

ざいたくんざいたちゃん

春号

令和3年4月



～トピックス～ シリーズ連携vol.12・嚔下呼吸トレーニング

同時三元
中継

令和3年3月12日
仁寿会 シミュレーター研修（仁寿会メディカルスタッフスキルアップセンター）
～みんなで考える呼吸苦の症例～



加藤病院、サービス付高齢者向け住宅ナーシング&リハビリテラス和かち逢う家、
島根大学医学部クリニカルスキルアップセンターをWeb会議システム
「Zoom Rooms」でつなぎオンラインにて研修を行いました。



図上：加藤病院研修棟にて



図上：サービス付高齢者向け住宅ナーシング&
リハビリテラス和かち逢う家にて

第12回目となるシリーズ「連携」は、「株式会社海愛（のあ）」の取締役 市山克彦様にお話を伺いました。

－ 法人の理念・歴史についてお聞かせください

平成16年にグループホーム「ふくろうの森」が開設されました。開設当初は川本町内の事業所が運営をしていましたが、開設後2年が経った時にその事業所が廃業することとなり、誰かがこの事業を継承しないと雇用もなくなり大変なことになるということで、「ではやろう！」と引き継ぎました。

社名は株式会社海愛（のあ）と言います。なぜ山の中にあるのに「海の愛」か。経営母体は大田市で電気工事業をしています。施設経営の話が出た際に、地元の方から暖かい支援をいただきました。海のある地域の方々に助けていただいたという経緯で、「海の愛」、海愛（のあ）という名前にさせていただきました。これが14年前の話になります。

従業員はひとりも辞めることなく、引き継いで雇用させていただきました。とにかく、雇用を守ることが第一でした。



当初は介護について知識が乏しかったので、従業員に任せました。その後、平成23年に小規模多機能居宅介護支援事業所開設の話をしていただきましたので、グループホーム向かいの土地に小規模多機能ホーム「ふくろうの里」を開設し、現在9年目になります。

認知症の方が対象のグループホーム「ふくろうの森」が最初にできたので、「ふくろうの里」も同じように認知症の方が対象のようにイメージされますが、小規模多機能ホームは「通い」「訪問」「泊まり」が複合的に利用できる施設ですので、認知症ではない方が多数利用されています。

高齢化が進むこの町で暮らす誰もが、介護施設の利用を検討する可能性があります。「ふくろうの森」「ふくろうの里」は今後も地域の皆様に福祉と雇用で貢献できるような事業を続けて行こうと思っています。

－ 地域の現状についてはどのように捉えられていますか

とにかく人が減っているという状況です。とはいえ、施設をやめる訳にはいきません。

去年はコロナ禍の影響なのか、川本町にUターンをされる方が多かったです。今、こちらの施設には3名のUターン者がいます。北海道、関西、広島方面から子育てをするために家族でこちらに移住されています。何名かは現在育児休暇中ですが、その他にも子育て中の職員が安心して育児が出来るように、勤務時間や休暇取得などにも配慮しています。Uターンで川本町に来てくださる方がいらっしゃれば、働く場所はこちらが受け皿となりますと関係各所にもお願いしています。





－ 人材確保をどのようにされていますか

できるだけ地元採用したいと思っておりますが5年10年を考えるといつかは外国の方の雇用も必要になってくると思っております。現状ではUターンの方も多く、日中の人材は確保できていますが、難しいのは夜勤を担う方を確保することです。1職員が1日に働く時間には制限があり、仕事の内容でいうと施設では夜勤より日勤が主となるため、夜勤専門の職員確保には頭を悩ませております。職員の負担を考えて、代表取締役をはじめ、役員も夜勤に入っております。特にお正月やお盆は必ず入ります。

事業所では、地元の障がい者雇用も進めています。現在、知的障がいの方を2名雇用していますが、1名は11年前に雇用しました。就業形態は一般職で、雇用当初は短時間勤務から

