

ご利用者様、ご家族様、関係者様 各位

当法人職員に対してお願いしているコロナウイルス対策の最新版マニュアルを添付しております。

ご参照ください。皆様方にもご協力・ご理解を頂きまして、ありがとうございます。



医療法人 幸晴会

発行日 令和3年1月1日  
発行元 医療法人 幸晴会  
発行部数 2300部

# 日向ぼっこ通信 Vol.33

新年あけましておめでとうございます



看護小規模多機能ホーム中谷の利用者様作品

特集

## 新年のごあいさつ

### 第三回 中谷シルバー川柳 優秀作品発表

目次

新年のごあいさつ	P 1
第三回 中谷シルバー川柳優秀作品発表	P 2
飯地院長の一聞一湯	P 3
我らリハビリテーション部 EP24	P 4
INTERVIEW 人財インタビュー	P 5
入居者様の声	P 6

# 謹賀新年

新年明けましておめでとうございます。  
皆様におかれましては、ますますご清栄のことと心よりお慶び申し上げます。

また平素は、医療法人幸晴会中谷クリニックグループの医療・介護サービスをご利用頂きまして、誠にありがとうございます。

昨年は皆様もご存じの通り、新型コロナウイルスの流行に翻弄された一年となりました。その為に患者様や利用者様や入居者様、また家族様には大変なご苦労とご不便をお掛けしましたが、皆様の多大なご協力のお陰で、無事に新しい年を迎える事が出来ました。

まだまだ終息が見えない世の中ではありますが、私ども医療・介護現場では日々奮闘し、今年度も新型コロナウイルスの感染予防をはじめ、医療・介護サービスの向上に努めて参ります。

末筆となりますが、皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げ新年の挨拶と代えさせて頂きま



医療法人 幸晴会  
理事長 矢原 靖之

新年明けましておめでとうございます。  
皆さまには健やかに新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年は、新型コロナウイルスの地球規模の感染拡大により緊急事態宣言、東京オリンピックの開催延期など先行きの不透明な、従来の日常生活の貴重さを感じさせられる1年でありました。当院におきましてもこのような状況におきまして皆様に安心と安定した医療を継続して提供できますように職員の研修のみならず感染予防機器の整備、検査・診療体制の構築などに努めて参りました。未だ新型コロナウイルスの脅威は存在するものの、遠からずワクチン接種も開始されるものと期待されています。

職員一同、本年も引き続き新型コロナウイルス対策に万全を期しまして、患者様・地域の皆様よりのご信頼に応えたく努めて参る所存です。皆さまのご指導、ご鞭撻の程をよろしくお願い申し上げます。

本年が皆様にとりましてより良い年となりますことをお祈りしつつ、年初のご挨拶とさせていただきます。



医療法人 幸晴会 中谷クリニック  
院長 飯地 理

## 幸晴会グループをご利用の皆様へ

当法人では、新型コロナウイルス対策としてご来院またはご来所されるすべての方に右記の対応をお願いしております。

患者様や入居者様、利用者様を感染から守るために、ご理解とご協力をお願い致します。

医療法人 幸晴会  
理事長 矢原 靖之

## 体温測定

館内にお入りになる前に、すべての方に体温測定の実施をお願いしております。発熱を認めた場合は職員の指示に従ってください。

## 手指消毒

館内の入り口に、アルコール剤の手指消毒液を置いております。必ず手指消毒をしてください。

## 面会制限

面会は、お部屋にて少人数で原則10分以内としております。

## マスクの着用

来院、来所時にはご自分でご用意ください。お持ちでない方は職員にお申し出ください。





## お題

## 「高齢者や高齢社会またはコロナ禍の状況を交えた川柳」

中谷クリニックの各事業所で募集し、集まった作品から厳正に審査いたしました。  
 たくさんのご応募有難う御座いました。

### 優秀賞

こうれいしゃ  
 コロナのうずに  
 なやんでる

織田様 (デザイナー) 中谷

### 優秀賞

友集い  
 触発し合い  
 宝かな

三浦様 (こうせい苑) デイ

### 優秀賞

給付金  
 妻に秘密で  
 競馬する

通所施設職員 (ガチの匿名希望)

