介護老人保健施設

サンライズヒル 88号

笑顔と感動あふれるコミュニティ

平成30年7月3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
●通所リハビリテーション通信 ……P4・5
●INFORMATION …… P6

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。

MARUTA-KAI　URL:http://www.marutakai.or.jp

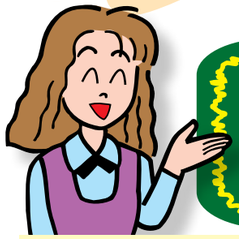
ゲスト紹介

津留 文雄様

今回は、4月に入所された津留 文雄様をご紹介させて頂きたいと思います。津留様は、大正14年1月14日生まれの93歳でいらっしゃいます。とても笑顔の素敵な方で、いつも新聞を読んだり、職員と話をしたりして過ごしておられます。新聞を読むときは真剣そのもので、端から端まで新聞に穴が開くのではないか、と思うくらい読まれています。

昔は乗馬をされていたとの事で姿勢もシャンとされています。お酒がお好きだったとの事で「ビールはアサヒが上手い、日本酒はれいざんを飲みよった」と笑顔でお話しされていました。字もお上手で、私も見習いたいものです。これからも笑顔の素敵な津留様を職員一同、サポートさせていただきたいと思います。

（看護介護部：渡邉）



お知らせ・ご案内

編・集・後・記

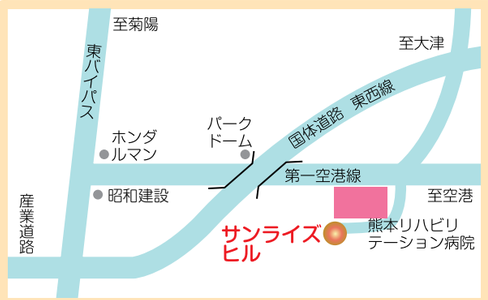
新年度が始まって3ヶ月が経とうとしています。新入職員の皆様は仕事に慣れてきた頃ではないでしょうか。今年度もサンライズヒルにも新入職員が加入して施設内に新しい風が吹いているように思います。皆様のご期待に沿えるサンライズヒルを作り上げていきますので、今年度も皆様よろしくお願いします。

（リハビリテーション科：坂田）

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
担当　相談員　髙尾 まで

入所、カルチャー、ボランティア
担当　支援相談員　岩崎 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
南郷谷整形外科医院
介護老人保健施設サンライズヒル
訪問看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

介護老人保健施設　サンライズヒル
施設長　熊本　俊秀

紫陽花の花が咲く季節になりました。

この四月に施設長として赴任しました熊本と申します。出身は福岡です。長い間神経内科医として大学病院に勤務し、介護の世界で働くのは初めてですが、これまで携わってきた高齢者の神経障害や神経難病の医療・ケアの経験を活かして、入所者、通所者の皆様の健康管理や生活機能や活動の維持向上に努めて参ります。

歳をとると誰もが物忘れをし、足腰が弱くなっていきます。なかには脳卒中、認知症や骨折、さらに心臓、腎臓、糖尿病などの内臓疾患の併存などで心身の活動が低下し、生活機能が障害されることも少なくありません。最近では、その状態を〝フレイル〟と呼びますが、その直接の原因は脳・神経や筋肉の障害によるものです。フレイルは「適切な介入支援により、生活機能の維持向上が可能な状態像」とされていますので、看護・介護・リハビリの各スタッフともども、リハビリを中心とした様々なサービスを提供し、入所者様、通所者様、そしてご家族の皆様と一丸となってその克服に向けて頑張っていきたいと思います。

「小さきは小さきままに　折れたるは折れたるままにコスモスの花咲く」（しいのみ学園　昇地三郎）。生きている限りはいつでも花は咲くと思います。

●療養環境改善について

日頃より施設運営につきましては多大なるご理解とご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

サンライズヒルは平成3年に開設し今年で27年になります。

施設は老朽化が進み、建物内部の改装は計画的に進めておりますが、外部の環境整備が進まず、施設外観は隠れるほど樹木が生い茂り、療養室からの眺望も悪く室内も暗くなっていました。

その為、本年4月に施設周りの樹木の伐採の手続きを進め実施した結果、療養室や浴室からの眺めもよくなり、施設内の雰囲気も見違えるほど明るく開放的な環境を取り戻しました。

施設利用をご希望の方は、是非一度お越し頂き療養室や浴室からの眺望をご覧いただきたいと思っております。（事務長：西村　誠人）

チョコバナナ作り

2月14日(水)がバレンタインデーということで、2月21日(水)にご利用者と一緒にチョコバナナ作りを行いました。

ご利用者に多量のバナナの皮剥きと、包丁を使える方には、バナナを四等分に切ってもらい、職員はその間に大量の板チョコを包丁で細かく刻んでいき、ボールに入れて湯煎を行いました。バナナの皮を剥く人、バナナを切る人、ご利用者の方たちはそれぞれ楽しみながら作業されていました。バナナを切った後は、バナナに割り箸を刺して、湯煎したチョコレートを付けていきます。今回チョコレートの湯煎が失敗してしまい、全部のバナナにチョコレートを付けることが出来ませんでした。様々な形になりましたが、手作り感がでていて、良かったと思います。来年はチョコレートの湯煎を失敗せず、美味しいチョコバナナが作れるように準備したいです。