でしたが、現在は一般職員と同じ時間・業務で勤務しています。2名の職員を特段に意識して仕事をする職員も利用者もこの職場には誰一人いません。職員は自分に出来ることを精一杯やっています。2人目は6年前に雇用しました。この職員は先日、介護福祉士の試験を受けました。職員が仕事にやりがいを感じ、さらに高い目標をもってチャレンジしている姿を目にすることは喜びに堪えません。

職員の出身施設から依頼があり、職員たちのことを話した際には、その講演を聞いた沢山の方から質問を受けました。みなさんは「私たちにはこういう仕事しかできないんじゃないか」と言われます。しかし、「その方にあった就労支援があり、意欲と適性が合った時は本人にも事業所にも明るい将来が開けてくることがあります。」と説明すると、話を聞いた方は、みんなものすごく前向きになります。

－ 地域連携についてお聞かせください。

両施設とも地域密着型事業所ですので、邑智郡内の方のみ利用できる施設です。邑智郡内の方が安心して利用できるよう頑張ります。

－ 今後の事業展開についてお聞かせください。

人口が減っているなので、現在規模の拡大は考えていません。まずは職員に対しどうやって働きやすい環境にしていくか、雇用を確保できるかを考えています。やはり雇用を確保する、それに尽きると思います。



株式会社海愛 〒696-0004 島根県邑智郡川本町川下1319-15

グループホームふくろうの森

TEL : 0855-72-3555 / FAX : 0855-72-3557

小規模多機能ホームふくろうの里

TEL : 0855-72-3556 / FAX : 0855-72-3558

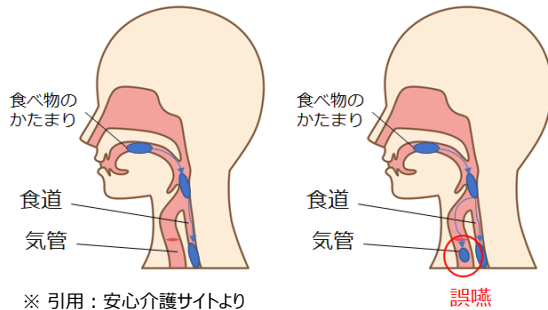
嚥下(えんげ)・呼吸トレーニングで肺炎を予防しよう！

誤嚥性肺炎とは…

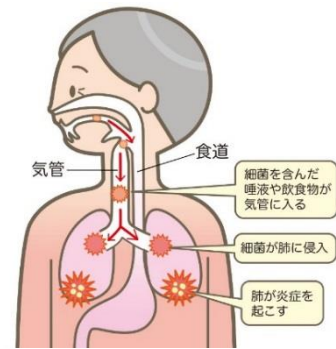
細菌やウイルス以外の原因によって肺炎が起こるものとして、**誤嚥(ごえん)性肺炎**があります。これは、食べ物や唾液が誤って気管や肺へ入ってしまう**誤嚥**により生じる肺炎です。誤嚥性肺炎は日本人の死因の第7位となっています。70歳以上の方の肺炎の約80%が誤嚥性肺炎と言われています。