### 優秀賞

こうせい苑  
 此処が私の  
 よりどころ

高原様 (こうせい苑) デイ



### 最優秀賞

目がかすみ  
 耳も聞こえぬ  
 でも元気

柳本 貞子様 (ジ・アール旭ヶ丘)

### 優秀賞

マスク付け  
 やっぱりおいらは  
 男前

犬塚様 (通所リハビリ)

### 優秀賞

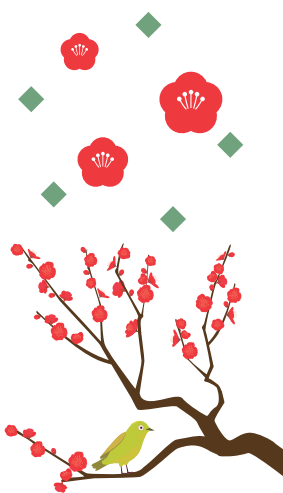
行きは杖  
 帰りは杖なし  
 杖はどこ

作業療法士のN材料長 (匿名希望)

### 優秀賞

百歳も  
 一歩二歩の  
 積み重ね

山崎様 (デザイナー) 中谷



最優秀賞受賞者を  
 表彰いたしました。

第三回、中谷シルバー川柳大会を開催し、見事、最優秀賞を受賞された柳本貞子様を表彰致しました。

第三回という事もあり、たくさんのお応募がありました。今回も複数の審査員で厳正な審査をいたしましたところ、柳本様の作品が最優秀賞に選ばれました。

柳本様のコメントとして、「この度は最優秀賞に選んで頂きありがとうございます。自分のあるがままの感情を川柳にして、それを評価頂いたことをうれしく思います。」と喜びの声を頂きました。

今後、本紙で作品募集など様々な企画を考えていきたいと思っておりますので楽しみにお待ちください。



最優秀賞受賞 柳本 貞子様  
 表彰式の写真



Vol.20「加湿器の使用、メンテナンスにも注意を」

新型コロナウイルス感染症の拡大が続いています。特にこの冬、気温の低下や湿度の低下など季節的な要因が感染の拡大に影響を及ぼすものと危惧されています。どうしても冬は換気が行いにくくなりますが、この点は引き続き換気の励行が求められます。一方、乾燥対策として加湿器を用いられている方も多いと思えます。新型コロナウイルスに限らず冬場の加湿器の使用はインフルエンザをはじめ多くの呼吸器感染症の予防に寄与することが知られています。しかし注意も必要です。レジオネラ菌という名前をお聞きになられたことがありませんか？環境中に広く生息するレジオネラ菌を水の微粒子(エアロゾル)と共に肺に取り込むことにより呼吸器感染症の原因となります。ヒトからヒトへの感染はありません。レジオネラは、土壌、河川などの自然環境に生息していますが、問題となるのは、人工的に造られた水環境で、循環式浴槽、冷却塔、噴水、加湿器などです。日本国内でこれまでに起きた集団感染事例では、主に公衆浴場や旅館などの浴槽水が原因でした。浴槽水以外では、加湿器を原因とするレジオネラ感染が起きています。2009年頃から

ら年々増加し、近年は10年前の2・5倍超、2000件以上の報告が国内でなされています。これからの季節、インフルエンザや風邪予防を期待して使われる加湿器。家庭内での使用でも、清潔に保たなければ、加湿器肺炎が起きてしまう可能性があります。この予防のためには以下の点に注意していただきたいと思っています。

①タンクの水は毎日新しい水道水に交換し、水のつき足しはしない。  
②汚れやぬめりが生じないように、タンク内をこまめに洗浄しましょう。  
③使用後はタンク内の水を抜き、よく乾燥させましょう。

実際、加湿器のタンクのメンテナンスは重要です。タンク内に真菌(カビ)が繁殖してこれを吸入することにより喘息に似た症状を起こしたケースを過去に診察したこともあります。この場合、入院後病状は安定されまし



