



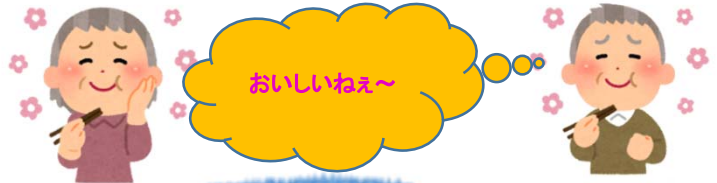
# みぬま ☆ 広場

2023年8月号 No.183  
発行: 医療生協さいたま  
介護老人保健施設みぬま  
<https://rouken-minuma.jp>  
〒333-0831 川口市木曾呂1347  
TEL.048-294-9222

## 2階本館（51床）のご紹介

2階本館では、利用者様の要望や願いに寄り添いながら多職種と協力して行事等を計画しています  
「施設に入っているとなかなか好きな物が食べれないね～」と食に対する要望が多く聞かれたのでお好きなフルーツやクリームをたっぷり乗せたプリンをご提供しました。  
また、各地の温泉の素を使い「足湯」などでお楽しみ頂きました。今後も満足して頂けるような取り組みを実施していきたいと考えております。

2階介護副主任 石川 潤



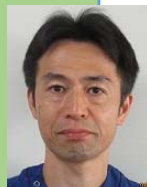
## 作業療法士ってどんなお仕事？

リハビリテーションの職種の1つで、作業療法士、略語でOT(Occupational Therapist)と言います。  
私たち老健で行われるOTは、病気やケガ、加齢等によって起きた状態の変化や環境の変化にたいして、その人にあった運動や道具を活用して、訓練を提供していきます。



とくに、老健みぬまは、在宅復帰、在宅支援を目的とした施設のため、自宅での生活を見据え、移動の方法、トイレ動作や自宅環境設定を行います。また、料理を行うための手指の訓練や、買い物へ行くための屋外歩行の訓練といった実際の生活に繋がるような訓練を提供することもあります。  
ご家族が安心して、自信をもって過ごせるようにサポートしていきますので、今後とも宜しくお祈り致します。

リハビリテーション部門主任 河野裕敏



## ボランティア 花かごの会について

2000年の老健みぬま開設以来、ボランティア花かごの会を発足し、現在まで自分たち自身も楽しみながら活動してきました。  
2020年のコロナ感染症の発生で、3年間はお休みとなり、会員数も20人前後と減ってしまいました。  
ボランティア室に来るとみんなとおしゃべりをして自分たちの憩いの場として元気をもらい、活動のエネルギーの素になっています。  
こんな花かごの会です、どうぞ一緒に参加してみませんか。お待ちしております。

花かごの会 会長 鈴木智子





## 認知症サポーター養成講座を開催しました。

7/21(金)みぬまの職員を対象に講座を開催し、20名の参加でした「認知症とは何か?」「私たちが出来るケアとは何か?」について講義を行いました。参加者からは、「認知症の人の心理的な部分を理解できた。」などの意見がありました。認知症については学ぶことは多く、ケアの実践を重ね、みぬまの認知症ケアの質向上に努めていきます。

介護長 山田茂



## 原水禁大会事前学習会報告

8月の原水禁世界大会に向けて、秋葉原にある東京大空襲の戦災資料センターにフィールドワークとして行きました。展示品の見学と、戦時下の生活の様子や実際に空襲を体験された方のお話を映像資料で視聴しました。

太平洋戦争末期の1945年3月10日、アメリカ軍の無差別爆撃により東京の街は一瞬にして焼け野原になりました。この時、約10万人の犠牲者が生じたと言われており、その多くは女性、子ども、高齢者などの民間人でした。

現在、戦争を体験された世代は日本の人口の約1割にも満たないそうです。当時の悲惨な実体験を学ぶ機会が徐々に失われていることを実感しました。ですが、私たちが暮らす日本で実際に起こった数々の戦争とその時代を生き抜いた人々の思いは決して風化させてはならないと強く思います。私たち若い世代が自ら学び、戦争を二度と繰り返さないために平和への思いを代弁し、発信していきたいと思ひます。

世界では、未だに戦争や紛争がおきている地域が存在し、常にいのちの危機と隣り合わせで生活している人々がいます。平和への思いを掲げ、原水禁ではさらに学びながら、みぬまでの今後の活動につなげていきたいと思ひます。

相談員 大澤絢乃



## 介護安全委員会のご紹介

安心  
安全

身体拘束廃止・介護安全という役割を持った委員会です。今年度の委員会のメンバーは看護師・各フロアの介護士・調理師・作業療法士で構成されています。

主な活動は、みぬま内でのヒヤリハットや事故の分析と対策、身体拘束ゼロ継続の取り組み、職員にむけた学習会を開催しています。引き続き事故の予防強化の取り組み、利用者のみなさんや職員の安全を守っていきたくて思ひます。

委員長 リハビリOT 柳浦弘枝



## 生協10の基本ケアシリーズ 第2章: 床に足をつけて座る

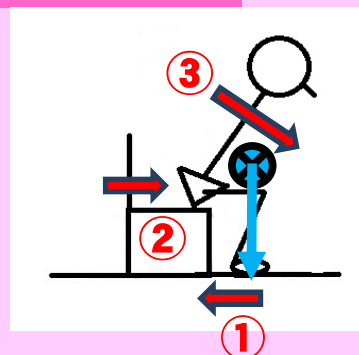
なぜ、床に足をつけて座ることを勧めているのかと言いますと、  
①足裏に圧力がかかる生活をする事で、脳が目覚めた状態になる  
②しっかりと目覚めることで食事・排泄ができるようになる  
③下半身の衰えは重度介護(寝たきり)に繋がる  
となっています。

とくに、寝たままの生活を送ることは、排泄はオムツ、食事はベッドの上、入浴は機械浴となり、これまで過ごしてきた生活とは、全然かけ離れたものになってしまいます。

そうならないためにも、日中は、しっかり起きて、椅子で過ごす生活を送りましょう。

また、下半身の力をつけることも重要です。立ち上がりによる下肢筋力強化と、立ち上がり方法のポイントを載せますので、参考にしてみてください。

リハビリ部門主任 河野裕敏



### 立ち上がりのポイント

- ①足を手前に引く
- ②お尻を座面の前方に移動する
- ③前かがみ姿勢をとる