○正常に嚥下している状態

×誤嚥したときの状態



※ 引用：安心介護サイトより



※ 引用：長野県高齢者医療広域連合HPより

誤嚥性肺炎を予防するためには、嚥下機能(飲み込む力)と呼吸機能の両方を鍛える必要があります。これらを鍛えるための体操の前に、まずはストレッチを行いましょ！

ストレッチで呼吸リラックス！

① 体幹を伸び縮みさせましょ



① 息を吸いながら体幹を伸ばす



② 息を吐きながら体幹を縮める

② 首の上下運動



① 息を吸いながら真上を見上げる



② 息を吐きながら真下を向く

③ 肩の上下運動



① 両手を脇に垂らし息を吸いながら肩をあげる

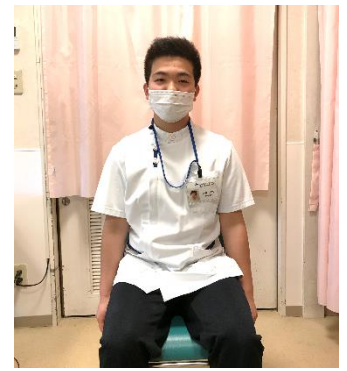


② 口から息を吐きながら肩をおろす

④ 腕を前にあげる運動



① 息を吸いながら腕を前から頭の上にあげる



② 息を吐きながら腕をおろす

⑤ 腕を横にあげる運動



- ① 息を吸いながら手のひらを上に向けて横に腕をあげる



- ② 息を吐きながら手のひらを下に向けて腕をおろす

⑥ 背中中の筋肉のストレッチ



- ① 両手指を目の前で組み息を吸う
- ② 口から息を吐きながら、手のひらを前に向けて伸ばし背中を丸める

⑦ 体を横に倒す運動



- ① 手のひらを上に手を組み、息を吸いながら真上に伸ばす
- ② 息を吐きながら横に倒し、元に戻す

⑧ 体幹をひねる運動



- ① 手のひらを上に組み、息を吸いながら真上に伸ばす
- ② 息を吐きながらゆっくり体をひねる
- ③ 息を吸いながら元にもどり、息をゆっくり吐く

嚥下機能を鍛える体操・トレーニング

- ※ 注意点 ※
- ① 呼吸を止めないこと
 - ② 頸椎症、高血圧症の人は回数や力量を調整してください



嚥下おでこ体操

その日の体調に合わせて回数や秒数を調整してください

- ① おでこに手を当てる
- ② 頭はおへそを覗くように下方向に力を入れ、手は上方向に力を入れ、5秒間押し合う
- ③ 1日に5～10回行う
- ④ 喉の筋肉が硬くなっていけばOK!

頭部拳上訓練

- ① 両肩はつけたまま頭だけ持ち上げ、自分のつま先を30秒～1分見る
- ② 1セット5～10回、1日に2～3セット行う



ペットボトル体操（5回繰り返してみよう！）

★ 使用するペットボトル ★

500mlの柔らかい材質のものから開始して、徐々に硬いものや1Lなどハードルをあげてみよう！



- ① 空になったペットボトルを口にくわえる



- ② 思いっきり息を吸って潰れるまでしばせる



- ③ 思いっきり息を吐いてパンパンになるまで膨らませる

春野菜レシピ 春キャベツの春巻き

今回は、春野菜のひとつである春キャベツを使用したレシピをご紹介します。お弁当のおかずにもぴったりですので、ぜひお試しください♪

< 材料 (約10本分) >

- | | | | |
|--------|------|---------------|-----|
| ・春キャベツ | ¼玉 | ・春巻きの皮 | 10枚 |
| ・ツナ | 70g | ・油 | 適量 |
| ・ロースハム | 4枚 | (タレ) | |
| ・マヨネーズ | 大さじ4 | ケチャップ、ポン酢、からし | |
| | | 醤油などお好みで | |

< 作り方 >

- 1.春キャベツは千切りにし、しんなりする程度にレンジにかける。(600W 約1分)
冷めたらしばって水気をしっかりと絞る。
- 2.ツナは油を切っておく。
- 3.ロースハムは細切りにしておく。
- 4.1～3、マヨネーズを混ぜ合わせる。
- 5.4を春巻きの皮で包み、少し多めの油で揚げ焼きにする。
(両面がきつね色になればOK)
- 6.お好みのタレを付けてどうぞ♪



新入職員紹介 (令和2年10～令和3年1月入職)



森脇 尚子

地域包括ケア病棟課 看護師
他の職員さんのパワーに負けないように頑張ります。よろしく願います。



山加 忍

リハビリテーション科 言語聴覚士
10数年ぶりに再び仁寿会で働かせていただきます。皆さまの力になれるように頑張ります！



小谷 伸治

地域包括ケア推進室 社会福祉士
1月から働かせていただいています。利用者さまやご家族のお役に立てるように頑張ります。



丸 拓真

ホームヘルプ・ステーションながひさ 介護職員
「人にやさしく」をモットーに頑張っています。知らない事も多いので色々教えてください。よろしく願います。



三宅 幸恵

介護老人保健施設仁寿苑 介護職員
利用者さま、職員さんに助けられています。お役に立てるよう頑張ります。よろしく願います。



長谷田 敏雄

介護老人保健施設仁寿苑 運転手
自慢の笑顔で安全第一でお迎えに伺います。よろしく願います。

加藤病院 外来担当医一覧表 R3.4.1～ (事務局医事管理課 0855-72-0640)

