



Hospital

医療法人 常葉会
長与病院
NAGAYO HOSPITAL GUIDE

とこはだより

広報誌

第4号

2022-春



当施設では、
コロナウイルス
感染対策を
実施しています。
[三密予防の徹底]



職員・利用者さんの
マスク着用の徹底



来所前の
体温測定をお願い



手指消毒の徹底



全部署に空間清浄化システムの
SterilizAir<ステライザ>を導入



施設内を
定期的に拭き取り消毒



通所リハビリテーション 『すずらん』

楽しみ・喜びのある自分らしい日々を元気に過ごして頂くために
担当の多職種(医師・介護福祉士・看護師・整体師・リハビリ専門職)がお一人お一人の目標や希望
を共有し、その方にとっての有意義な生活を考え、関わり、サポートさせて頂いています。
「すずらん」では、体操や屋外歩行・手作業などの活動を行っています。

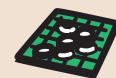
屋外歩行 春のうらかな陽ざしの中で屋外歩行を行いました。



日常生活動作の練習をしています。 **言語療法**のリハビリ中。



趣味活動(囲碁・オセロ・かるた)で脳トレ中。



介護予防通所 リハビリテーション『ながよ』

2-3時間の短時間で利用出来る、要支援の方を中心とした通所リハビリです。
コロナによる外出自粛が続いています。運動不足解消の為、フィットネスを
始めてみませんか。当デイケアに揃えているフィットネスマシンを紹介いたします。

①ローイング



主に背中を鍛えます。肩甲骨を寄せる事で、
猫背予防・姿勢改善・脂肪燃焼の効果が期待できます。

②レッグプレス



お尻、太もも、ふくらはぎ、下半身の多くの筋肉を
鍛えます。立ち・座りの動きを膝腰の負担なく練習できます。

③ニューステップ



全身の有酸素運動・高負荷運動が
極めて安全に行えるマシンです。

④自転車エルゴメーター



体力向上、生活習慣病予防、脳機能低下予防、
肥満改善、腰部脊柱管狭窄症などにも良いマシンです。

⑤レッグエクステンション・フレクション



人体で最も大きい太ももの筋肉を重点的に
鍛えます。膝関節や腰部の痛みにも効きます。

⑥ヒップアブダクション・アダクション



お尻の筋肉をバランスよく鍛えます。歩く時のバランスが
良くなったり、膝関節の変形予防になります。

他にもさまざまな運動が実施出来ます。理学療法士がその方に合った負荷を設定し、詳しく解説いたします。

通所介護『ひまわり』

コロナウイルス蔓延の為あまり外に出掛けられませんが、「ひまわり」ではいつも楽しく活動できるよう、感染対策をしながら日々の生活に彩を加えられるように努めております。

料理教室 収穫した大根を使って、大根餅やきんぴらなどを作りました。
他にもおでんや鶏肉のおろし煮、フルーツどら焼きを作りました。



おいしいものを食べると
やっぱりみんな笑顔になりますね♥

じゃがいもの植ええ

大根を収穫した中庭の畑には、春じゃがいもの収穫に向け種芋を植えました！
これから他の野菜も種や苗を植えていきます。



もうすぐ玉ねぎやそら豆
いちごも収穫します♪

みんなで協力して種芋を植えました

感染予防勉強会

コロナウイルスの蔓延は未だ収まらず、職員一同感染対策の勉強会を実施し、日頃より感染対策に努めています。



ガウンテクニックの練習

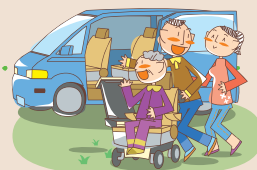


互いに手順を確認

【春～初夏の行事予定】(新型コロナの感染状況により変更または中止する場合があります)

お花見ドライブ(桜・つつじ) 七夕 春・夏野菜の収穫&料理 秋野菜の種まき・苗植え など

看護小規模多機能型居宅介護施設『ここはの家』



初詣 ドライブレクリエーション



1月
コロナ感染予防に十分注意行いながら、護國神社へ初詣に行ってきました。思い思いに手を合わされ、新年のお参りを行いました。久しぶりの外出で、皆様良い気分転換となりました。



節分

2月
節分レクリエーションでは、鬼の的とおたふくの的を用意し、鬼の的だけを狙って豆を投げて頂くゲームを行いました。ゲームの後には皆さんお待ちかねのお菓子タイムには、好きなお菓子をご自分で選んで頂きました。



ひな祭り



みんなで仲良く写真撮影会を行いました。

「ここはの家」にて希望が1番多いサービス内容は入浴です!!

特殊浴槽:カトレア

シャワーチェアごと浴槽にスライドさせて固定し、スムーズな浴槽への移動が可能となっており、音や振動が少なく安心してご入浴して頂けます。また、100%新湯方式にて、お1人毎にタンクから毎回新しいお湯が供給されます。利用毎に浴槽内及びシャワーチェアは洗浄を徹底し、綺麗な状態でご利用頂けます。



立位困難な方や浴槽をまたいで入る事が出来ない方

訪問看護ステーション『ながよ』

この時期特有の気候や環境の変化によって自律神経のバランスが崩れることにより起こる
”春バテ”

自律神経は、免疫系と密接に関わっていることで、春は疲れやすく、体調を崩してしまうことも。すぐに実践できる対策で、春バテに負けない毎日を過ごしましょう!



①睡眠環境を整え、質の高い休息をとりましょう!

日々の疲れをとるには、質の高い睡眠が重要です。睡眠の質を高めることで、心の健康維持にも繋がります。シーツや枕等を清潔に保ち、睡眠環境を整えてくれるアイテムを活用してみましょう。

②暖かくなっても身体を冷やさない服装をしましょう。

まだまだ気温や天気が変わりやすく、寒暖差が激しいことで体調を崩してしまうことも。お出かけの際は、ストールや、コートの下に着込めるカーデガンなどを持ち歩くようにしましょう。

③バランスの良い食事を摂りましょう!