イラスト：永井芳

たが、病室に自宅で使用していた加湿器を持ち込まれてから再び症状が出現し、加湿器のタンクを調べたところカビの一種が見つかりました。新型コロナウイルス感染予防にはマスク・手洗い・三密回避など様々な予防手段を複数組み合わせることでよりそのリスクを下げるのが現実的であり、この冬、加湿器の使用もその一助となるものと思われまます。正しいメンテナンスの上で利用していただきたいと思えます。



筋湯温泉 大分県

飯地院長の院外活動報告

新型コロナウイルスに関する知識の啓蒙を目的に開催された感染症セミナーの総合司会を担当させていただきました。疫学・公衆衛生、学術的な知見、ECMOを用いた救命医療など幅広いテーマで専門の先生方より解りやすく講演と解説をいただきました。



10月8日感染症セミナー会場にて



八尾感染症セミナー会場にて



# 我ら、リハビリテーション部!

## — Episode 24 — 運動メニュー～胸郭運動～

マスクをすることが多くなっていますがマスクをすることで息苦しいと感じられることもあるかと思います。今回は呼吸に必要な胸の運動を紹介します。

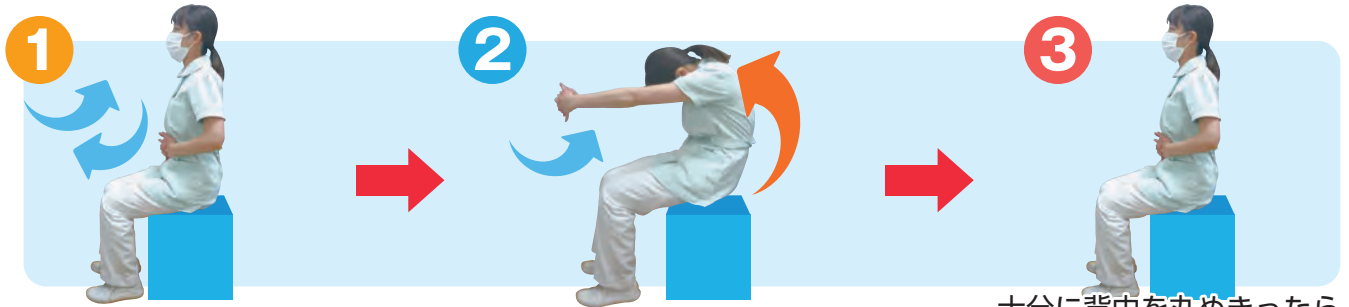
呼吸の動き  
身体の動き



1 首の後ろで腕を組みます。

2 息をゆっくりと吸いながら腕をあげます。

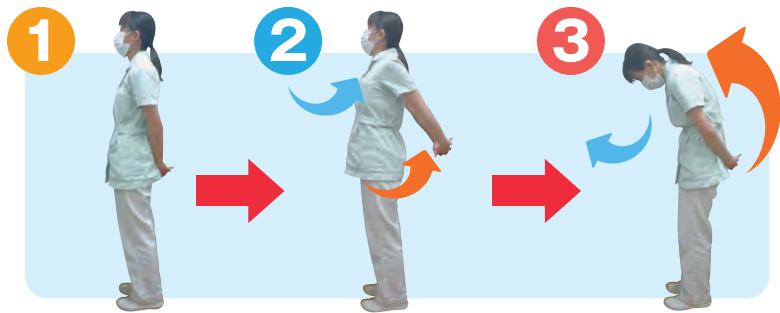
3 そのまま後ろに背中を反っていきます。



1 手を組みゆっくりと息を吸いゆっくりと吐き出します。

2 息を吐ききったら息を吸いながら、腕を伸ばして背中を丸めます。

3 十分に背中を丸めきったらゆっくりと息を吐きながら①に戻ります。



1 息をゆっくり吸いながら腕を後ろに引きます。 2 息を吐きだしながら体を丸めます。

痛みなどある場合は無理はしないでください。また、頑張りすぎると、力が入りすぎて肩や胸の筋肉が固くなってしまいますのでリラックスしながら行ってください。

check



### おまけ 運動習慣への入り口

今まで運動をあまりしなかった方も、新年を機会に運動をしてみませんか。まずはできる運動を定期的に続けていきましょう。



太もも上げ 左右10回



膝を伸ばして 左右10秒



膝を伸ばした状態からつま先上げ左右10回



利用者様の笑顔のために、  
全力を尽くす喜び



## Passion 仕事への情熱

### 介護は自分自身が成長できる仕事

入社当時、人見知りもあり人前で話すことが苦手で、レクリエーションの司会も緊張しました。しかし、利用者様から「楽しかったよ」と笑顔で言って頂いたのが本当に嬉しく自信を持つことが出来ました。今ではレクリエーションが大好きになり、利用者様の笑顔の為に全力を尽くすことが楽しく、又利用者様の笑顔が自身のエネルギーにもなっています。介護の世界はどうしても厳しい、ハードと思われませんが、楽しいこと、嬉しいこともたくさんあり、自身が成長できる場所でもあることを未経験の方、新入職員にも伝え、共に楽しく、明るく勤めていきたいと思えます。

