

ハートランド通信

ぐらんぱぐらんま

第18号

平成23年12月

発行
介護老人保健施設
ハートランド・ぐらんぱぐらんま
広報委員会



**10月21日、クリエイトホールで
行われた 八王子市介護老人保健施設大
会において、ぐらんぱでは4人の職員が発
表を行いました。**

R4システムについて

R4とは全老健が老健独自の機能をより発揮するために考えられたケアマネジメントの新しいシステムです。

当施設ではこのシステムを取り入れて、よりご利用者一人一人を良く知り自立支援のケアプランを作成していこうと考え、平成23年4月より、『ご利用者の自立（いきいきワクワク）支援に取り組もう！』をスローガンに、「R4」を導入しています。

新しいシステムに戸惑っていたのですが、今まで以上に他職種協同でご利用者のことを深く考え、その結果、ご利用者、ご家族の夢をかなえることが着実に増えてきております。その喜びを共に分かち合い、このシステムをさらに確実なものとしていきたいと思っております。

フロア看護主任 宮 龍史

訪問リハビリテーション利用者状態像について

当施設では2008年に訪問リハビリテーション（以下、訪問リハ）を開設し、現在では理学療法士により1週間に延べ35名のご利用者にサービスを提供しています。今回、当施設の訪問リハご利用者の実像を把握するため、これまで利用した50名の調査を行いました。

本調査において、80歳以上の方、脳卒中後の方において罹患疾病数が多くなっており、訪問リハ開始時の情報収集、リスク管理、他サービスとの情報共有の重要性が示唆されました。また、訪問リハ終了者では発展的終了を遂げられごた方も多くみられました。療法士の専門的知識に基づいて運動機能や動作能力とともに、住宅改修や福祉用具導入、ご利用者およびご家族指導等、ご利用者と在宅環境を包括的に評価することが重要です。

リハビリテーション科主任 野北 一樹
リハビリテーション科科长 村上 功
MD 山本 一章

「地域包括支援センターと連携した 認知症予防の取り組み」

この取り組みは、昨年夏から秋にかけて、介護保険サービスを受けずに自宅で暮らしている高齢者に対し、万歩計で歩数を計っていただき、各自で記録をつける『ウォーキングプログラム』と、認知症初期に低下しがちな「計画力」「注意分割力」「短期記憶力」の3要素に働きかけるレクリエーションを行う『アクティビティプログラム』を長房町の「ふれあい館」で行ったプログラムです。

年とともに静かに忍び寄る「認知症」。適度に運動し、頭を使うことで予防していきましょう！

フロア介護主任 林 良信

当施設における「職員のキャリアアップ システム」構築への取り組みについて

今回テーマとしたのは、「目標管理」という部分です。

仕事から得られる達成感には様々な要素があり、その1つに「職員自身で仕事の目標、期間を決めてそれらを達成していく」ということがあり、自身のモチベーション（やる気）を高める要素でもあると考えられます。また、施設と職員が同じ方向性の目標を掲げてケアを行ってこそ、ご利用者の期待に応えていくことができます。

今後は、目標管理の第一段階として、施設目標と個人目標をマッチさせるための「マイプラン面接」というものを実施していく予定となっています。

フロア介護主任 村山 雄一



インフルエンザ

今年もインフルエンザの流行する季節となりました！



原因

インフルエンザウイルスによる急性感染症
ウイルスは低温の乾燥した環境に強く、冬に多く発症するため、当施設では居室の湿度を60%に保てるよう、大型加湿器を導入しています。

症状

潜伏期間は1~2日で、急な発熱、頭痛、せき、のどの痛み、鼻水、鼻づまり、関節痛、筋肉痛、倦怠感などがあります。

「季節性・新型インフルエンザの重症化」

基礎疾患（糖尿病・ぜんそく等）のある人、高齢者、妊婦の人に加え青年層や壮年層でも重症化する傾向があります。そのため、ご面会にいらっしゃる際、体調のすぐれない時は、面会をひかえていただくか、事務所にお声かけをお願いします。

感染経路



- ①飛沫感染 感染している人のくしゃみ、せきで出るウイルスを吸い込むことによる感染。
くしゃみやせきを浴びる距離(1~2m)にいる人は感染の危険が高い。
- ②接触感染 感染している人のつばや鼻水が手から手へ、ドアノブやつり革などを介して手に付着。その手で目や鼻、口などの粘膜に触れることでウイルスに感染。

予防 ・外出時にはマスクを着用する
・帰宅時には、うがい手洗いをする
・栄養と睡眠を十分に取る
・予防接種を受ける

自宅療養での注意点

- ・なるべく個別の部屋で静養する
- ・水分、栄養、睡眠を十分とる
- ・部屋の湿度と喚起にも配慮
- ・処方された薬は症状がなくなっても、最後まで服用する

※熱が下がっても、インフルエンザの感染力は残っています
少なくとも熱が下がって2日目までは外出を控えましょう

施設来所時は、
これらのような
予防にご協力
おねがいします。



入所

施設行事

通所

12月3日(土) クリスマスコンサート
19日(月) お茶会
19日(月)~21日(水) ゆず湯
25日(日) 誕生会
1月16日(月) お茶会
29日(日) 誕生会

※音楽クラブ・習字・朗読・料理クラブ
等毎月の行事も行います

12月19日(月)~21日(水) ゆず湯
21日(水)~23日(金)
クリスマス会



介護老人保健施設
ハートランド・ぐらんぱぐらんま

〒192-0152 八王子市美山町1074 TEL042-652-2155