



日向ぼっこ通信 第17号

平成27年6月開設

看護小規模多機能ホーム中谷



今回の「日向ぼっこ通信 第17号」は・・・

- ・ 看護小規模多機能ホーム中谷開設 (P 1 ~ 2)
- ・ 医療法人 幸晴会 人財発見！今回の人財は？ (P 3)
- ・ 我ら、リハビリテーション部 エピソード8 転倒を予防する体幹トレーニング (P 4)
- ・ 飯地院長の「一聞一湯」 (P 5)
- ・ 今年も内部研修が始まりました (P 5)
- ・ 第5回中谷クリニックゲートボール大会 (P 5)
- ・ ミニミニ介護保険情報 (平成27年度 介護保険制度改正のポイント) (P 6)

下にある4つのサービスが一体化した介護

泊まり【ショートステイ】



通い【デイサービス】



訪問看護



訪問【ヘルパー】



平成27年6月開設

このサービスを行う事業所こそが

『看護小規模多機能ホーム中谷』です!!

通い(デイサービス)

自宅への送迎はもちろん、施設での入浴や食事また機能訓練など健康作りの場を提供いたします。

訪問介護

顔なじみのいつものスタッフがご自宅を訪問。在宅生活における不安を支援するサービスを提供いたします。

訪問看護

主治医の指示と看護師の適切な判断にもとづき、利用者が在宅での療養生活を安心して送れるよう支援いたします。

泊まり(6室あり)

施設内に泊まり用の個室を完備しています。馴染みの空間で同じスタッフが対応するので、安心・安全・快適です。

つまり

『在宅』と『施設』を融合したハイブリッドサービスです

保険サービスがあるのをご存知ですか？

通い「デイサービス」(18名定員のデイをご用意しています。少人数なので認知症の方も安心してご利用出来ます。)



特浴と一般浴をご用意



通いのフロア



機能訓練スペース
(平行棒)



昼食の一例



フロア全体を見渡せるスタッフルーム



ドクターズドマも完備



車でのご送迎もお任せ下さい！！

訪問看護・訪問ヘルパー (定期の訪問以外にも状況に応じて随時の訪問も行います。)



訪問時の交通手段も多彩



訪問看護のご様子

泊まり(全6部屋あり、うち一室はトイレ付のお部屋になります。スリーモーターのベッドで起き上がりもスムーズです。)



計6室あり、日当たりも良好！！



お昼は静養室として利用

介護度別	基本料金(月額)
介護度1の方	約14,000円
介護度2の方	約19,600円
介護度3の方	約27,600円
介護度4の方	約31,300円
介護度5の方	約35,400円

※看護・介護ニーズに応じて加算がありますので、金額が多少変わることがあります。

自費利用料	
宿泊費	2,500円/1泊
食費(朝食)	300円/1泊
食費(昼食)	550円/1泊
食費(おやつ)	100円/1泊
食費(夕食)	550円/1泊

※日常生活で必要になります個人の諸費用は別途頂きます。

看護ニーズにも幅広く対応できるサービス

看護師24時間対応可能

医療依存度が高く、介護保険サービスが十分に利用できていない方。

また、癌などの終末期の方や胃ろうやバルーンカテーテルなど医療ニーズの高い方。

退院後ご自宅で療養を望まれている方。



チームワークで地域の皆様を支えます



探してみよう！(医)幸晴会の「人」「財」！

「人財」「人材」「人在」「人罪」
組織における分類として

以上のように職員の価値を表現することができます。

医療法人幸晴会では、約300人の従業員が日々医療・介護が必要な方々の支援・援助を行っています。

・介護保険関連事業所13事業所 ・高齢者向け住宅4カ所
その中の「人財」となる従業員をピックアップさせていただきます。

今回の「人」「財」は？ 医療法人幸晴会になくてはならない存在！常に光輝く存在！その方は！



所属先：看護小規模多機能ホーム中谷

氏名：西 涼子

職種：看護師

趣味：愛犬のお世話、ネイル、スノーボード

看護師を志したきっかけ：

高校時代、サッカー部のマネージャーをしていた時に、ケガを負って練習や試合に参加できずにいる部員さん達を見て、「何か役に立てる事がないかな…」と思っていた事がきっかけで看護師を志しました。



