

とらいあんぐる

「とらいあんぐる」とは…

利用者様と家族様、地域の皆様、私たちみゆきの丘の“つながり”を表した言葉です。

〒999-3161
山形県上市市弁天2丁目2-11

☎023 (672) 8585

みゆきの丘

検索

施設長就任のごあいさつ

介護老人保健施設みゆきの丘 施設長 佐藤 伸 二

この度、仙道富士郎先生の後任として、みゆきの丘施設長を勤めることになりました。

新任にあたり、また新年度の当初にあたりご挨拶を申し上げます。

「みゆきの丘」は、1995年のデイケア施設の開所を皮切りに、介護老人保健施設の開設、訪問看護ステーションの開所などを進め、「地域のニーズに即した高齢者・各世代へのトータルケアサービス」「地域の医療・福祉施設との連携を図り、トータルサービスの提供」をモットーに、長年にわたって当地域の介護センターとしての役割をはたして参りました。

私自身はここ数年、内科医としてみゆき会病院の療養病棟やリハビリテーション病棟を担当すること、また両親の介護や地元の施設にお世話になることを通じて、介護の重要性を実感しています。

高齢の人々の立つ場は、演劇の大団前の前の一幕、野球で言えば8回表、人生を締めくくる大事な場面であり、幼年・青年・壮年と同様にあるいはそれ以上に大切な時間です。介護は、そこに寄り添って日々の生活を支える作業です。高齢者が住み慣れた土地で、自分らしく、気持ちよく人生の終盤に向かうことを皆で手伝ってゆく、介護とはそういうことだと思えます。本人にとって、また家族にとっても、頼りとなる掛替えのない仕事だと思えます。

「みゆきの丘」は、これからもそのような心構えで、職員一丸となって地域の皆様の介護やリハビリに勤めて参ります。私も、微力を尽くす所存です。

これから高齢化がさらに進んで行く社会情勢の中で、みゆきの丘の介護センターとしての役割は益々増してゆくと思われれます。

関係各位にはこれまで同様、ご指導ご鞭撻いただきますよう、どうぞよろしくお願い申し上げます。





みゆきの丘には、みゆきの丘通所リハビリテーション、通所リハビリテーションあかね、認知症対応型通所介護みゆきの園の3つの通所サービスがあります。

通所リハビリテーション（デイケア）とは、利用者様が事業所に通い、利用者様の状態に応じて、リハビリの専門スタッフによる個別もしくは集団での「機能の維持回復訓練」や「日常生活動作訓練」が受けられるサービスです。

認知症対応型通所介護とは認知症となった場合においても、利用者様が可能な限りご自宅で日常生活を営むことができるよう機能の維持や向上を目指し、必要なケアや機能訓練が受けられるサービスです。利用者様の社会的孤立感の解消やご家族の身体的、精神的負担の軽減を図る役割も担っています。

利用者様のお体の状況やご家族のニーズなどに合わせ、事業所を選択して頂き、ケアマネージャーさんの計画をもとに利用者様に合わせて送迎、入浴、食事、排泄、リハビリテーション、交流、レクリエーションなどを提供しています。

みゆきの丘 通所リハビリテーション 1日定員40名

日常生活に介助が必要な方を中心にご利用して頂いております。
リハビリスタッフが個別のメニューを作成し、専門的なリハビリや集団体操などを提供させていただきます。
少人数での外出レクリエーションや季節に合わせての調理レクリエーション、定期的な音楽教室を実施しております。
静養スペースにはベッドを準備しており、希望に合わせて休む時間をとることもできます。



通所リハビリテーション あかね 1日定員40名



日常生活が自立された方を中心に、利用者様同士の社会的な交流の場として楽しく過ごして頂いております。
要支援の方にはマシーンなどを使った予防リハビリ、要介護の方にはリハビリスタッフによる専門的なリハビリを提供させて頂いております。また、介護度を問わずマッサージを受けることができます。
得意なことに合わせて、趣味活動の提供や外出支援（外食・買い物）などを活発に実施しております。

認知症対応型通所介護 みゆきの園 1日定員12名

上市市在住で認知症の診断を受けている方がご利用頂けます。
定員が12名となっており少人数で利用者様や職員が馴染みの関係が築きやすく、ゆったりとした家庭的な雰囲気、安心して過ごして頂けます。
少人数の環境を活かし、一人ひとりに合わせたペースやメニューでケアや趣味活動を提供させていただきます。
家族の介護負担軽減としても大きな役割を担っています。



以上、3つの事業所がありますが協力し合い、切磋琢磨しながらもそれぞれの特色を出し、よりよい事業所を作っていけるよう努力しています。



医療福祉相談課の役割

相談課主任 青木 智史



みゆきの丘には、医療福祉相談課という相談援助の課があります。メンバーは支援相談員と施設ケアマネジャーで構成されており、様々な相談援助を行っています。

みゆきの丘は令和元年8月から強化型老健になり、在宅復帰・在宅支援の取り組みに力を入れています。住み慣れたご自宅や地域でいつまでも暮らしたいという思いは、当然だと思います。そんな皆様の思いを実現するためには、どうしたら良いか一緒に考えていきます。まずは、みゆきの丘医療福祉相談課にご相談ください!!

こんな時、ご相談ください!

