

創刊号！

ほほえみ



目次

創刊にあたり
部門紹介
学習療法
園芸療法
行事報告
編集後記

介護老人保健施設

なか みね さと
高嶺の郷

医療法人社団

豊寿会

介護予防・ケアの質 向上に努力

平成十四年九月に開設した
高嶺の郷」は、五年を迎えま
すが、現在入所者五十名、通所
者二十五名ほどが利用されてい
ます。

介護保険制度が昨年改定され
介護予防とケアの質向上」が
求められることになりました。

その推進を図るため、四月に
「介護予防センター」を組織化
し、利用者サービス充実のため
利用者自立支援計画」策定の
もとに、運動機能向上リハビリ
等とともに、口腔ケア、栄養マ
ネジメントサービスの充実に努
めています。

また新たに「学習療法」、園
芸療法」等を加えリハビリ機能
の強化を図りました。

さらに利用者の安全な療養生
活を確保するため、リスクマネ
ジャー、セーフティマネジャー
を配置しました。



菅原 孝長

生活リハ

嚥下体操 作業
歌体操 指運動
発声練習 連想
学習療法



趣味・クラブ

絵画
書道
朗読
歌

ふれあい

対話
スキンシップ
アロママッサー
ジ
園芸

くつろぎ

散歩
見学
新聞
喫茶
外食

レク・娯楽

テレビ ビデオ
映画 ゲーム
塗り絵 ボウリング
風船バレー パズル



部門紹介

利用者の自立支援に向けて！

私たちは温かく、思いやりの心を持って利用者様に接し、人と人とのふれあいを大切にして努力してまいります。

その取り組みを部門ごとに紹介します。



「入所」

利用様の健康状態に気をつけ、疾病、感染症の予防に努めるとともに、リハビリを通じ皆さんが少しでも自分らしい生活ができるように部屋や施設の環境に配慮し、信頼関係を築いてまいります。

「通所リハ」

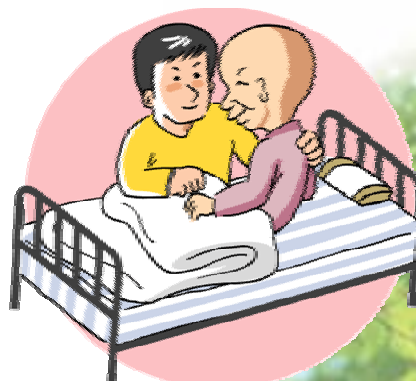
通所リハビリを利用していただいている皆様が、行事に楽しく参加し、リハビリ、食事、入浴を通じて在宅生活を支える知能・身体機能の維持、回復に全力で望みます。



創作中の貼り絵も完成が近いようです。

「リハビリ」

身体機能リハビリ、言語訓練、学習療法、園芸療法等を推進していますが、「介護予防」の強化が求められている中で、介護老人保健施設のリハビリに期待が高く、心身両面からの満足の高いリハビリを提供します。



部門紹介



「栄養」

利用者の栄養状態を細やかに観察し「栄養マネジメント計画」のもと、個々に合った食事を提供してまいります。

また、楽しい食事の場づくりに向け工夫をこらします。



「支援相談」

要支援・要介護者が求める介護サービスを親切、丁寧に相談に応じ、家族ともども信頼と信用を得ていく努力をしてまいります。利用者に「ほほえみ」を見たときに介護支援の苦勞が報われます。

利用判定会議では、医師、看護師、支援専門員、理学療法士、作業療法士、栄養士等とともに支援方針が協議されます。

「介護予防センター」

平成19年4月に開設しました。「リハビリ・介護システム」の方針やリスクマネジメントの取り組み強化をはじめ、様々な介護相談を承ります。



広々とした 大浴場 もあります。

車椅子ごと入浴できる機械浴に・・・



学習療法！

学習療法

を始めました。

利用者の声をよく聞いていますと、薄れゆく不安や病
気、体力の低下に自らを励ま
しつつも、頼るところも求
め、日々を過ごしています。

「心に生じた不安をリハビ
リが解消できないか？」とい
う課題に新たな取り組みを始
めました。

私たちは、昨年の全国老人
保健施設協会の教育講演にも
ありました東北大学の川島隆
太教授たちの研究成果から生
まれた「学習療法」をリハビ
リ活動の一つとして取り入れ
ました。



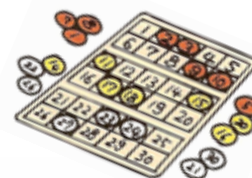
「脳を鍛える」の著者
東北大学 川島隆太教授

読み・書き・計算・
音読で脳がよみがえ
る！

学習療法を行うことによつ
て認知機能、コミュニケー
ション機能、身辺自立機能の
維持および改善が期待される
ものです。

この学習を行うことで、脳
機能の老化を軽減し、改善す
る効果を、除々に引き出すも
のです。

先頃、既に取り組んでいる
施設を見学しましたが、利用
者が明るい表情で「読み・書
き・計算」を行っている姿や
事例から自立機能の回復・維
持が評価されていることを実
感いたしました。



