

コミ白 通信

令和1年12月

第182号

発行：広報委員会

年末のご挨拶

～絆・つながり～

居宅介護支援事業所 所長 北川 千夏子

きたがわ ちかこ



皆様、今年も慌ただしく時が過ぎようとしております。

元号が5月から令和にかわり新しい時代がやってきました。ただ、災害も多く、台風や豪雨によりたくさんの方が甚大な被害に遭われました。ボランティアの力や支援を引き続き受け早い復興を願っております。

他にはラグビーワールドカップが開催され「ONE TEAM」の言葉も今年の流行語大賞に選ばれました。一人ひとりの積み重ねた努力、チームの絆や他のチームとのつながりが良い結果をもたらした大成功をおさめたと思います。

今年も皆様と少しでもつながることができる事業やサービスを展開してきましたが、今後も皆様の力になれるように人とのつながりを大事にし、地域づくりをしていきたいと思えます。来年もよろしくお願いいたします。

～時の流れに身をまかせ～

ショートステイセンター 所長 石黒 真樹

いしぐろ まさき



ご利用者・ご家族・ケアマネジャー等のサービス関係者の皆様には、いつも大変お世話になり感謝申し上げます。

今年も早いものであと数える程しかありません。年号も【平成】から【令和】に変わりましたが、【令和】の違和感もすっかり無くなってしまいました。年々、時が過ぎるのが早くなっていくと残念に感じていましたが、最近はやっと『何事もなく安心出来ていたのであつという間に過ぎたんだな』と思えるようになりました。

これからも皆さまには「安心して楽しめてあつという間に過ごせた」と思って頂ける在宅サービスを提供したいと思っておりますので今後とも宜しく願い申し上げます。



開所30周年

社会福祉法人 溪仁会
コミュニティホーム白石
〒003-0024
札幌市白石区本郷通 3 丁目南 1 番 35 号
☎ 011-864-5321

訪問リハビリテーションのご紹介

担当：支援相談課

訪問リハビリテーション（以下、訪問リハビリ）とは、医師の指示に基づき専門のリハビリスタッフがご自宅を訪問し、リハビリを受けられるサービスです。

ご自宅での移動方法に不安があったり、食事がうまく飲み込めなかったりなど、心身機能の維持回復に向けてリハビリを行います。また、入院による体力低下によりご自宅での生活に慣れるまでの支援やご家族への介助方法の指導など、生活を安定させるために必要な支援も行っております。

リハビリの実施時間は、20分～60分で、利用者の身体の状態、体力に合わせ、しっかりとした目標を設定し、ともに取り組みます。

サービス提供地域は、白石区、豊平区、厚別区（一部）となっておりますが、他地域のご相談も承ります。



相談窓口

支援相談課

あらい ゆうこ
荒井 優子



ホームページにも色々な情報・お知らせなど掲載しております。ご覧下さい！！

ホームページ：

コミュニティホーム白石

検索



メールアドレス： komisiro@keijinkai.or.jp

編集後記：

冬道ウォーキング。夏よりも気持ちよく、はまっています。(M・T)

冬道は路面が滑りやすいため、転倒の危険性が高く大きなけがに繋がります。そこで今回のリハビリお役立ち情報は、冬道の安全な歩き方についてお伝えします。

①歩くときに気をつけるポイント

歩幅は小さく、小股でそろそろと歩きます。かかとから地面に足をつくると、滑った時に後ろに転びやすくなります。そのため、なるべく足は大きく上げずに足全体で地面につけるといいでしょう。

バス停や地下鉄の出入り口、車の出入りが多い歩道（特に白線部分）などはツルツル路面になっていることが多いので、特に気をつけたいところです。

また、屋内でも店の出入り口やタイル張りになっているところも滑りやすいため、注意が必要です。

②便利グッズの紹介

普段使っている杖につけられる滑り止め（アイスピック）があり、屋外でも使用できます。また、靴裏につけられる滑り止めも販売されています。



▲アイスピック
▼滑り止め



職員紹介リレー

介護予防センター白石中央 山本 良子

やまもと りょうこ

はじめまして。コミュニティホーム白石に異動になって、もうすぐ3年が経ち、や〜っとコミ白にも慣れてきました。

私は、目的地を決めないドライブが好きです。縁があればその日の宿がみつかり、みつからなければ車中泊です。温泉は1日2ヶ所以上は巡ります。たまたま見つけた、蘭越にある季節限定の温泉は、外観と内観はボロボロですが、源泉が下からそのまま湧いてくるため鮮度の高い炭酸泉を楽しめ大当たりでした。温泉マニアが集まる？面白い温泉なので興味がある方はお試してみてください。

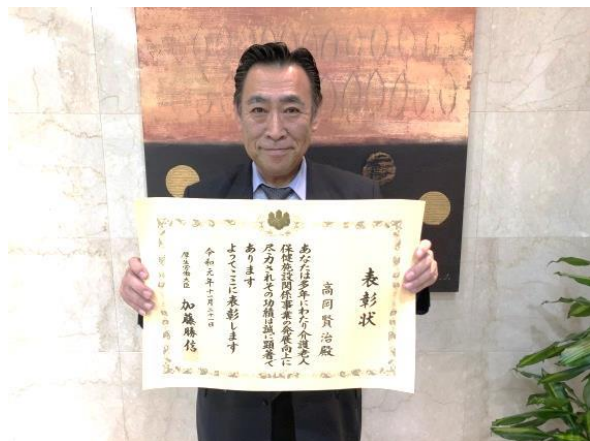


第30回全国介護老人保健施設記念大会・別府大分参加レポート

令和元年11月20日(水)～22日(金)

い ず の ゆうすけ
担当:施設ケア部 副主任 伊豆野 祐介

施設管理課の高岡課長と、施設ケア部の望月介護リーダーと私、伊豆野で「第30回全国介護老人保健施設記念大会・別府大分」に参加してきました。



大会では厚生労働大臣より
長年の功績が称えられ
高岡課長が表彰されました！

私ども介護員チームも日頃の業務で研究した、在宅復帰と人材育成について発表して参りました。

全国的に介護を担う働き手が減少する中で、今いる職員がより働きやすく継続的に介護の仕事を出来る方法を考え実行している施設が多くありました。

また、福祉用具の活用やリフト等の機械の導入、省力化の為にICT（パソコン・スマホ等を活用した情報通信技術）を活用して、職員の負担軽減や業務効率化を行い、よりいっそう「ケア」に専念できる環境づくりも大切であると思いました。

当施設でも、スライディングボード等の福祉用具の活用やiPadでの記録業務等、既に取り組みが始まっています。



▲発表する望月介護リーダー



▲発表する伊豆野



もちろん、名物の関サバ・関アジ等々、おいしい物も頂きました…。北海道と九州の気温差と長時間移動の疲れに負けず、収穫の多い3日間でした。