

こう じゅ 紅 寿 だより

第87号
(令和8年夏秋号)



西村山郡河北町大字溝延字本丸8-1
介護老人保健施設紅寿の里内
紅寿だより広報委員会発行
電話0237-73-5850
FAX0237-73-5860

救急蘇生・緊急時対応勉強会

令和8年5月29日に西村山広域行政事務組合消防署 河北分署の救急隊の方をお招きし救急蘇生・緊急時対応の勉強会を開催しました。

講義では、緊急時に必要となる初期対応や心肺蘇生法、AEDの使用方法、熱中症について学びました。実際にモデルの人形やAEDを使用しながら心肺蘇生法の手順・AEDの使用方法を説明して頂き、新入職者・中途採用者を中心に実技を行いました。参加者は、意識や呼吸の確認方法、胸骨圧迫の実施手順、AEDの操作方法などの助言・アドバイスを頂きながら真剣に取り組んでいました。参加した職員から、実際に指導してもらい分かりやすいという感想が多数あり、一人一人が緊急時対応について理解を深めることができました。

紅寿の里に置いてあるAEDを使用し、実際の使い方についても教えて頂き、より実践に即した勉強会となりました。救急蘇生では、「安全確認」「応援要請」「救急要請」「胸骨圧迫」「AEDの使用」といった一連の流れを迅速に行うことが重要です。心肺蘇生やAEDの知識はいざという時に大切な命を守る為に欠かせないものです。今回学習したことをいざという時にしっかりと行動に移せるよう、今後も意識を高めていきたいと思います。

また、熱中症の症状や対処方法についても、具体的に教えて頂きました。特に高齢者は体温調節機能が低下しているため、熱中症になりやすく、重症化しやすい特徴があり、介護施設での事故防止が急務となっています。熱中症はこれからの季節で特に気を付けていきたいものなので、職員への注意喚起にもなりました。

今回の講義を通して、一人ひとりが命を守るための行動について理解を深めることができました。「一人ひとりの迅速な行動が大切な命を守る」、今後も継続的な学習と訓練を行い緊急時に落ち着いて対応できる職員の育成に努めて参ります。

看護科 佐藤 久瑠美



三の丸

認知症専門棟として、専門的な知識や資格を持つスタッフが、ご利用者様お一人おひとりの思いや生活歴を大切にしながら、個別ケアを行っています。安心して過ごせる場所づくりを心掛け、日々の生活では塗り絵や脳トレ問題、新聞を読む時間など、それぞれのペースに合わせた活動を行っています。その他、季節行事やレクリエーション、音楽活動も取り入れながら楽しみの提供を行っています。

ご利用者様の心身の状態に応じたりハビリテーションや生活支援を行いながら、住み慣れた地域やご自宅での生活を見据え、多職種が連携しながら在宅支援に取り組んでいます。



今年度は口腔体操に力を入れています。お口の機能を維持・向上することで、食事を安全に楽しんでいただくことや、誤嚥予防、健康維持につながるよう、日々の生活の中で継続的に実施しています。



自分のお部屋や食堂にて一人の時間やご利用者様同士の時間とそれぞれ思いおもいの時間を過ごしています。施設でも毎日の日課の新聞や時代劇、ドラマ、歌謡曲の鑑賞などご利用者様の希望に合わせたサービスを提供しています。

二の丸

ご利用者様お一人おひとりが気持ちにハリを持ち、元気に生き生きと生活できる笑顔溢れるフロアです。

軽作業や生活リハビリを積極的に行い、住み慣れたご自宅へ安心して帰ることが出来るよう支援しています。

また、ご利用者様本位の明るく快適な生活提供と安全で適切な介護サービスを提供しています。

毎月開催する季節感のある行事や、楽しいレクリエーション、少人数での軽作業、個別の取り組みでもある脳トレプリントや大人の塗り絵等その方に合ったものを提供しています。

★毎週曜日ごとの主な活動★

- 月曜日 入浴
- 火曜日 レクリエーション(頭脳・運動)
- 水曜日 音楽クラブ(テレビを使用し、歌ったり踊ったり♪)
- 木曜日 入浴
- 金曜日 喫茶店(全4種類全て100円
月替わりのメニューもございます。)
- 土曜日・日曜日 映画鑑賞



～一日の過ごし方～

- 6:30 起床(更衣・洗面・朝食準備)
- 7:45 朝食(集団体操・口腔ケア)
*食堂にてご利用者様同士食事を摂ります。
- 9:00 健康チェック(体温・脈拍・血圧測定)
*入浴(月曜日・木曜日) 午前：機械浴槽
- 9:30 集団作業、個別活動の提供
- 10:00 水分補給
- 12:00 昼食(集団体操・口腔ケア)
- 13:00 *入浴(月曜日・木曜日) 午後：一般浴
- 14:00 (曜日ごとの活動)
- 15:00 おやつ・コーヒータイム
- 18:00 夕食(集団体操・口腔ケア)
- 19:00 就寝準備(更衣・洗面)
- 21:00 消灯

