サンライズヒル 介護老人保健施設
笑顔と感動あふれるコミュニティ
サンライズヒル 64号
平成23年4月20日発行
発行者名　介護老人保健施設　サンライズヒル（熊本リハビリテーション病院併設）
〒869－1106　菊池郡菊陽町曲手760　TEL096－232－5656

Contents

●サンライズヒルニュース……P2・3
●各種報告……P4・5
●通所リハビリテーション通信…P6・7
●INFORMATION……P8

基本方針

●個人の意思と権利を尊重し、質の高い生活の場を提供します。
●家庭復帰をめざしたリハビリテーション医療と個別対応の栄養管理及び看護介護サービスを行います。
●実り豊かな人生のひとときを快適に過ごしていただく為の総合的なケアサービスの提供を行います。
●地域福祉の充実や在宅高齢者の生活支援を行います。

お知らせ・ご案内

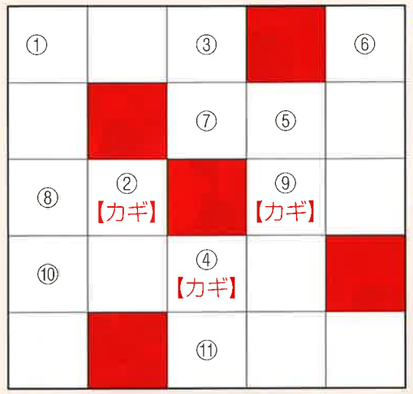
第8回 サンライズヒルクロスワードパズル

正解者の中から抽選で素敵なプレゼントを進呈させて頂きますので答えがお解かりになられた方は住所、お名前、答え、サンライズヒル広報誌に対するご意見を施設事務室までお知らせくださいませ。

■締め切り　5月31日（火曜日）

第7回サンライズヒルクロスワードパズルの当選者は抽選の結果、以下の方が当選なさいました。おめでとうございます。尚、賞品は4月中旬に発送させて頂きました。

■当選者　H.K様



【カギ】の３文字で言葉を作ろう！！

ヒント ⇒お花見といったら？

タテ
①救急車で○○に運ばれる。
②オランダを漢字１文字で？
③小高くなった場所。
④２つの場所の境界線。
⑤おなかが痛い。
⑥無駄話を別の良い方で？

ヨコ
①録画するのに必要です。
⑦涙、鼻水が止まりません。○○症。
⑧表の反対の意味は？
⑨田畑をこれで耕します。
⑩「プリントアウト」日本語で？
⑪「KY」→何が読めないでしょう？

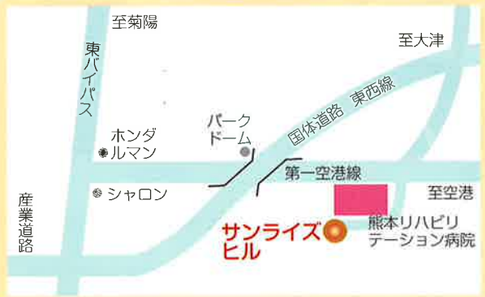
編・集・後・記

春の語源は、草木の芽が「はる」季節というところから「春」になったと言われているそうです。
私にとっては、一年の始まりなので胸を「はる」といったところでしょうか。今年も一年胸を張って前を向いて頑張りたいと思います。　（リハ科：村川）

こいのぼり募集

毎年５月の端午の節句にあわせてサンライズヒルではこいのぼりを飾っております。
自宅にご使用になっていないこいのぼり一式ございましたらお譲り頂けると幸いです。

お問い合わせ ご連絡電話番号 **096-232-5656** 介護老人保健施設 **サンライズヒル**
通所リハビリテーション、入所、カルチャー、ボランティア担当
支援相談員　山口 まで



社会医療法人社団熊本丸田会

MARUTA-KAI

・熊本整形外科病院
熊本リハビリテーション病院
介護老人保健施設サンライズヒル
訪問介護ステーションひまわり
指定居宅介護支援事業所サンライズヒル
菊池地域リハビテーション広域支援センター
通所リハビリテーション熊リハ病院