診療科	時間	月	火	水	木	金	備考	
内科系	総合内科	午前	松浦 達也	島根大学	山内 延広	林 隆則	柳光 寛仁	
		午後	※午後は休診となります					
	H ⁺ インクニツク内科	午前		加藤 節司				
		午後						
	循環器内科	午前	大畑 修三	島根大学		大畑 修三		
		午後	予約診療	予約検査		予約診療		
消化器内科	午前	※松浦達也	※島根大学		消化器検査	石根 潤一	※月曜：開始時間9:00の場合あり ※火曜：第2、第4のみ ※火曜6月より：第1、3、5のみ	
	午後		予約検査					
神経内科	午前	山口 拓也			島根大学			
	午後				予約診療			
糖尿病	午前					島根大学	診療は9:00より	
	午後					予約診療		
外科系	整形外科	午前	市本 裕康		島根大学		診療は9:00より	
		午後			(初診11:00まで)			
その他の診療科	泌尿器科	午前				林 隆則		
		午後			林 隆則			
	眼科	午前		島根大学			島根大学	診療は9:00より 金曜は午前のみ
		午後		(初診14:00まで) (再診15:00まで)				
	耳鼻咽喉科	午前		島根大学 受付10:30まで				火(午前)・水(午後)交互に診療
		午後			島根大学 受付15:00まで			火曜9:00より診療、水曜13:30より診療
	皮膚科	午前			島根大学			毎月第1・3・5水曜9:00より診療
		午後						
精神科	午前				安田 英彰		毎月第2・4木曜9:00より診療	
	午後							
健診・ワクチン	午前							
	午後		山口 拓也 平田 敏明	石根 潤一	平田 敏明 山内 延広			
禁煙	午前		加藤 節司					
	午後		柳光 寛仁			柳光 寛仁		

受付時間		診療時間
火曜・水曜・木曜	午前	8:15～11:30
	午後	13:00～15:30
月曜・金曜	午前	8:15～11:30
		8:30～12:30

※正面玄関の自動ドアは午前8時より開門します。

健診の種類	実施日
健康診断等	火・水・木曜の午後
特定健診	火・水・木曜の午後



※ 救急の場合はこの限りではありません。夜間・休日は当直医師が担当します。
 ※ 休診日は、土曜・日曜・祝日となります。
 ※ 月曜、木曜、金曜午後は専門外来の予約診療のみとなります。

※ 盆の8月14日～15日、年末年始の12月30日～1月3日が休診となります。
 ※ 健診ワクチン、禁煙外来は保健師・医師が共同で担当します。

加藤病院

《理念》
 心・技・体・責任
 まごころ 医療技術 健康・健全 信頼と期待

《基本方針》
 患者中心の医療
 安全な医療
 公正な医療
 生きがいを実現できる医療

これら4つの実現のため、私たちは組織をよりよく変革し続けます。

仁寿会の各部門連絡先一覧

《仁寿会地域総合ヘルスケアステーションかわもと》

- ・加藤病院
〒696-0001 邑智郡川本町川本383-1
TEL : (0855)72-0640 FAX : (0855)72-1608
- ・医療近接型住まい「穩」
〒696-0001 邑智郡川本町川本386-3
- ・介護老人保健施設仁寿苑
〒696-0001 邑智郡川本町川本381-4
TEL : (0855)72-3111 FAX : (0855)72-3112
- ・訪問看護ステーションかわもと
- ・ケアプランステーションかわもと
- ・ホームヘルパーステーションかわもと
〒696-0001 邑智郡川本町川本383-1
TEL : (0855)72-2636 FAX : (0855)72-2640
- ・グループホームかわもとあいの家
〒696-0001 邑智郡川本町川本376-4
TEL・FAX : (0855)72-2950

