生活に限った事ではありません。日常生活でも起きるのです。

一旦、「動き」「」なってしまったときは「動けなく」なってしまいます。そうならない為にも予防していくことが大切なのです。

暖かくなつてきました。散歩から始めてみませんか?

勉強会報告

今回のテーマは、楽に行える移乗動作です。身体のポジションやちょっととした工夫で身体に負担をかけずに行う方法を学びました。

左の写真は、市販のスライディングシートです。たった布一枚ですが、簡単に人を移動できるようになりました。無理に動かそうとしてしまうと介護者には腰等に負担がかかります。被介護者には転倒、打撲等の外傷の危険があります。お互いの負担にならない動きやすい方法を見つける必要があると思いました。

皆さんの自立を支援できるようにたくさんの方の技術を身に付け、介護の現場に生かしていくたいと思います。

古くは「トウダイツツジ」と呼ばれていて、枝分かれしている様を、三本の棒を結んで油皿をのせた「結び灯台」に見立てたそうです。春の花だけではなく、秋の紅葉も燃えるような赤になって美しいのが特徴です。

当センターも今月で5年目になります。今後も満足して頂けるよう、皆様の充実した生活に向けてリハビリサービスの灯りをともしていただきたいと思います。

** ドウダンツツジ **
皆様のご自宅・あるいは「」近くで、ドウダンツツジを庭木として植えている方も多いのではないでしょうか。この写真是当センターで咲いている様子を、職員の片野が撮影したものです。

介護技術習得しました



オープンから5年目