「個人情報保護について」サンライズヒルでは、ご利用者様・その他の関係者様に関しての個人情報に関連する法令の遵守に取り組んでいます。

ご挨拶

緑眩しい季節となりました。平素よりサンライズヒルをご支援賜り心よりお礼申し上げます。東日本大震災で被害を受けた地域の方々も春の到来にさぞほっとされていることと存じます。当施設のたくさんのゲストの方々からも義援金へのご協力をいただきありがとうございました。取りまとめて熊日を通して送らせていただきましたこと、紙面をお借りしてご報告いたします。

今年度のサンライズヒルのビジョンは"地域における介護・リハビリの大規模拠点"です。今年の秋には、おかげさまで20年の節目の年を迎えることが出来ます。これまで以上にお一人おひとりのニーズに応え、楽しく活き活きとお過ごしいただけるよう新しい取り組みを行ってまいります。

具体的には、入所におきましては、お一人おひとりのゲスト様に合わせたケアの実現を目指してグループングケアの取り組みを始めます。また、入所・通所ご利用ゲスト様を対象に秋口から訪問リハビリを開始する予定です。ご意見、ご要望、ご質問等ございましたらどしどしお寄せくださいませ。

今年度も職員一同力をあわせて精進してまいりますので、どうぞご指導、ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

（施設長：森岡　由紀）

オカリナ交流会

3月16日(水)にオカリナ交流会を開催致しました。

今回は「キアロ託麻」の皆様に来て頂き、オカリナ演奏を披露して頂きました。マイクを通さないオカリナの音はとても優しくホールに響き渡りました。ゲストの皆様も体を揺らしたり、目を閉じたり…思い思いの聴き方で聴いておられました。演奏の合間には、オカリナについてのクイズやゲスト全員での合唱もあり、皆さん楽しそうに参加をされていました。

オカリナの音色にゲスト・職員ともに癒される時間となりました。

（社会福祉室：石飛）

コラム

認知症とは？

脳や身体の疾患が原因で記憶力や判断力などに障害がおこり、生活に影響がでてしまうことをいいます。普段生活の中でも夕食で何を食べたか思い出せないといった「もの忘れ」はよくありますが、それは誰にでも起こりえます。しかし「認知症」は「病気」であり、夕食で何を食べたかではなく、夕食を食べたこと自体完全に忘れてしまいます。

しかし認知症のお年寄りも、その人なりに自分の感じとった世界で懸命に生きています。ただ、脳の障害によって、健康な人とは表現の仕方、行動の仕方にズレが生じているのにすぎないのです。もちろん長年生きてきた人間としての自信と誇りも持っていますし、我々よりも豊かな感情があるのだということを十分理解して接していきたいものです。

○接し方のポイント○

- **自尊心を傷つけない**(間違った行動をしても否定しない)
- **視野に入ってゆっくり、楽しく話す**(目を見て話す。言葉身のこなし誘導は意識的にゆっくりと)
- **感情に働きかける**(言葉だけでなくしぐさや、態度などで感情面に働きかける)
- **簡潔に伝える**(順をおって一つずつ伝える)
- **話を合わせる**(現実にありえない話でも否定しない)
- **昔話を聞く**(関心を持って聞かせてもらっているという姿勢を示す)
- **現実を強化する**(名前、日時、場所など基本的なことを知らせる)
- **基本は「自分がされて嫌な事はしない。言わない。」**

（看護介護部：平野）

サンライズヒル、熊本リハビリテーション病院前県道の清掃活動について

先日3月10日(木)のお昼12時よりサンライズヒルの各部署の職員が集まって施設前を通っている第一空港線沿いのゴミの回収活動をみんなで手分けをして行いました。

この活動はサンライズヒルで組織されているエコ・クリーン部会という委員会主催で毎年実施しております。車を運転しているとなかなか見えないゴミも、歩いていくとあちらこちらに、いろんなゴミが散乱しておりました。また山手側には奥の方まで風で飛ばされたゴミがかなり散乱しており、今回はその中まで入ってゴミ回収をしました。