愛犬のケンくんです

～医療法人幸晴会に おける人材たる軌跡～

平成26年2月 中谷クリニック

通所リハビリテーション 入職

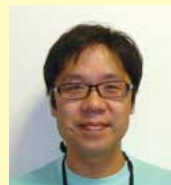
平成27年6月 看護小規模多機能ホーム中谷 異動

これから訪問看護の分野で、資格とこれまでの経験を活かし、ご利用者様とご家族様に寄り添った看護をご提供できます様に頑張っていきたいと思えます。人と人のつながりを大切にして、「日々前進！」していきたいです。よろしくお願ひします。

力を合わせて
頑張ります
(左：中村看護師)



「上司から
心温まる
部下へ、
メッセージ」



看護小規模多機能ホーム中谷 堤ホーム長

ナイチンゲールの名言の中のひとつで“愛というのは、その人の過ちや自分との意見の対立を許してあげられること”のように常に笑顔と愛で溢れるナースです。これからも苦悩されている多くの方々に救える“白衣の天使”でいてもらいたいと期待しております。

アットホームな
雰囲気を感じて
もらえる施設を
目指します！

我ら、リハビリテーション部！

Episode⑧ 転倒を予防する体幹トレーニング

～体幹を強化し、腰痛予防や姿勢保持、身体のバランス調整を行う～

【腹筋】 STEP.1 (normal)

スタンダードな腹筋運動。胸の前で腕を組み、上体を起こします。これにより腹直筋が鍛えられます。



BAD

頭の後ろで手を組み上体を起こすと腹筋にあまり力が入らず、また首や腰を傷める恐れがあります。

STEP.2 (hard)

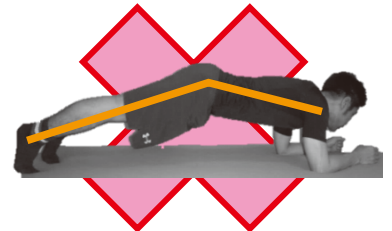


足と腕を同時に挙上していき足の爪先を触りにいくように意識します。このトレーニングでは主に腹筋の中部を鍛えることが出来ます。

【体幹】 STEP.1 (normal)

フロントブリッジと呼ばれる運動で、体幹と腰、下肢の筋肉を強化します。身体を床に対して平行に姿勢を保持することが重要です。

Good



BAD

臀部を挙げすぎているため力が逃げてしまい腹筋に力が入らなく、背中と腰を反らしすぎると腰痛を引き起こす危険があります。

STEP.2 (hard)



身体を水平にしたまま左右非対称に手足を上げます。左右筋バランスを整えることができます。

運動不足の人はいきなり激しい運動をしてしまいがち。特にダイエットなどの目的だと、激しい運動のほうがいいと思いがちです。しかし、体脂肪を分解させるには酸素が必要です。激しい運動をして酸素不足になると、逆に脂肪燃焼の効率が落ちてしまうため適切な運動量は最大心拍数の60%と言われています。最大心拍数とは「もう限界だ」と感じる状態のことを示します。つまり、少し息が切れるくらいで運動を止めると、一番、脂肪が燃焼されるのです。激しい運動だと、酸素不足に陥り脂肪燃焼の効率が落ちてしまいます。そして急激な運動は、血圧上昇や肉離れや酷い筋肉痛などのリスクも高くなってしまいますので注意が必要です。

高齢者が運動をする場合、運動の強さも重要になります。心拍数でいえば100〜110拍/分程度の運動です。これはだいたい楽からややきついと感じるくらいの運動です。運動中はきついと感じないくらいの運動量で行い、痛みなどあれば、すぐに中止してください。

