



青い空から

令和5年1月1日発行

第67号

編集・発行
介護老人保健施設 青い空の郷

あけましておめでとうございます

年男



年男



年男



本年もよろしくお願ひ申し上げます

青い空の郷での利用者さまのご様子です。

利用者さまお一人おひとりに関わりを持ち、施設での生活が充実して頂けるように努めております。

青い空の郷は、個別ケアの充実に努めます。

青い空の郷は、施設の専門性を発揮し、認知症を有する方に対し、個別のリハビリテーション、ケアを提供し、支援に貢献することを基本方針としています。



2023年 新たな年を迎えました



社会医療法人寿栄会 理事長 鈴木 実

新年明けましておめでとうございます。今年一年が皆様にとって素晴らしい年でありますよう心よりお祈り申し上げます。本年もどうぞよろしくお願い致します。

さて、コロナ禍での生活や事業活動も三年を過ぎすっかり「with コロナ」の時代となってきました。昨年は、第7波の影響が大きく各施設でもクラスターが発生しました。ご利用者やご家族の皆様には面会等自粛要請もあり、不自由な環境を強いる形となりましたこと、深くお詫び申し上げます。

今年こそは、少しでも平穏に過ごせるよう安心安全を最優先にグループ各事業に取り組んで参ります。職員がそれぞれに成長できる環境と法人の将来の可能性を描きながら今年も邁進する所存です。

「ありまこうげんグループきらきら構想2025」では、昨年11月末に竣工した病院新棟「A-Wing棟」が2月より開設いたします。地上4階、1階から3階までが救急急性期病棟で各フロア48床全室個室となっています。また、4階にはカフェラウンジを設けます。日頃頑張っている職員の憩いの場として利用してもらうことで福利厚生充実を図っていければと思っています。

また、訪問看護ステーション6か所目となる「ありまこうげん西北」が昨年12月より西宮市平木町に開設、地域包括ケアシステム推進への取り組みが実践されています。

さらに、2023年度には精神障がい者のグループホームや相談支援事業所の整備も進めていく予定となっています。そして、認知症高齢者施設として26年間親しまれてきた老健施設「青い空の郷」も老朽化が目立っており、2024年度の着工を目標に新たな老健施設整備計画を立案していきます。グループ各事業が地域のための社会資源として皆様のお役に立てるよう鋭意努力する所存です。

2023年度のテーマは「みんなが笑顔」です。当グループが目指す「利用者さまと共に歩み、仲間と共に解決し、地域と共に生きる」の実現に向かって、今年一年頑張ってお参ります。出会いは導き、何が来ても、感謝です。今後とも何卒ご指導ご鞭撻のほどお願い申し上げます。



新年のご挨拶

施設長 岡 信行

新年あけましておめでとうございます。旧年中は皆様方より温かいご支援とご協力を賜り、誠にありがとうございました。安全で安心できる施設であるように、本年もたゆまぬ努力を続けていきたいと思っておりますのでよろしくお願いいたします。

2022年の出来事の中で印象的であったのは、「人類の進化」の研究者のスバンテ・ペーボ博士がノーベル生理学・医学賞を獲得されたことでした。絶滅した古代人のDNAを解析する技術を確立した研究者だそうです。ペーボ博士は、われわれホモ・サピエンスが絶滅したネアンデルタール人の遺伝子の一部を受け継いでいることを明らかにされました。そして、詳細は省きますが発表されたニュースによると、新型コロナに感染したときの重症化リスクを増加させることが確認されている遺伝子が、ネアンデルタール人から引き継がれたものであること、更にネアンデルタール人から引き継がれた別の遺伝子を持っている人では、重症化が抑制されていることを見つけ出したそうです。

4万年前に絶滅した古代人の遺伝子が現代人の中にも存在し、逞しいところも、か弱いところも受け継がれていることに今更ながら驚かされました。逞しいところを信じて2023年も頑張りたいと思った次第でありました。

皆さまにとって本年が良い年となりますよう心よりお祈り申し上げます。



新年明けましておめでとうございます

療養部長 川崎 智恵

新しい年が皆さまにとって健やかで素晴らしい年でありますよう心からお祈り申し上げます。

さて昨年は当施設においても新型コロナウイルスが猛威を振るい、ご利用者さま、ご家族さま、職員、職員のご家族さま、更に当施設に関わる全ての方々に大変なご心配とご迷惑をお掛けいたしましたことをお詫び申し上げます。私共も想定以上の感染力に日々戸惑いながらも「明けない夜はない」と信じ、チーム一丸となって一日も早い終息に向け取り組んで参りました。振り返ると、とても大変な時期ではありましたが、一方で経験した事は私共にとって『強み』となり『自信』となりました。それは感染に関する事だけでなく、スタッフ一人ひとりが自分で考えて動ける育成の場となり、また何よりお互いを思いやることの大切さを再認識しチームワークを高める機会となった事は間違いありません。そして晴々とした新たな気持ちで2023年をスタートすることが出来たのは、皆様の『青い空の郷』へのご理解、ご協力あつてのことと心から感謝いたします。