一度ゴミが散乱しだすと、そこにはだんだんとゴミが集まってくるそうです。逆にいつも綺麗なところには、ゴミは集まらないそうです。回収したゴミは清掃職員の方で選別しました。ペットボトルのキャップは別に回収し、同委員会で行っているペットボトルキャップ回収活動にまわしました。ちなみにペットボトルキャップの回収活動の今年度は22.5kg（約9000個）の回収ができ、世界の恵まれない子供たちへのポリオワクチン5人分の提供ができました。

私たちが何気なく棄てているゴミも分別回収などでリサイクルや人の役に立つことを痛感しました。

（施設管理：川副）

新人職員紹介

名前
①誕生日
②趣味
③座右の銘

社会福祉室

藤本聖子
①昭和54年12月20日
②空をみること
③誠心誠意

看護介護部

音辻晃
①昭和45年1月22日
②子育て
③一日一善

看護介護部

福田陽子
①昭和47年7月31日
②ショッピング、読書
③初心忘るべからず

栄養科

上村ゆかり
①平成3年2月23日
②映画鑑賞
③勤倹力行

栄養科

古庄由佳
①昭和63年5月18日
②ショッピング
③一生懸命

通所リハ科

山本千文
①昭和40年2月6日
②野球観戦
③早寝早起き

リハ科

坂田翔吾
①平成1年2月12日
②スポーツ
③今日出来ることを明日に延ばすな

リハ科

山村綾
①昭和60年10月22日
②DVD観賞、ツーリング
③七転八起

家族会中止のお詫び

東日本大震災により3月26日(土)に予定していた家族会を開催することは難しいと判断し中止させていただきました。楽しみにされていたゲスト様・ご家族様には多大なるご迷惑をおかけした事を深くお詫び申し上げます。

（企画担当：村岡）

研修報告

全国訪問リハビリテーション研究会地域研修会（基礎コース）in佐賀

『いま、求められる訪問リハビリテーションとは』

3月12日㈯・13㈰の2日間、全国訪問リハビリテーション研究会地域研修会（基礎コース）in佐賀に参加いたしました。トータル2日間で3講演、シンポジウム、ワークショップと大変充実した内容でした。

３講義の共通内容は『ご利用者本意』、『地域に根ざした』、『サービス数と質』、『幅広い連携と技術移譲』、『リスク管理』の5点であったように思われます。

私は、今回の講義を聞く中で老人保健施設が持つ5つの役割、熊本丸田会の院是が訪問リハにも求められていると改めて考え感じる事が出来ました。また、講義の中で訪問リハは在宅復帰後、あるいは状態変化後にもっとも活用してもらいたいサービスである事を述べておられました。そして在宅での日常生活動作（ADL）や余暇活動の展開など幅広い分野で活用できるサービスであることも話しておられました。

今回の研修を活かし、ご利用者様のニーズに合ったより良い訪問リハビリが提供できるよう、リハビリスタッフ一同頑張って参ります。

（リハビリテーション科：廣岡）

委・員・会・ご・報・告

接 遇 委 員 会

サンライズヒルが開設して早や20年目になります。これまで、多数の方々にご利用頂きましてありがとうございます。

ところで、私たち職員一同は、開設から一貫してホスピタリティ（おもてなし）のケアを目指して参りましたが、その一つとして、ご利用者様をゲストとお呼びしてきました。その理由としてご利用者様をお客様としてケアをさせて頂く。すなわち『してあげるケア』ではなく『させて頂くケア』こそが満足を得る事が出来るケアと信じてきたからです。

開設当初、ご来設して頂いたご利用者様、ご家族様に「ホテルのようですね」と言って頂いたことは忘れる事ができません。

今後もよりよいケアを目指して職員一同前進しながらも、基本を守っていきたいと思っております。いつもご利用ありがとうございます。

（看護介護部：江藤）

菊陽町社会福祉協議会

菊陽町社会福祉協議会　甲田　峰子様

菊陽町社会福祉協議会（菊陽町社協）とは、今暮らしている住み慣れた地域で、いつまでも明るく元気に暮らせるように、みなさんと一緒に考え行動し、福祉のまちづくりを推進している組織です。活動内容は幅広く、その中のひとつに、医療・保健・福祉の関係機関との協力・連携があります。