安心した自立支援と在宅復帰をお手伝いしています！

通所リハビリテーション紅寿の里・通所リハビリテーションまんてん

紅寿の里には、通所リハビリテーション紅寿の里と通所リハビリテーションまんてんの2つの事業所があります。通所のリハビリは、専門スタッフによる個別プログラムだけでなく個別のトレーニングや専門のリハビリ機器も充実しています。毎日の集団レクリエーションにも季節感を取り入れながら活気のある楽しみを提供しています。リハビリをして温泉で汗を流していただく、また来たいと思ってもらえるようなケアの提供を目指しています。

紅寿の里



可能な限り自宅で自立した日常生活を送ることができるよう、医療・リハビリ・介護とそれぞれの専門職が共同し、日常生活上の支援や生活機能向上のための機能訓練などを提供しています。

- 専門のスタッフによる状態に合わせたリハビリの提供をしています。
- レクリエーションなどさまざまな楽しみの提供をしています。
- 『紅寿の湯』の温泉入浴を楽しんでいただけます。

まんてん



介護予防サービスに重点を置き、個別に合った様々なトレーニングを取り入れ筋力維持・向上を楽しみながら行えるようにサービスを提供しています。楽しみあふれるレクリエーションや行事も魅力です。

- 利用者様一人ひとりに合ったリハビリで筋力の維持・向上に努めます。専門のリハビリ機器もあります。
- 季節に合わせた行事やレクリエーションの提供をしています。
- まんてんでも『紅寿の湯』の温泉を利用いただけます。

グループホーム こころ

グループホームこころは、紅寿の里の南側にある平屋の建物で外観は城下町のイメージです。溝延の地域が持つ「あたたかさ」の中で認知症の方々が少人数で生活をします。その中で力を寄せ合い、家族の関りや地域との交流を含めた日常生活の中で心と心のつながりを感じながら生活しています。その人らしく安心したなじみのある環境の中で心穏やかに笑顔で生活できるよう支援しています。ご本人の人生に寄り添い、それぞれのペース、それぞれの持っている力、それぞれのところを大切にします。

一年に1度かっこつけて写真を撮る日があります。最初は仕方なくといった感じですが、着替え、口紅を塗る、装飾品を選んでつける…少しずつ進むと気持ちにも変化が見られ、カメラの前に立つ頃にはとても艶やかな表情になり、カメラマンの希望に応じてポーズをしてくれるまでになります。もちろん、出来上がった写真は皆様とっても綺麗です。こころの玄関にスタッフが最も推す写真「The Selection Top18」を飾っています。不定期ですが更新もされますので、是非見に来て下さい。



毎年恒例の行事で、自分達で味噌を作っています。こころの一日は毎朝この味噌を使って作った味噌汁をいただくことから始まります。これがこころの原動力！
今年は七月に丹精込めて作ります。
冬には出来上がった自家製「こころのお味噌」で毎日の味噌汁はもちろん、豚汁や焼きおにぎりも作ってみんなで食べ、こころからあったまってホッとしたいです。

《足組み体操》

からだほくほく シルバーリハビリ体操

【目的・効果】

- ・股関節周りを柔らかくするストレッチです。
筋肉をほぐすことで、腰の負担軽減に繋がります。

【方法】

1. 椅子に腰を掛け、片足の足首を反対の膝に乗せる
2. 背筋を伸ばしたまま、ゆっくりと体を前に倒す
3. 呼吸を止めず、10秒姿勢をキープする。
左右2～3回ずつ行いましょう。



【ワンポイントアドバイス】

- ・足を上げることが大変な方は、片足の足首を反対の足の甲に乗せて行いましょう。

夏のおすすめメニュー ～簡単！フロースンアイス～

アイスクリームは夏場の暑い時期、高齢者の方にとって手軽にカロリーがとれるため、おすすめです。
おうちでもぜひ作ってみてはいかがでしょうか。

★材料★

- ・アイス
- ・ヨーグルト
- ・好きなフルーツ

アイスの種類を
変えても
美味しいです！

～作り方～

- ① アイスとヨーグルトを1：1の分量で混ぜます
- ② お好きなフルーツを食べやすい大きさに切り、
①と混ぜ製氷皿へ入れます。
- ③ 冷凍庫に凍るまで入れます
- ④ 製氷皿から取り出したら完成です



職員紹介

※アイコンについては
趣味を表しています

ケアサポート紅寿 介護支援専門員

丹野 香子

たんの きょうこ

利用者の皆様が住み慣れた場所で過ごせるよう、支援して参ります。どうぞよろしくお願いいたします。



リハビリテーション科 理学療法士

原田 琢馬

はらだ たくま

今年異動になり、入所を担当させて頂きます。在宅復帰へ向けた関わりや転倒予防を頑張っています。



紅寿の里「ホームページ」もご覧下さい。

ホームページ URL <https://www.miyuki.or.jp/kouju/>



介護老人保健施設

紅寿の里



QRコード