- 介護が必要になったけれど、どうしたら良いのか分からない。
- 仕事が数ヶ月間多忙で帰宅が遅いので、1人にさせておくのは心配だ。
- 病院を退院することになったが、まだ自宅で生活することが不安。
- 自宅で生活（介護）できる環境や支援体制を整える準備をしたい。
- 娘が出産するので、1ヶ月ほど娘のそばで手伝ってやりたい。



相談風景

主な仕事内容

ご利用者やご家族の日常的な相談や援助
 入所・退所に関する業務
 関係機関との連絡や調整
 多職種との連携
 苦情などに関する業務



相談員スタッフ



みゆきヘルパーステーションの役割

所長 関 修



みゆきヘルパーステーションでは、介護を必要とされる方（介護認定を受けた方）のご自宅にホームヘルパーが訪問し生活のお手伝いをさせていただきます。訪問の種類は二つに分かれ、主な内容は以下の通りとなります。

- ① **身体介護**…食事、入浴、排泄、更衣、移乗、移動などの直接身体にふれて行う介助。
- ② **生活援助**…買い物、家事の援助、調理、掃除、洗濯、薬の受け取りなどの直接身体には触れずに行う支援。

住み慣れたご自宅で自分らしく安心安全に生活できるように、みゆきヘルパーステーションが全力で支援していきます。

何かご不明な点あればお気軽にご相談ください。



みゆきヘルパーステーション

連絡先

672-8585

担当 関



新入職員紹介



●2番街
齊藤美沙子
(さいとう みさこ)
出身地：山形市
趣味 お昼寝・カラオケ

コメント
先輩達からたくさん学びながら、明るく笑顔で頑張りたいと思います。よろしくお願ひいたします。

●2番街
塩野 梓
(しおの あすさ)
出身地：山形市
趣味 音楽鑑賞
ドライブ 旅行

コメント
1日でも早く仕事を覚え、精一杯頑張りますのでご指導よろしくお願ひします。

●2番街
豊岡 真紀
(とよおか まき)
出身地：宮城県
趣味 おいしい物を食べること

コメント
今までの経験を活かせるよう頑張ります。

●3番街
長澤 由賀
(ながさわ ゆか)
出身地：高島町
趣味 温泉

コメント
利用者の皆様に心地良く過ごして頂けるよう、精一杯頑張りたいと思っています。よろしくお願ひします。

●5番街
小関 琴音
(こせき ことね)
出身地：上山市
趣味 音楽鑑賞

コメント
笑顔で接することを忘れずに頑張ります。よろしくお願ひします。

●通所リハビリテーション あかね
山水まやか
(やまみず)
出身地：山形市
趣味 ドライブ、買い物

コメント
明るく笑顔で元気に頑張ります。

●通所リハビリテーション
長柄 悠里
(ながら ゆうり)
出身地：山形市
趣味 MAN WITH A MISSIONのライブDVDを観ること、犬と遊ぶこと

コメント
元気に一生懸命頑張ります。

●通所リハビリテーション
多田 江里
(ただ えり)
出身地：山形市
趣味 韓国ドラマ鑑賞

コメント
皆さんに笑顔になっていただけるようなケアワーカーになれるよう頑張ります。

●みゆきヘルパーステーション
伊東由貴子
(いとう ゆきこ)
出身地：上山市
趣味 犬の散歩

コメント
今までの経験を活かして、利用者様に喜んでもらえるよう頑張ります。

●業務課 技能職員
鏡 嘉幸
(かがみ よしゆき)
出身地：上山市
趣味 バス釣り

コメント
利用者様が安心する運転を目指し頑張ります。



免疫力を上げる食事のすすめ

～腸内環境を整えよう～

管理栄養士 渡邊 千晶



人の免疫力は、20代をピークとして年々低下すると言われていています。免疫力が低下すると風邪やインフルエンザなどの感染症にかかりやすくなり、花粉症をはじめとしたアレルギー症状の悪化する危険性も高まります。免疫力を上げて病気になりにくい体を作るには「腸内環境を良好に保つこと」が大事。なんと、人の免疫細胞の約7割が腸内に存在しているのです。そして、免疫細胞を元気にしてくれるのが腸内細菌です。良質な腸内細菌（善玉菌）を増やして元気いっぱい！免疫力を高めましょう。

腸内環境を整え免疫力アップ！食事のポイント

- ◎食物繊維を食べよう
水溶性食物繊維 善玉菌のエサとなり、腸内環境を改善する。有害物質を吸着して体外に排出する役割があります。(海藻類、きのこ、納豆、山芋、バナナ、大麦など)
不溶性食物繊維 便のもとや腸を刺激して便意につなげる役割があります。(玄米、豆類、野菜、芋類など) 両方をバランスよく含む食品(ごぼう、納豆)
- ◎発酵食品を食べよう
発酵食品の中には善玉菌である乳酸菌などのエサになるものが含まれています。また、植物性乳酸菌の多くは、生きて腸に届くといわれます。(ヨーグルト、納豆、キムチ、みそ、チーズ、ぬか漬、酢など)
- ◎脂肪やたんぱく質はバランスよく食べる
たんぱく質は人の皮膚や筋肉などを作る主成分であり、免疫抗体も生成します。毎日たんぱく質を摂ることは、筋肉量が維持され代謝が上がり免疫抗体が元気になります。ただ、食べ過ぎると腸内の悪玉菌の格好のエサとなってしまいますのでバランスよく食べることがおすすめです。(大豆製品、肉、魚、卵、乳製品など)

行事食 紹介



赤飯、鯉の甘露煮、茶碗蒸し



助六寿司、炊き合わせ、菜の花と桜えびの和え物



ちらし寿司、金目鯛の味噌漬、炊き合わせ