## Challenge やりがい

### たくさんの「ありがとう」で溢れる場所

介護の仕事は厳しいこともあります。認知症の利用者様でも気持ちに寄り添うと「ありがとう」と言って頂けることもあります。また、多くの利用者様から毎日たくさんの「ありがとう」を言って頂けます。こんなにたくさんの「ありがとう」と言われることは今までなかったので介護職をしてよかったとやりがいを感じています。

これからも、笑顔で明るく、利用者様の気持ちに寄り添うことを大切にしていきたいです。

## Off Shot

### オフショット

### ジム通いで心身ともに リフレッシュ

休日はスポーツジムに通っています。仕事で力が必要なこともあるのですが、身体を鍛えることが好きで、自分の限界を超えることで気持ちもスッキリとリフレッシュ出来ます。他にも車も好きでドライブへ出掛け、各地の名物料理を食べ歩きしたりして休日を楽しんでいます。



デイサービスセンター中谷 主任

生活相談員兼介護職員(介護福祉士)

Murashita Syouta

村下 祥太

入社 平成26年9月



すぐそばにいる  
安心の住まいを提供

介護付き有料老人ホーム

ジ・アール(慈亜留)旭ヶ丘

24時間有資格者の介護スタッフが常駐。

夜間も安否確認のため定期的に居室巡回を行います。クリニックが母体の為、医療機関との連携も強力です。

## 新しい夫婦の形

### 「夫婦円満の秘訣」

夫婦円満の秘訣は、いっぱい話をしてお互い褒め合う事が大切だと思います。喧嘩をしても話し合いで解決し、その日のうちに仲直りをしています。お互いを大切に思う事により今も幸せな夫婦生活を送っています。また、ジ・アール旭ヶ丘に入居し、スタッフの方々に感謝しております。悩みがあれば、親身に話を聞いてくれますし、温かい言葉を掛けてくれます。何より、スタッフの皆様の笑顔がとても素敵です。私たちは、ジ・アール旭ヶ丘に入居する事が出来、本当に幸せだと思っています。これから夫婦仲良く過ごしていきたいと思っています。



## 自分らしく自由なライフスタイル

### 「マダム79歳」

私には、毎日楽しみにしている事が二つあります。ひとつは、毎日14時から始まるレクリエーションです。いつも楽しいゲームや歌、体操があり、お友達と和気あいあいと楽しんでおります。もうひとつは、食事です。味付けはもちろん、月一度の郷土料理も大変おいしく頂いております。空いている時間には、趣味の塗り絵やレース編みをして過ごしています。何か相談があれば、河野ホーム長が話を聞いて下さり安心して過ごすことが出来ています。建物も綺麗で掃除も隅から隅まで行き届いており快適に暮らしています。



## 介護付き有料老人ホーム ジ・アール(慈亜留)旭ヶ丘

施設概要

- 居室(完全個室 全49室)内2人部屋2室・冷暖房・トイレ・洗面台・ナースコール・クローゼット付き
- 共用設備 食堂(各フロア毎)・個浴室・特別機械浴室・多目的ホール・相談室