本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

新型コロナとインフルエンザウイルスについて

副看護長 宇上 裕治

ご家族の皆様、あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いたします。

ここ数年は元旦を素直に喜べない状況が続いております。その原因は皆様もよくご存知の通り「新型コロナウイルス」です。このウイルスが原因で自粛が叫ばれ、以前の様な制限の無い元旦が懐かしく思います。実はこの原稿を書いているのが、2022年10月初旬であり、現在は流行の第7波が終息に向かって最中です。今年は、新型コロナウイルスも治まり、良い一年の始まりになる事を祈っています。

今まで私たちを苦しめてきた新型コロナウイルスもワクチンの接種やオミクロン株の流行により、重症化する確率は少なくなってきた様に思います。しかし、高齢者は変わらず重症化するカテゴリーの上位にあるので、今後も感染対策やワクチンの早期接種を推奨していきたいと思えます。

さて、新型コロナウイルスも恐ろしいウイルスですが、以前から冬に流行するウイルスで高齢者施設などが警戒しているウイルスがインフルエンザウイルスです。日本ではその年によって流行の大小はありますが、毎年1千万人を超える感染者がみられ、死亡者数は2,3千人となります。この死亡者数だけを見ると致死率は新型コロナウイルスに比べて低いと思われがちですが、インフルエンザが原因で亡くなった人の数を正確に数えるのは意外と難しいとされています。単にインフルエンザ死亡数と言ったときの多くは、「死因がインフルエンザと記載された死亡診断書の数」を指します。たとえば厚生労働省の人口動態統計によれば2019年(令和元年)のインフルエンザ死亡数は3571人ですが、これは死亡診断書の記載を元にした数字です。しかし、この3571人以外にもインフルエンザの影響を受けて亡くなった方もいらっしゃるのです。心臓病や腎臓病などの持病がある高齢者は、インフルエンザが直接の死因にはなくても、感染をきっかけに持病が悪化して亡くなるのがよくあります。また、インフルエンザそのものは治癒しても続発性の細菌性肺炎で亡くなることもあります。これらの死亡者は死亡診断書にインフルエンザと記載されるとは限りません。このインフルエンザの影響を受けて亡くなった人を含めると、年によって変動はありますが、日本では年間1万人程度が亡くなっている事になるそうです。当然、インフルエンザウイルスも高齢者が罹患すると若年世代よりも致死率は高くなり、インフルエンザの影響での死亡者数は増えるので注意が必要です。しかしながら、ここ数年はインフルエンザの流行は見られませんでした。これは、ウイルス干渉(同時期に2つのウイルス感染症は流行しない)ということも言われていますが、新型コロナウイルス対策として普及した手指衛生やマスク着用、3密回避、国際的な人の移動の制限等の感染対策がインフルエンザの感染予防についても効果的であった為と考えられます。しかし、南半球に位置するオーストラリアでは、インフルエンザの流行も見られるとの情報もあり、水際対策の緩和もあって今年は日本でも流行する可能性があると言われてしています。

インフルエンザ感染対策は新型コロナウイルス感染対策と同様です。引き続き標準的予防策を講じ、感染予防を徹底してまいりたいと思えます。

イベント 広場

夏祭り

介護福祉士 松本 圭子

季節を感じて頂くと共に、昔を思い出して頂けるように夏祭りを開催させて頂きました。プログラムは①盆踊り②輪投げ③ヨーヨー釣り④人形釣り⑤スイカ割です。最後には、グリーンティーやノンアルコールビール、ノンアルコールカクテルを提供し、お祭りの雰囲気を楽しんで頂きました。普段ベッドで過

ごされている方もホールまで移動させて頂き、皆様に昔を思い出して、楽しんで頂けたと思います。



射的ゲーム

介護福祉士 平松 典明



8月最終日に夏の思い出を作って頂きたいと思い、利用者さまが幼少の頃に夏祭りで楽しんでいたと思われる「射的」を行いました。大きな人形を5体、小さな人形を20体準備し、長テーブルに並べ、ゴム製の玉が発射される銃にて人形を倒して頂きました。皆様、昔の話をしながら笑顔で楽しまれていました。「もう一回やらせて」「また今度もやってね」などのお声や、利用者さまの楽しそうな笑顔、そしてたくさんの笑い声を頂き、今回の企画を楽しんで頂けたのではないかと思います。



ありまこうげん祭

介護福祉士
小濱 成子



10月22日、ありまこうげん祭に参加しました。昼食はこうげん祭弁当とたこ焼きや焼きそば、おやつはケーキと豪華に召し上がって頂きました。普段は食の細かい方もペロリとおいしそうに、笑顔で召し上がっておられました。昼からはステージで、ボランティアの方