筋肉強化に必要なこと
(口を知り口を過信せず)



「温泉療法医」飯地院長の いちもんいっとう

vol.5
「箱根温泉供給株式会社」

連休中から新聞やニュースで箱根山の噴火の兆候についての報道が多くなされています。箱根山は、神奈川県箱根町を中心に、神奈川県と静岡県にまたがる火山帯の総称で、中心に位置する芦ノ湖は火山帯の一つである神山が約3000年前に水蒸気爆発と火砕流を起こした際、山体崩壊が発生し、その結果誕生した湖とされています。今回、立ち入り制限の設けられている大涌谷はその外輪部の内側に位置しています。展望台からは、立ち上がる蒸気や芦ノ湖と富士山の眺望が楽しむことができるため人気の観光スポットで、地熱と火山ガスの化学反応を利用した一つ食べると7年寿命が延びると宣伝されている「黒たまご」(卵を温泉でゆでると、気孔の多い殻に付着した温泉の鉄分に硫化水素が反応して硫化鉄による黒い殻のゆで玉子ができあがります。)と併せて海外からの観光客の方も多く訪れる場所です。温泉供給施設のメンテナンスがでさなくなり温泉の維持が難しくなりつつあり、箱根観光への影響が危惧されると報道されていますが、空撮などで俯瞰されるこの施設は、箱根温泉供給株式会社(株)の施設です。この「箱根温泉供給株式会社」の設立は、大正時代からの箱根の開発史の中でもひととけわいな計画で、多くのトラブルを乗り越え、昭和8年から温泉を供給し続けています。この温泉には特徴があります。実は、通常の温泉のように自噴やポンプで汲み上げるのではなく、近隣の仙石原湿原や井戸から大涌谷の施設まで揚水した水を大涌谷の蒸気に通すことにより人工的に作られたお湯なのです。造成温泉と云われるもので、温泉法の基準を満たしています。以前は、人造温泉と言っ

てみましたが、浴槽の大きさや使用量にもよりますが、一般的な個人宅レベルで権利金が150万から250万円、使用料が月に2万から3万円程度かかります。名義変更料としての権利金の半額、さらに10年ごとに更新料として権利金の半額程度が必要となるようです。かなり費用がかかり、単純に計算すると毎日スーパー銭湯に通うより高くなりそうです。

メージが強く、低い評価でしたが、年々需要が増加する温泉利用に必要な大量のお湯を調達できることや費用が掛かる深いボーリングを穿たなくとも、簡易な装置の設置により良質な源泉を得られるメリットがあり、近年、見直されつつあります。事実、大涌谷で出来上がった温泉は極めて良好な泉質で、仙石原及び強羅の一部に給湯されるお湯は、pH2.0〜2.5と酸性度の高い濁り湯で箱根の他の温泉には見られない泉質を有しています。ところで、仮に箱根に家を建てて自宅に温泉を引きたいと考えた場合に、どの程度の費用がかかるのかと調べてみました。浴槽の大きさや使用量にもよりますが、一般的な個人宅レベルで権利金が150万から250万円、使用料が月に2万から3万円程度かかります。名義変更料としての権利金の半額、さらに10年ごとに更新料として権利金の半額程度が必要となるようです。かなり費用がかかり、単純に計算すると毎日スーパー銭湯に通うより高くなりそうです。



栃木県 鬼怒川温泉



秋田県 乳頭温泉

今年も内部研修が始まりました!