行事等で、食事が偏ってしまいがちな春。自律神経を整える作用のある、ビタミン・カルシウム・ミネラルを含んだ食材を毎日のレシピに取り入れてみましょう。



当事業所では、看護師だけでなく、訪問看護の一環でリハビリテーションが実施できるように理学療法士・作業療法士・言語聴覚士も在籍しています。

居宅介護支援事業所『あおば』

介護の悩みや相談をいつでも受けつけ、あなたの『できる』を引き出します。

「自分の望む暮らしの実現」のために看護師・介護福祉士・栄養士の資格を持ったケアマネージャーが介護の相談に応じ適切なサポートをおこないます。住み慣れた家での生活が続けられるよう、ご家族様の相談対応もおこなっております。

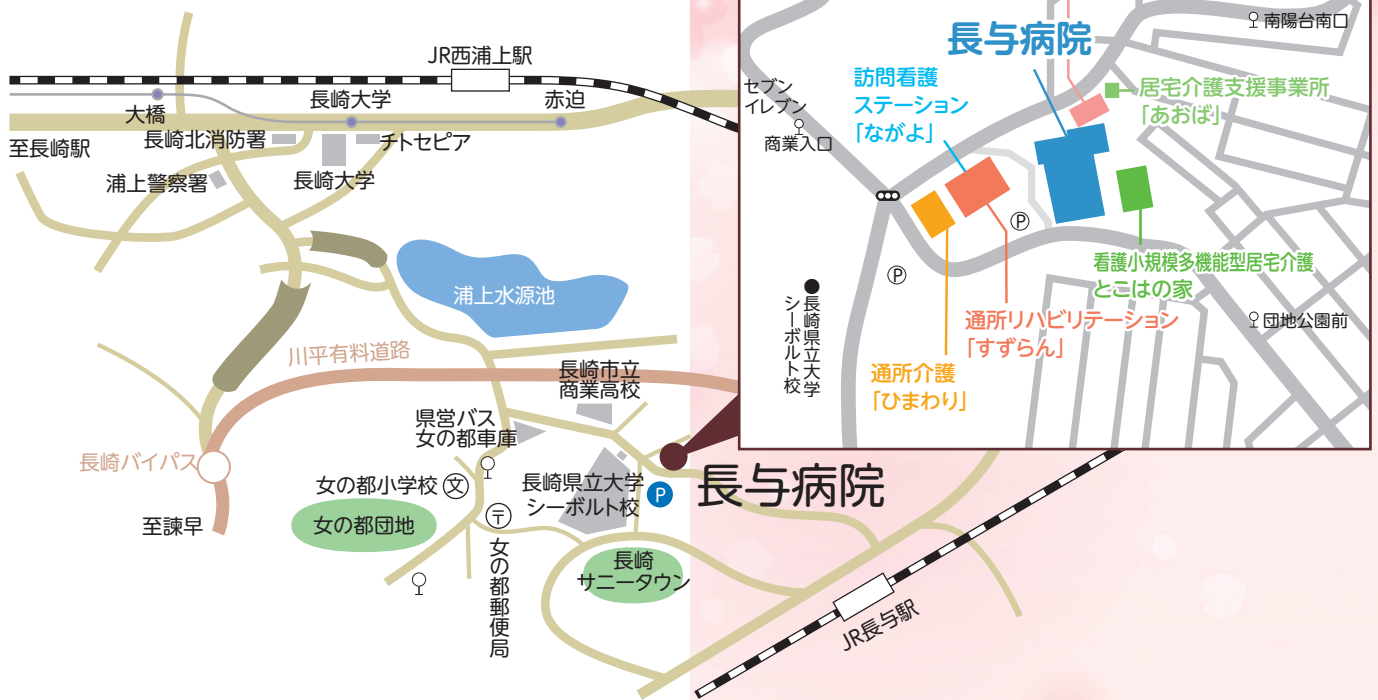
ケアマネージャーが6名在籍（内、主任ケアマネージャー5名）

利用者様に適したケアプランを一緒に作成し、サービス提供事業所や社会資源を紹介します。自立支援に必要な連絡調整等をおこないます。



まずはご相談ください♪

- 介護保険の申請・流れや手続
- 介護サービスの利用の調整
- 通所系・訪問系(ヘルパー・看護師・リハビリ)など
- 手すりなどのレンタル・ポータブルトイレなどの購入、住宅改修など
- 施設入所・看護小規模多機能型居宅介護の利用など



関連施設

●長与病院

- 受付時間／9:00～17:00
- TEL:095-883-6668／FAX:095-883-6669

●通所リハビリテーション「すずらん」

- 受付時間／8:30～17:00
- TEL:095-813-5602／FAX:095-883-2258

●通所介護「ひまわり」

- 受付時間／8:30～17:00
- TEL:095-813-5603／FAX:095-840-5133

●介護予防通所リハビリテーション「ながよ」

- 受付時間／8:30～17:00
- TEL:095-883-6124／FAX:095-883-6685

●看護小規模多機能型居宅介護「とこはの家」

- 受付時間／8:30～17:30
- TEL:095-865-9672／FAX:095-865-9673

●訪問看護ステーション「ながよ」

- 受付時間／8:30～17:00
- TEL:095-883-3386／FAX:095-865-9292

●居宅介護支援事業所「あおば」

- 受付時間／9:00～17:00
- TEL:095-865-6339／FAX:095-865-6447

<http://www.tokohakai.com>

長与病院 | 検索



長与病院HP