サンライズヒルさんとも色々な協力を行い、主なものとして、ワークキャンプと２級ホームヘルパー養成講座があります。

ワークキャンプとは、菊陽町内の福祉施設に菊陽町の小中学生が宿泊して、施設利用者と交流する体験学習です。平成22年度は、8月5日～6日に菊陽中部小学校と武蔵ヶ丘小学校の児童、8月19日～20日には菊陽中学校・武蔵ヶ丘中学校の生徒を受け入れていただきました。

また、菊陽町社協で開講している2級ホームヘルパー養成講座受講生の実習受け入れも、毎年心よく受け入れていただいています。

この他、夏にはサンライズヒル夏祭りにご招待いただき、職員も毎年楽しみにしております。

このようなつながりは福祉のまちづくりを進めていくにはとても重要なものです。今後もサンライズヒルさんと協力・連携し、そこで生まれた「みんなのわ」を福祉のまちづくりに活かしていきたいと思います。

まごころレシピ

食事は生きる意欲や心の平安と豊かさをもたらしてくれます。今年度よりご利用者様の思い出のお料理コーナーを開設致しました。

今回は宮崎梨枝子様のレシピをご紹介します。ご紹介するレシピをご家庭の一品に加えて頂けたら幸いです。また、皆様からの一品料理のご投稿もお待ちしております。　（栄養科：永戸）

山菜おこわ

<材料>5合分

もち米……5合
山菜水煮……200g（1袋）
竹輪……1本
出し汁＋水……2合半

【具の調味料】
砂糖……大さじ1杯
濃口醤油……大さじ3杯
味醂……小さじ1杯（好みで）

作り方

<作り方>
①山菜水煮はザルに上げて水を切っておく。
②竹輪は半月に切る
③山菜と竹輪を出し汁と具の調味料で甘辛く炊く。煮含まったらザルに移し煮汁と具に分けておく
④もち米は材料の仕度と同時に洗ってザルに上げておく
⑤③の煮汁に水を足し、もち米を入れて火にかけ、もち米に煮汁がなくなるまで吸わせる。
⑥煮汁を十分に吸ったもち米を入れ具を乗せ又もち米と交合に入れ蒸気のあがった蒸し器で芯がなくなる迄蒸して出来上がり。
※蒸す時間は20分程度

<宮崎梨枝子様よりひと言>

この料理のコツはもち米に煮汁を十分に吸わせて蒸す事です。

私は具を沢山たいて冷凍しています。急なお客様が有ってもレンジで解凍すると直ぐにおこわが出来ます。皆様面倒でしょう？とおっしゃいますがもち米さえあれば簡単ですよ。私はお料理する事が好きです。女学校の時割烹の時間が有って料理を習ったのですが、何分にも物が無かった時代ですので色々工夫しました。今は山菜も水煮が有りますが、昔は山菜取りに行き作りましたよ。又、戦時中、託児所に労働奉仕に行ってました。当時おやつに、小麦粉とふすま（小麦の糠）を入れ味噌味のクッキーを作ってしてました。子供達が喜んで食べてくれたのが嬉しかったです。

通所リハビリテーション通信

皆様、こんにちは。春の日差しが心地よい毎日でございますがいかがお過ごしでしょうか。通所リハビリテーションでは、快適な環境の中でのリハビリ・各種レクリエーションの他に交流会やアクティビティ活動・調理会など色々なプログラムを準備しております。今後も楽しいプログラムを盛り込んでいきたいと思いますので、やってみたいことなどがございましたら、通所スタッフまでお申し付け下さい。