《仁寿会地域総合ヘルスケアステーションおおだ》

- ・仁寿診療所そじき
〒694-0431 大田市祖式町1082-2
TEL : (0854)85-2303 FAX : (0854)85-2304
- ・仁寿診療所ながひさ
〒694-0041 大田市長久町長久ハ24-2
TEL : (0854)83-7166 FAX : (0854)83-7088
- ・サービス付高齢者向け住宅ナーシング&リハビリテラス和かち逢う家
TEL : (0854)83-7100 FAX : (0854)83-7088
- ・ホームヘルパーステーションながひさ
TEL : (0854)83-7655 FAX : (0854)83-7088
- ・訪問看護ステーションながひさ
〒694-0041 大田市長久町長久ハ24-6
TEL : (0854)83-7600 FAX : (0854)83-7688

仁寿会 各部門患者数・利用者数実績

地域総合ヘルスケアステーションかわもと		3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	合計	月平均
加藤病院 外来	延べ数	2,442	2,352	2,053	2,429	2,508	2,272	2,324	2,934	2,980	2,654	2,211	2,052	29,211	2,434
加藤病院 入院	延べ数	2,244	1,995	2,245	2,277	2,268	2,246	2,189	2,261	2,164	2,341	2,292	2,135	26,657	2,221
仁寿苑 通所	延べ数	571	214	34	412	510	503	556	558	519	504	391	437	5,209	434
仁寿苑 入所	延べ数	989	984	1,039	991	965	1,010	969	933	907	969	989	909	11,654	971
仁寿苑 短期	延べ数	39	42	48	40	69	43	43	68	63	57	39	52	603	50
仁寿苑 訪問リハ	訪問回数	257	323	407	332	310	286	322	318	303	279	251	273	3,661	305
ケアプランかわもと	件数	103	104	100	98	100	140	137	137	135	132	123	127	1,436	120
訪問看護 かわもと	訪問対象者	69	71	67	59	59	63	68	65	62	68	62	62	775	65
	訪問回数	310	314	313	277	270	246	290	283	275	282	240	257	3,357	280
ホームヘルパー かわもと	訪問対象者	30	33	32	32	29	28	30	32	33	29	31	30	369	31
	訪問回数	287	294	295	275	287	255	278	289	274	240	213	256	3,243	270
グループホーム	延べ人数	279	270	279	270	279	270	240	278	255	278	269	252	3,219	268
地域総合ヘルスケアステーションおおだ		3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	合計	月平均
診療所ながひさ	延べ数	174	170	156	170	159	153	153	177	196	164	142	148	1,962	164
診療所そじき	延べ数	25	24	19	20	26	26	26	33	27	21	19	18	284	24
訪問看護 ながひさ	訪問対象者	40	46	34	43	41	45	44	40	43	46	45	46	513	43
	訪問回数	267	297	210	299	253	282	299	234	241	255	226	219	3,082	257
ホームヘルパー ながひさ	訪問対象者	8	8	9	10	7	4	5	4	3	3	3	3	67	6
	訪問回数	196	186	211	170	137	52	57	56	33	32	30	25	1,185	99
定期巡回随時対応	訪問対象者	31	31	27	27	27	31	29	28	33	34	33	33	364	30
	訪問回数	4,806	4,441	3,908	3,733	3,863	4,488	4,376	4,271	5,005	5,223	5,085	4,515	53,714	4,476
ケアプランながひさ	件数	46	49	45	45	47	7月より休業							232	46
和かち逢う家	入居人数	50	47	46	47	45	45	47	45	45	49	47	47	560	47

※ 仁寿苑（通所）について、5月は新型コロナウイルス感染症拡大に伴う休業のため開業日数減による利用者数減

職員を募集しています！！ 「いつでも、いつまでも笑顔でつながる。それが仁寿会です。」



薬剤師・看護師・社会福祉士
介護職員（無資格でも正社員として採用します）・**調理員**

※ どの職種も資格問わず
資格取得支援あり



お問い合わせ先 **0855-72-3040**（仁寿会事務局：田中、小笠原）

仁寿会 広報誌 発行者

社会医療法人仁寿会 事務局 経営管理課
連絡先 0855-72-3040
E-mail info@k-jinju.or.jp
ホームページ <http://www.k-jinju.or.jp/>