入居に関する  
お問い合わせは

〒581-0833 大阪府八尾市旭ヶ丘3丁目7-5

TEL 072-992-0515



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
- I** 中谷クリニックケアプランセンター
- B** こうせい苑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
- A** 訪問看護ステーション中谷
- I** 八尾市地域包括支援センター中谷

## 《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》
- F** ジ・アール(慈垂留)中田1号館
- D** ジ・アール(慈垂留)中田2号館
- H** ジ・アール(慈垂留)八尾木

## 《介護付有料老人ホーム》

- E** ジ・アール(慈垂留)北木の本
- J** ジ・アール(慈垂留)旭ヶ丘  
《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



八尾木北 3-123



北木の本 5-6-1



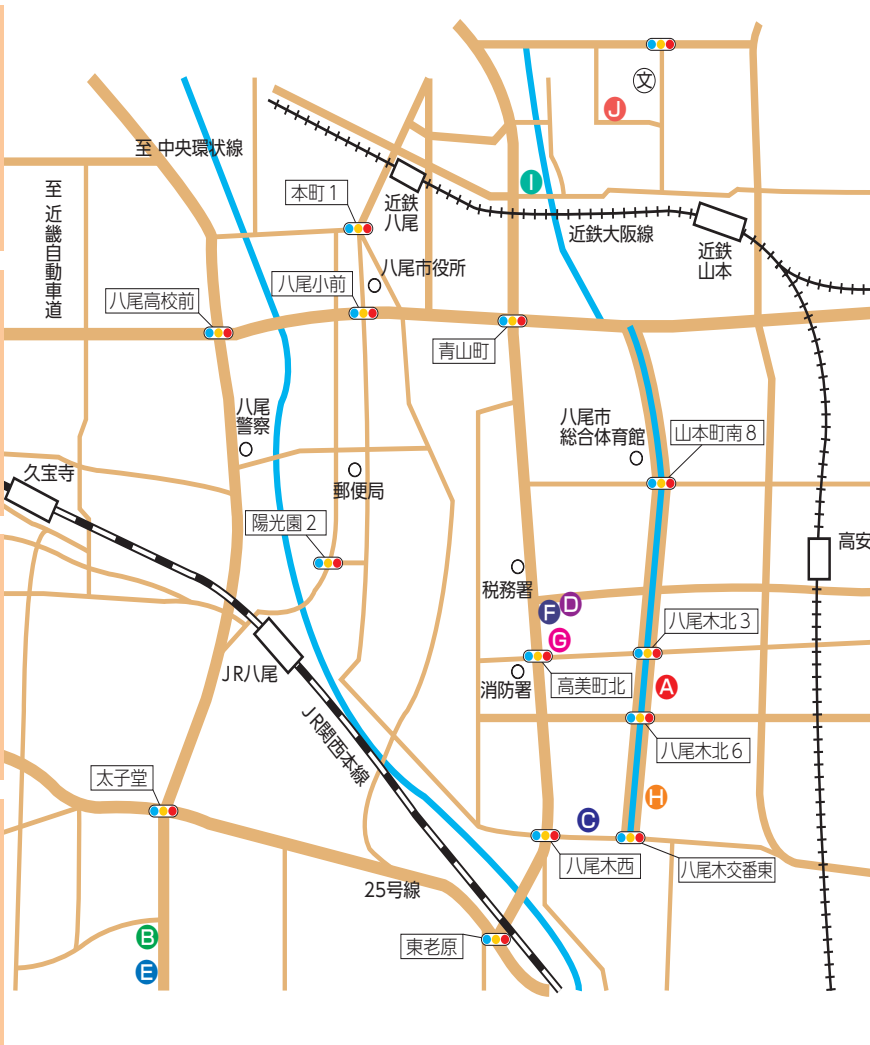
八尾木北 5-107-2



中田 3-44



北木の本 5-114



中田 3-47-1



中田 3-54-26



八尾木北 6-30



桜ヶ丘 2-121-6



旭ヶ丘 3-7-5

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