日程	講師担当部署	研修内容
5月11日	こうせい苑デイ	レクリエーション研修
5月18日	温泉デイ	接遇について研修
5月25日	看護小規模多機能	法令遵守・倫理について
6月1日	ジール中田二号館	防災・緊急時の対応
6月8日	ジール中田	食中毒について
6月15日	ジール北木の本	高齢者虐待防止
6月22日	デイ中田2号館	事故発生時の対応と再発防止
6月29日	こうせい苑グループホーム	認知症に関する研修
7月6日	第二こうせい苑	身体拘束等の排除に関する研修
7月13日	中谷ヘルパーセンター	オムツ交換に関する研修
7月20日	中谷ケアプランセンター	介護予防に関する研修
7月27日	訪問リハビリ	介護技術に関する研修
8月3日	デイケア	苦情対応・マナー研修
8月10日	ジール八尾木	人権・プライバシー保護
10月5日	訪問看護	感染症蔓延防止



内部研修の様子

幸晴会では利用者様によりよいサービス提供が出来るように、内部研修を行っています。毎年各部署の担当スタッフが講師となり全事業所の職員が参加し有意義な研修となっています。他の事業所との交流もあり職員には人気の研修の場となっています。

『第五回中谷クリニックゲートボール大会』

平成二十七年五月二十五日「第五回」ゲートボール大会が開催されました。当初の予定では、十六日の予定でしたが中谷ゲートボール大会が始まって以来の大雨となり中止となりました。日程が変更になった事で今年は十八チームの参加になりましたが、大変、盛り上がった大会となりました。今年、中谷クリニック精鋭チームは参加する事が出来なかったですがまた来年の大会に向けて練習を重ね優勝を目指したいと思います。

またお忙しい時間の中、田中誠太市長、谷畑孝衆議院議員、大山明彦府会議員、西川のりふみ府会議員にもご臨席頂き、開会の挨拶も頂きました。今年の優勝は龍華チームAでした。抜群のチームワークとテクニクを武器に相手チームを翻弄し三連勝し、得失点差の末、見事優勝を果たしました。怪我もなく無事に閉会でき本当に良かったです。



開会式の様子



優勝 龍華チーム



田中誠太市長による始球式



準優勝 二俣チーム

介護保険情報！

平成27年度 介護保険制度改正のポイント

平成27年4月に介護保険制度が改正されました。こちらでは簡潔に改正のポイントをお知らせ致します。

①支払金額が変更

介護報酬改定に伴って、介護保険サービスを利用したときに支払う金額が変更となりました。利用されるサービス、また、サービス提供事業所によってはお支払いの増減があります。

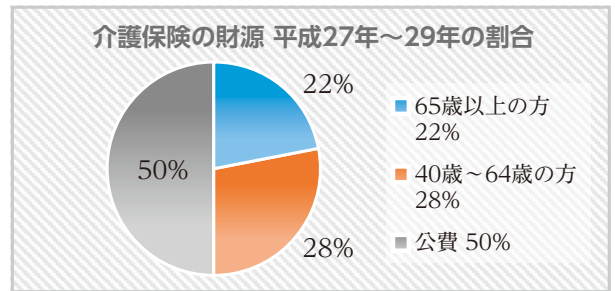
②介護保険料が変更

平成27年から29年までの介護保険料が決定されました。

第一号保険料、八尾市は約6,000円。

また、介護保険の財源の割合が変更されました。

65歳以上の方は22%、40歳～64歳の方は28%へと変更となりました。



③特別養護老人ホームの入所基準が変更

特別養護老人ホームへの入所は原則として要介護度3以上の方が対象となりました。要介護度1、2であっても認知症を抱える等のやむえない事情等がある場合は入所が認められる場合があります。

④複合型サービスの名称が変更

地域密着型サービスである「複合型サービス」の名称が「看護小規模多機能型居宅介護」に変更。

※八尾市では当医療法人幸晴会が6月から開設。サービスの提供を行っています。

⑤多床室の居住費と負担限度額が変更

施設サービスを利用したときの多床室の居住費(基準費用額)が320円から370円(1日あたり)へと変更。

平成27年8月から、介護老人福祉施設と短期入所生活介護は840円に変更。

⑥一定以上所得者は利用者負担が2割に変更(平成27年8月から)

