



## 第30回全国介護老人保健施設 記念大会in別府大分

当施設からは2名が、排泄ケア1と食事・栄養4のセクションに参加し発表を行いました。

21日「トイレでの排泄を目指した自立支援」

介護福祉士：雷永萌香

22日「粒状大豆たんぱくによる血清アルブミン値改善の試み」主任管理栄養士：足立由里佳

セクションでの発表順位がトップバッターでしたが、2人共に落ち着いて発表ができました。発表後は、3会場を歩き来しながら他の施設の発表を聴かせていただき情報を得ることができました。参考にできる内容は、今後の施設での利用者さんのケア等に活かしていきたいと考えます。

## 12月21・22日

済生会病院の看護師さんと共に境港美保ライオンズクラブ（認証45周年記念）、境港市柔道連盟主催の第36回青少年柔道境港大会に救護班として参加しました。オリンピックメダリスト3名の参加・指導もあり子供たち（165人参加）の活躍を見ることができました。救護としては、鼻出血等の軽傷で大事に至らず無事終了出来良かったです。主任看護師 中曾なぎさ



## 家族介護教室

はまかぜでは、地域の方や利用者ご家族向けの健康教室を開催しています。毎月、各専門職からいろいろなテーマでお話をしています。12月はリハビリスタッフが担当し、杖や歩行器等の歩行補助具について話をしました。実際に、色々な種類の杖や歩行器を使って体験もしました。また、福祉用具を取り扱う事業所の方も来てくださり、最新の歩行器等も紹介いただきました。参加された方からは、「自分に合った杖の長さが知れてよかった」「今後、自分にも必要になってくるものだと思うので、参考になった」といった声が聞かれました。次回1月15日は、介護福祉士による更衣介助についてのお話や体操等を行ないます。興味のある方は、はまかぜまでお問い合わせください。（支援相談員 安田：電話42-3190）

（支援相談員 安田：電話42-3190）



# はまかぜ便り



令和2年新春号

介護老人保健施設はまかぜ 作成者：はまかぜ広報 〒684-0062 鳥取県境港市蓮池町78番地1 TEL 0859-42-3190



新年のごあいさつ

施設長 栗木 悦子

謹んで初春のお慶びを申し上げます。  
旧年中は「はまかぜ」にご協力を賜りまして誠にありがとうございました。

お陰様を持ちまして「はまかぜ」は、昨年10月に開設20周年の節目を迎えることが出来ました。これもひとえに皆様方のご支援の賜物と厚く御礼申し上げます。

昨年はまた、「サテライトはまかぜ」が「介護医療院なでしこ境港」へと転換した区切りの年でもありました。「なでしこ境港」は病院所属施設となりましたが、介護施設同士、今後も連携を重ねていきたいと思っております。

新しい年を迎え気持ちも新たに、職員一同精進してまいります。本年も何卒よろしくお願ひ申し上げます。



# 通所



イチ、ニ、イチ、ニ



早く大きくなあれ



## 新しい運動メニューをスタートしました!!

デイケアでは新たな取り組みとして、セラバンド運動(ゴムチューブを使った筋力トレーニング)を開始しました。負荷量が簡単に調整でき短時間で効果的な筋力トレーニングが行える運動です。利用者様からは「数をこなすと腕が鍛えられそう」「効果がありそう」などという感想をいただいています。また、運動後は利用者様と一緒に片づけを行うなど皆様の協力を得ながら取り組みを進めています。

屋外活動では春野菜の植え付けを行いました。にんにくや玉ねぎ、ジャガイモ等の野菜、コスモスやサクラソウ等の花も植えました。利用者様からは「畑に連れて行ってほしい」「はまかぜにきて、畑を見に行くことが楽しみ」との声が寄せられています。

## なでしこフラン等 実績報告

	開催日	参加人数
こども食堂	10月は台風の為中止	
〃	11月9日	10
〃	12月14日	15
認知症カフェ	10月23日	25
〃	11月27日	23
〃	12月25日	26
家族介護教室	10月16日	8
〃	11月20日	11
〃	12月18日	10

### なでしこフランの実施

当施設では、経済的に困っている人の介護療養費の一部を減免する無料低額老健施設利用事業の他に、対象者を広げた地域貢献事業として3つの事業を柱に積極的に推進しています。

# 入所

入所では毎月1回行事をしています☆



## 10月 歌謡ショー

利用者の方に何人か代表で懐かしの歌謡曲を素敵な歌声で披露していただきました♪職員は衣装を着てマツケンサンバを歌って踊りました。利用者の方々に笑顔で手拍子しながら盛り上げていただき、楽しんでいただけたと思います。終わった後は、みんなでいつものおやつより少し豪華な大福やくずもちを食べて、そちらも好評でした。

## 11月 パンケーキ作り

おやつにパンケーキをみんなで手作りしました。フルーツでデコレーションを積極的にされる方もおられ「美味しくできてよかった。」「とても楽しかった。」「などの感想を聞くことができ、とても素敵な行事になりました。



## 12月 クリスマスツリー飾り

12月といえばクリスマスですね♪毎年恒例のツリー飾り付けを今年も利用者の方に協力していただきながら行いました。綺麗なクリスマスツリーが完成し、入所の雰囲気をも明るくしてくれています。そして、12月はクリスマス会とケーキバイキングを行います。(次号での写真をお楽しみに!)