によるハワイアンやジャズの演奏があり、ハワイの土地や歴史を曲にした温かく心のこもった音楽を聴いて頂き、ゆったりと心穏やかに過ごされていました。また、外では移動動物園にもお越し頂き、うさぎやカメ、モルモット、羊、ヤギ、ポニーなどを見て餌やりを楽しめました。普段は口数が少ない方も「かわいいね」と笑顔で話されたり、動物たちの姿に驚かれたり、喜んで頂くことが出来ました。毎日の生活に、ちょっとした企画をプラスすれば利用者さまの笑顔をたくさん頂けます。私たちスタッフもそれが糧になります。スタッフ一丸となり、利用者さまにとって安全に、安心して、楽しく生活して頂けるよう更に支援に努めて参ります。



枝豆パーティー!

作業療法士
柏原 香菜

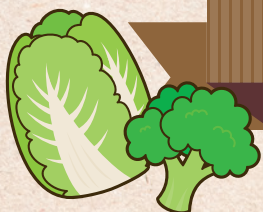


利用者さまと苗を植え、水やりをしながら育てた枝豆がスクスク成長したので、収穫して利用者の方々に召し上がって頂きました。まずは、枝豆を枝から切り離す作業から手伝って頂くと、暖かい日差しの中、みなさま集中して取り組まれ、「ずっとこの作業をしたい」と仰る利用者さまもいらっしゃいました。切って頂いた枝豆を茹でて、ノンアルコールビールを飲みながら乾杯をしました。「とてもおいしい」「最高や」という言葉と素敵な笑顔を頂き、「また食べたいな」「楽しかったな」と次の日も覚えておられる方もいらっしゃいました。スタッフにとってもやりがい



を頂く企画となり、幸せな気持ちをたくさん頂きました。今後も、利用者さまに楽しんで頂けるような活動を企画させて頂きたいと思います。

青い空の郷 デイケア通信



青空ファーム便り

デイケアの庭で、利用者さまと花や野菜を育てています。10月に入り、毎年恒例の黒豆の季節がやってきました。6月に昨年の収穫で保管していた黒豆の種をまき、日々水やりをしながら、待ちに待った10月の収穫となります。利用者みなさまも楽しみにされ、収穫からサヤ取りも手伝って頂き、その日の昼食にみなさまと、「初物を食べると長生きする」と話をしながら美味しく頂きました。今は、白菜、キャベツ、ブロッコリーと冬野菜を植え、またその成長を楽しみにしています。

大きく成長中です



収穫したばかりの黒豆です



「大きく育ってね」



サヤ切りはひと手間ですが
美味しさが違います



定番の冬野菜です



耕すには男手が必要です

デイケアでの活動紹介

デイケアでは、利用者さまと一緒に相談しながら希望に沿えるよう活動を提供しています。最近では、男性利用者さまを中心に将棋がブームになっています。月替わりのカレンダー制作や習字、色ぬり、ナンプレ、ジグソーパズルなど趣味の活動もあります。9月の気候の良い日には、中庭で利用者さまと協力しながらタープを張り、ランチをしました。一日の終わりに「楽しかった!」と仰って頂けるようなデイケアでありたいと思います。

プロの腕前です



デイの将棋名人です



秋晴れの日の楽しみです



季節にちなんだデザインです



完成まで2カ月かかりました

卓球も流行ってます





青い空の郷のお食事のご紹介

管理栄養士 中川 尚美

現在、施設では大きく分けて5つの食事形態の対応を行っています。それぞれの食事形態についてご説明いたします。



ソフト粥

お粥

米飯



常食

メインとなる魚や肉を使用した料理は食べやすい大きさに切り分け、野菜などの料理は小さめにカットをして提供しています。



軟菜食

魚、肉、野菜などをフードプロセッサーにかけて細かくしています。利用者さまによっては飲み込みがしにくい方がいらっしゃいますので、おかずにトロミを付けています。



ソフト食

ブレンダー食の形状にしたものを専用の凝固剤で固めて提供しています。見た目はゼリーのようなのですが、60℃位まで温めることが可能なため、温かい物は温かく、冷たい物は冷たい状態で提供しています。



ブレンダー食

ブレンダーというミキサーに似た器具で形がなくなるまで粉碎して提供しています。粉碎する際に水分が必要なため、食事量が増えてしまい、常食などと同じ量を食べるとなると全量摂取は難しいため、ゼリー食を付け、カロリーのコントロールを行っています。