学習療法

の内容

① 一人ひとりに適した学習レベ
ル、量を決めます。
② 利用者が進んで学習できる内
容です。

③ 音読と計算をすることにより
脳を著しく活性化することが
立証されています。

④ 筋力トレーニング同様、継続
することにより効果が生まれ
ます。

⑤ 学習者に負担が無いよう短時
間（20分以内）の学習です
⑥ 学習成果を褒め、認めること
で、コミュニケーションや満
足感が増し、意欲向上と脳の
活性化につながります。



園芸療法！

「にっこにこの郷」 (園芸療法)

利用者のほとんどは、若い頃から家庭で花づくりや野菜づくりに親んできました。

その記憶、知識、興味などを施設内でのガーデニング活動を通して、「育てる意欲を生きる意欲」へと引き出し、生活リズムを呼び戻す「にっこにこの郷」を始めました。



土壌作りでは、
デイケアを利用される、
お父さんたちも
助っ人に！！



五感を刺激して利用者の思いを引き出す、自然な形のリハビリ効果を得ることができます。

わずかな幅しかない花壇ですが、土を耕し、肥料を入れ、利用者の希望する花や野菜を皆で植えるのスタートです。



園芸農園へと大変身！

・・・の予定です。



行事案内。

吹奏楽演奏会

上郡中学校 吹奏楽部の
演奏会が！
5月26日にありました。



さすがに、迫力満点 です！



さいごは、みんなで
ハイチーズ！

トライやるウィーク

今年は、
6月4日～8日

上郡中学校から、
3名参加されました。

栄養科のお姉さんから一言

6月は、梅雨の季節です。夏に向かって気温は上がり、雨によって湿度が上がるので、カビが発生しやすく食べ物が傷みやすいため食中毒の発生が高い季節です。また、体力も消耗しやすい時期にもかかわらず、年々夏の猛暑は厳しさを増すばかり..

そこで！ 6～8月をガンバって乗り切っていただくために！

6月の旬の食材として、「しそ」を紹介します。

しその旬は6～8月、防腐/殺菌作用に優れていて、特に魚毒を避ける力があり、急性腸炎や下痢などにも効果があります。また胃液の分泌をよくし、食欲を増進させ、脳貧血や神経の疲労回復にもよいと言われています。

料理では、細かく刻んでご飯に混ぜたり、ささみにまいて油で揚げて天ぷらにしてみてもいかがでしょうか？



先月 5月5日は「こどもの日」！
柏もち付で..ちょびっとアレンジ...?



ボランティア募集!

「高嶺の郷」でボランティアをしてみませんか?

あなたが行えること、行いたいことで力を貸していただけませんか?

たとえば、

囲碁、将棋、お話相手、ゲーム、手品、... 等々

園芸療法、学習療法の補助者。もちろん食事介助等も可能です。

団体、グループでの参加もお待ちしております。

編集後記

介護保険制度がどんなに変わろうと、介護老人保健施設の役割は ①介護予防、②リハビリテーション、③在宅復帰支援、④在宅生活支援 にあると思っています。

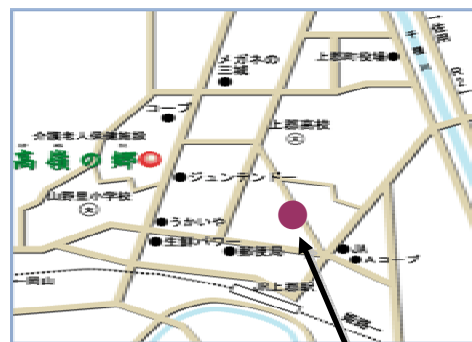
昨年の制度改正等は、サービスの質を一層向上させる転換点でした。

その際、老健施設の特に重要な機能はリハビリであることが強く示されたことを受け、入所、通所部門とも体制強化を図ってきました。

また、口腔ケア、栄養マネジメントの充実を図るとともに学習療法、園芸療法の導入を行っています。アロマセラピーも予定しています。

これらの取り組みが利用者の生活機能の維持・向上につながるよう日々努力してまいります。

施設案内図。



●交通案内

山陽本線「上郡駅」下車、徒歩8分

●環境

上郡町の中心部 山野里に位置し、都市型の利便性と静けさが 調和した施設です。

併設医療機関 菅原病院



医療法人社団 豊寿会
介護老人保健施設 高嶺の郷

〒678-1241 兵庫県赤穂郡上郡町山野里2305番地1

TEL. 0791-57-3250 FAX. 0791-57-3253

ホームページ <http://takaminenosato.com/>