（看護介護部：福田）

カラオケ大会

3月に入所、通所対抗でのカラオケ大会が予定されていましたが、感染性胃腸炎の流行で中止になっていました。その為カラオケを通して楽しく過ごしてもらい気分転換を図ってもらうよう4月29日（日）に1階と2階の対抗戦での入所カラオケ大会を行いました。今回は合わせて5名のご利用者に歌っていただきました。自信満々に熱唱される方、精一杯声を出し歌われる方、少し恥ずかしそうに歌われる方など様々でしたがご利用者、職員共に楽しく実施できたと思います。入所では毎週日曜日にカラオケを行っているので今後も1階、2階のご利用者の交流も含めてカラオケ大会を行うことができればいいなと思います。

（看護介護部：藤木）

まごころレシピ

ワンボウルで楽々! バナナケーキ

バターを使わずサラダ油で作るバナナケーキです。

全ての材料をひとつのボウルで混ぜるだけなので洗い物も少なく簡単に出来ます。

＜材料＞6個分

バナナ…… 100g	砂糖……65g
薄力粉…… 100g	卵…… 2個
ベーキングパウダー …… 小さじ1	塩…… ひとつまみ
サラダ油……30g	

作り方

①バナナの皮を剥いてボウルに出し、フォークやマッシャーなどで粗めに潰す。
②サラダ油、砂糖、塩を加え、泡立て器でよく混ぜる。
③卵を加えて混ぜる。
④ゴムベラに持ち替えて、薄力粉とベーキングパウダーをふるいにかけながら加え、さっくりと切るように混ぜる。
⑤カップに入れ、180℃に予熱したオーブンで20分焼く。竹串を刺してみて生地が付かなければ完成。

（文責：島野）

チャレンジ企画『津森神宮・初詣』

昨年よりチャレンジ企画（外出企画）を再開しました。タイトルを『踏み出そう！ 目指すところはその先へ』と題し、現地でなにか一つ課題をクリアすることで、目標を持ち外出に参加して頂けるよう企画、案内を2ヶ月に一回行ってきました。初回で企画し好評だった初詣に、今回は益城町の益城・西原線沿いにある『津森神宮』に「絵馬を書きに行こう」と目標をたて43名の方が参加されました。寒い日が続き、雪などで延期となったりもしましたが、神主さんに焚き火とお祓いをしていただきました。参拝では『一年無事に過ごせました』とご報告し、絵馬には今年一年の健康等を祈願されていました。現地では『寒い寒い』と言われていましたが、施設に戻ると『行って良かった』とのお声を頂きました。

今回でチャレンジ企画が終了しますが、この企画を通じて初めての体験やご家族の方と一緒に外出するきっかけを作ることができたのではないかと思っております。

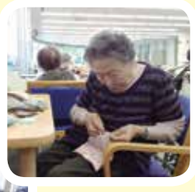
年間を通し多くの方に参加して頂き、ありがとうございました。

（通所リハビリテーション：堀部）

『自主活動』

通所では、今年度から余暇活動の充実を図るため自主活動を始めました。自ら選んで、自分のしたい活動をするという事が自主活動です。初めは自分から動くという事が難しかった皆さんですが、少しずつやりたい事を見つけられたようです。裁縫をする人、きめこみをする人、ぬり絵をする人、国語や算数の問題を解かれる人など、さまざまです。精神統一が図れる写経も人気です。この間は、きめこみをする方から、「あ痛たた～。手が攣った～。」という声が聞かれました。皆さん、集中力が凄い！自分の好きな時間に好きな事が出来る様に、これから環境を整えていきたいと思います。沢山の仲間を増やしていただけたら嬉しく思います。是非、ご参加下さい。

（通所リハビリテーション：山本）



新人職員紹介

名前
①誕生日
②趣味
③座右の銘

看護介護部
中嶋　浩二
①1976年2月17日
②釣り
③人生一度きり

看護介護部
前田　芳宏
①1988年12月４日
②釣り
③継続は力なり

看護介護部
島田　耕輔
①1987年2月６日
②音楽鑑賞
③一期一会

看護介護部
山崎　壮（そう）
①1975年８月30日
②音楽
③無知の知

看護介護部
高橋　昭文
①1966年11月27日
②魚釣り、食べ歩き、パチンコ
③いつも心に太陽を!!

看護介護部
菊川　由加理
①1979年10月19日
②旅行・コンサートに行くこと
③女は愛嬌

通所リハ科
髙木　星良
①1991年11月19日
②読書・音楽鑑賞
③笑う門には福来る

通所リハビリテーション通信

節分・豆まき

今年も通所リハでは、３月３日（土）（節分の日）に豆まきを行いました。去年は全身真っ青な姿のちょっと？太めの鬼がやってきましたが、今年は去年より大きくなった真っ赤な鬼がやって来ました。各テーブルを回ってくる鬼に向かって、ご利用者皆さんで豆を投げて何とか追い払おうとしましたが、今年の真っ赤な鬼はなかなか手強く投げつけた豆をバットで打ち返してきました。負けじと今度は職員も加わりみんなで赤鬼目がけて精一杯豆を投げつけたら赤鬼は尻尾を巻いて逃げていってしまいました。こうして今年も無事に一年の無病息災を願い豆まきを終えることができました。来年はどんな鬼がやってくるのでしょうか？乞うご期待☆

（通所リハビリテーション：草場）

「ご近所クラブ」

3月24日（土）の午後から、ご近所クラブの方々が3ヶ月ぶりに来訪されました。

全員の歌に始まり、スコップ三味線、途中では“大きな声でみんな笑おう”とリーダーの方が前に立ち“わっはっは”と言った後に続き、ご利用者も“わっはっは”と大きな声で笑い、お腹の中から声を出し発散していました。最後の締めには、ご近所クラブの方全員で、ひょっとこのお面をかぶり、ご利用者の間を回り、ひょっとこの色々な顔を見て全員が笑いに溢れていました。

（通所リハビリテーション：山本）