ゼリー食

高栄養の流動食をゼラチンで固めたもの。味が単一にならないように味を替えて提供しています。

この他に、水分でムセられる利用者さまには、水分にトロミを付けて提供しています。トロミの濃度は3種類あり、薄い・中間・濃いとなっています。医師、看護師、介護スタッフ、言語聴覚士、管理栄養士が嚥下状態の観察や確認を行い、トロミの濃度や食事の形態についてカンファレンスを行っており多職種が連携して安全で安心して召し上がって頂けるように支援しております。





青い空の郷では実習生を積極的に受け入れています

実習生の方々から感想を頂きました

3週間という短い間でしたが、普段は経験することのできないとても貴重な経験をたくさんさせていただきました。初めての实習ですと緊張していて、わからないことだらけでたくさんご迷惑をおかけしました。でも皆さん優しく色々なことを教えてくださいました。本当に青い空の郷の皆さんには感謝で一杯です。今回の経験を活かしてこれからの実習も頑張っていきたいと思ひます。本当にありがとうございました。

兵庫医科大学 作業療法学科 牛島 望夢

今まで身内以外の高齢者の方と関わる事がなく、最初はコミュニケーションのとりかたがとても難しかったです。ですが、利用者の方に話しかけると笑顔で返して下さる方がたくさんいらっしゃり、嬉しい気持ちになりました。介護実習の期間はとても濃く、得るものが多くありました。この経験をこれからの活かしていきたいと思ひます。

湊川短期大学 高岡 風音

3週間実習をさせていただきありがとうございました。コロナの影響により今回が初めての実習でしたが、みなさまが温かく受け入れて下さり嬉しかったです。利用者さまに対する接し方や想いを学び、多職種で連携することの重要性を感じる事が出来ました。学校の授業だけでは学ぶことの出来ない、実践的なアプローチや作業療法の視点を学ぶことが出来ました。リハビリ場面を通して、多くの利用者さまと接することができ改めて作業療法士になりたいと強く思いました。今回学んだことをこれからの勉強に活かして頑張ります。

神戸学院大学 作業療法学科 武山 結紀

今回実習をさせて頂きありがとうございました。僕はおじいちゃんが介護が必要となった時に何も出来ないことが悔しくて介護福祉士を目指しました。今回の実習では高齢者の方への関わり方や、様々な介助の仕方など実践的な事をたくさん学ばせて頂きました。今回の実習で学んだ事、経験した事を大切に、立派な介護福祉士になります。ありがとうございました。

湊川短期大学 植田 万大

看護・介護 スタッフさん 募集!



青い空の郷では、私たちと一緒に働いて頂けるスタッフの方を募集しております。今、ニーズの高い認知症ケアをチームケアで実践しています! 私たちの仲間になって頂けませんか? 適宜、施設見学もっておりますので、まずはお気軽にお問合せ下さい。

担当 中嶋

無料送迎バス時刻表

病院玄関前 発	JR・神鉄三田駅 発	フラワータウン ロータリー 発	病院 着
	9:00	→ 9:09	→ 9:25
9:30	→ 9:45	→ 9:54	→ 10:10
10:30	→ 10:45	→ 10:54	→ 11:10
11:30	→ 11:45	→ 11:54	→ 12:10
12:30	→ 12:45	→ 12:54	→ 13:10
※ 13:00	→ 13:15	→ 13:24	→ 13:40
13:50	→ 14:05	→ 14:14	→ 14:30
14:50	→ 15:05	→ 15:14	→ 15:30
15:25	→ 15:40	→ 15:49	→ 16:05
※ 15:45	→ 16:00 着	→ 16:09 着	
		乗ることはできません	乗ることはできません
16:10	→ 16:25	→ 16:34	→ 16:50
		→ 17:35	→ 17:44
18:10	→ 18:25	→ 18:34	→ 18:50
19:10	→ 19:25	→ 19:34	→ 19:50

※
白曜 祝日 運休

JR・神戸電鉄をご利用の方は「三田駅」下車、無料送迎バスをご利用ください。

●コロナ禍のため面会は事前予約をお願いしております。●青い空の郷ホームページ内の「アクセス」ページにおきましても、最新の時刻表を掲載しております。



交通アクセス

●お車の場合

六甲北有料道路、または中国自動車道からお越しの場合は

- ① 信号「神戸三田インター北」を北(直進) → 0.6km → 信号「池尻」を西(左折) → 1.8km
- ② 信号「神戸三田インター北」を西(左折) → 0.6km → 信号「人形渡橋南」を西(右折) → 1.3km 先を北(右折) → 0.5km

●電車の場合

- ① 神戸電鉄をご利用の方は『フラワータウン駅』『三田駅』下車、無料送迎バスをご利用ください。
- ② JRをご利用の方は『三田駅』下車、無料送迎バスをご利用ください。

機関誌発行スタッフ

大野修一(支援相談員) 小松英徳(介護福祉士)
町田悦章(介護福祉士) 中前弘子(作業療法士)

社会医療法人 寿栄会 介護老人保健施設

青い空の郷