一定以上所得者(本人の合計所得金額が160万円以上で、同一世帯の第一号被保険者の「年金収入＋その他合計所得金額」が単身世帯で280万円以上、2人以上世帯346万円以上)がサービスを利用した時の利用者負担が1割から2割になります。

【単身の場合】

例) 事業所得や給与所得が160万円、基礎年金収入が79万円、厚生年金が100万円の場合

→合計は339万円。「280万円」を超えるため、自己負担は2割となります。

例) 事業所得や給与所得が160万円、基礎年金収入が79万円、厚生年金が0円の場合

→合計は239万円。収入としては「280万円以下」なので、自己負担は1割となります。

【2人以上世帯の場合】

例) 夫が収入280万円、妻が基礎年金のみの66万円の場合。世帯収入は346万円。

この場合、夫が2割負担、妻は1割負担となります。

例) 夫が収入340万円、妻が無年金0円の場合。世帯収入は340万円。

この場合、夫は280万円を超えますが、世帯収入でみると346万円以内。その為2人共1割負担となります。

例) 夫が収入270万円、妻の収入が270万円の場合。世帯収入は540万円。

540万円と世帯収入は多いですが、単身でみると280万円以内のため2人共1割負担となります。

⑦高額介護サービス費の一部の上限額が新しくなります(平成27年8月から)

⑧高額医療・高額介護合算制度の限度額が変更(平成27年8月から)

⑦に関して。支給対象となる方は保険者より高額介護サービス費支給のお知らせが送付されます。

⑧に関して。年間の介護保険サービス費と医療費の自己負担が一定額を超えたとき、超えた分が支給される限度額が平成27年8月の計算期間から変更されます。

<編集後記>

梅雨入りとなり、天候が不安定な日も出てきました。梅雨が明けると本格的に夏が始まります。暑い夏、皆様、熱中症等には十分お気を付けて過ごしてくださいね。

(編集員一同)

編集・発行

〒581-0016 八尾市八尾木北3丁目123番地

(電話)代表 072-993-5585

医療法人 幸晴会

法人理念

慈愛・信頼・創造・永続

豊かな心と高い志を持って医療・介護サービスを提供し利用者様や地域社会の信頼を得ることが、私たちに与えられた使命です。

医療法人 幸晴会 グループ事業所

- A** 中谷クリニック
 - 内科・皮膚科
 - 訪問看護・訪問リハビリ
- A** 中谷クリニックケアプランセンター
- A** 中谷クリニックヘルパーセンター
 - 介護タクシー

《通所施設》

- A** 通所リハビリテーション
- B** こうせい苑デイサービスセンター
- C** デイサービスセンター中谷
- D** デイサービスセンター中田2号館
《サービス付高齢者向け住宅》
- E** ジ・アール(慈恵留)北木の本
- F** ジ・アール(慈恵留)中田1号館
- D** ジ・アール(慈恵留)中田2号館
- H** ジ・アール(慈恵留)八尾木

《地域密着型サービス》

- B** こうせい苑グループホーム
- G** 第二こうせい苑グループホーム
【八尾市指定・夜間対応型訪問介護】
- A** 夜間対応 安心コール中谷
【八尾市指定 定期巡回・随時対応型訪問介護看護】
- A** 在宅サポートセンター中谷
- I** 看護小規模多機能ホーム中谷

The map displays the following service locations:

- A** 八尾木北 3-123
- B** 北木の本 5-6-1
- C** 八尾木北 5-107-2
- D** 中田 3-44
- E** 北木の本 5-114
- F** 中田 3-47-1
- G** 中田 3-54-26
- H** 八尾木北 6-30
- I** 桜ヶ丘 2-121-6

在宅医療・介護全般に関する問い合わせ、ご相談は随時承っております。
下記の電話番号まで、問い合わせください。

問い合わせは
中谷クリニックまで **072-993-5585**

ホームページ

幸晴会

検索