バレンタインデー・ホワイトデー

今年も通所では、２月にバレンタインチョコ作り、３月にはホワイトデークッキー作りを行いました。受け取った皆様はそれぞれ自宅に持ち帰った後、御家族にお渡ししたのか、はたまた御自分の胃の中に入れてしまったのか、定かではありませんが…御家庭での話題に上がっていればと願います！　（通所：岩崎）

節分豆まき

2月3日㈭節分の日に豆まきを行いました。「節分」は本来、季節の移り変わる時の意味で、立春・立夏・立秋・立冬の前日を指しています。特に立春が１年の初めということから「節分」といえば春の節分を指すものとなりました。立春を新年と考えれば、節分は大晦日にあたり、前年の邪気を祓うという意味を込めて「豆まき」を行うことになった様です…と難しい事を言っている間に通所に鬼が来襲。ゲストと職員で力を合わせて豆を撒き、鬼は去っていきました。昨年の邪気を祓った皆様、今年も健康なお姿で通所をご利用くださいませ！

（通所：小林）

地域交流会のご案内

H22年度10月13日㈬、既に62号広報誌でご報告しました「菊陽町ふれあいサロン」「川久保地区老人会」の方々に続いて、2月7日㈪に「南八久保地区わかば会」の方々に地域交流会を活用して頂きました。フロアに町民の皆様の声と笑顔と活気がこだまして、たくさんのパワーを頂きました。**今年度も引き続き地域交流会を開催**して参りますので、皆様のご参加をお待ちしております。

内容：ご希望に沿って、ご相談の上で実施しています。
例）☆施設概要説明
☆施設見学
☆認知症予防プログラム体験
☆飲み込み・誤嚥について
☆転倒防止健康体操
☆レクリエーション体験等など

お問い合わせ先
介護老人保健施設サンライズヒル担当　福田・井芹
TEL／096-232-5656　FAX／096-232-5655

満足度調査（レクリェーション・カルチャー編）

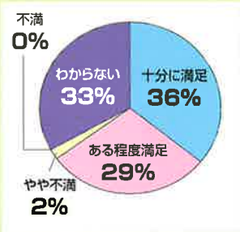
平成22年12月に実施いたしました通所リハビリテーション満足度調査の報告をさせて頂きます。今回は、レクリェーション・カルチャーに関連する項目について報告いたします。

私共、通所リハビリテーションではレクリェーションの充実に力を入れており、皆様よりご意見を頂き、より楽しみと活力のあるリハビリ環境を作ろうと実施させて頂きました。集計結果につきましては以下のとおりです。

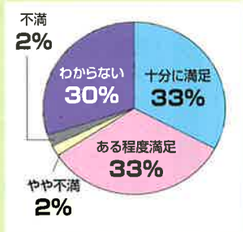
レクリェーションやカルチャーに関しては6割以上の方が「満足・ある程度満足」という嬉しい結果でしたが、「不満」との回答もごくわずかながらいらっしゃいました。不満0%を目指し今後も頑張ってまいります。また、回答で多かったのが「わからない」など、ご存知ない方が3割程度いらっしゃいました。ご存知ない方へはお知らせが足りなかったと反省をしております。

カルチャー予定は毎月の通所月間予定表にも記載しておりますので、参考にしていただければ幸いです。

どれも楽しいカルチャーやレクリェーションです。是非ご自分の趣味にあったレクリェーションやカルチャー教室を発見し、充実した一日を過ごしていただきたいと思います。（お問い合わせは通所職員まで！！）



Q.レクリェーションに満足していますか？



Q. カルチャーに満足していますか？

フェイシャルエステ

手芸

習字

陶芸

園芸教室

調理教室

寺子屋（認知症予防）

もの作り教室

大正琴

絵手紙

通所リハビリテーションでは、楽しめるレクリェーションを日々探求し、徐々に充実してきているところです。サンライズヒルで過ごす時間が退屈と感じないよう工夫を重ねていきたいと思います。

サンライズヒル通所リハビリテーションをご存知ない方には見学なども承っております。是非お越しいただき、見学したり一緒に楽しんでみてはいかがでしょうか…。いつでもお待ちしております。　（通所リハ科長：福田）