

院長の自由帳

菅田 宗樹

寒さ厳しい日が続きますが、あつといつ間に2月です。
3回目の新型コロナワクチン接種も本格化してきます。コロナ感染症の拡大状況次第では様々な対策強化に取り組まなければなりません。これは、皆様の協力あってこそ、安心安全に実施できますので宜しくお願いします。

私の記憶では日本にコロナ感染症が入り始めたのは2年前のこの時期だったと思います。

この2年間様々に影響を受け、社会・学校・人々の交流など全てが自粛や中止となりました。専門家はこの状況が落ち着くには数年はかかると言われていましたが、現実となっている状況です。残念ながら対策が十分できておらず、目の前の課題に対処するしかない状況は変わりません。

何事もそうですが現在、未来を想定しながら会社や団体、政治は動かなければなりません。良い意見を出し合いながら良いものは取り入れ、計画実施していくことが大切だと思います。

ただその反面、批判ばかりする方も少なくなく、言ったもの勝ちのような状況をよく目にします。

会社や団体、政治においてもしっかりとした理論や理念、データに基づく根拠を把握し計画を打ち出すわけで、反対されたからとすぐに変更しては、何を礎に計画実施したのか疑問を感じてしまいます。

こうして私も批判をし、意見を出さなければ同罪ですが当法人内では考え方から説明し、理解いただき実行しております。

立場上、歯向かえないこともあるかもしれませんが、他団体や政治のやり方についても意見はちゃんと持っているつもりです、そうした局面では意見してきております。

今年も始まり、批判するだけではなく、良くなるために皆で考え、実行できる社会・地域になっていければと思います。

昨年は私の人生の中で最も試練の年だったと感じ、気持ちを前向きにしていくことが難しい状況でした。

誰にでもあることだろうと思いますが、心身ともに健康であることが最も大事なことだろうと思います。

コロナに負けず、メリハリ付けて、出来ることからコツコツ取り組み、良い1年にしていきたいと思います。

樹楽ニモース

山下 哲正

一文啓上

今年はずいぶん寒いですが、皆さまお変わりなくお過ごしでしょうか？寒いし、「コロナも怖いしと家の中で寝てばかりではいけません。7年前の正月番組で、「3日間寝正月をした場合、筋力は30%減少する」と言っていました。

近年では宇宙旅行も実現する時代になりましたが、重力のない宇宙空間に約2週間滞在すると、動いていても23%筋力が低下すること。そのため宇宙飛行士は1日3〜4時間の筋力トレーニングをしているそうです。

昔話の「浦島太郎」は重力の少ない水中で過ごし、地上に戻ると急激にお爺さんになったというお話ですが、科学的にも正しいと言えます。寒さに負けず、コロナにも負けず、できるだけ体を動かすよう心掛けていきましょう。

院長の一言と名【迷】言



「心技体」スポーツだけでなく仕事・生活も同様

小学生などに話をするとき、お手伝いや習い事、スポーツなど全てにおいて通ずることだと伝えていきます。心を育み、技を磨き、体を鍛える。その上で気付き、検討し、実行する。これら3要素は人生の全てにおいて必要なことだと思います。

医療法人社団たつき会 菅田 宗樹

院内 得 情報

まだまだ寒さが厳しい季節ですが、このような時期に気を付けたいのが**ヒートショック**です。ヒートショックは急激な環境温度の変化で、血圧が上下に大きく変動することをきっかけに起こります。このヒートショックは、特に**冬季の入浴時に起こりやすい**ことが知られています。この浴室でのヒートショックを予防するためには、**湯船の温度をぬるめにした**り、**長湯を避ける**などの方法があります。ご自身に合った方法で、まだまだ寒さの厳しい2月を元気に乗り切りましょう！



★楽しい嬉しいクリスマス会

大阪花月から「今いくえ・くるえ」のお二人をお招きし、漫才と歌を披露！！それに負けまいと、他のスタッフもピアノ演奏・クリスマス体操・お嫁サンバに合わせダンシングなど奮闘し、今年も盛大に開催することができました。

デイサービスセンター つばき

情報



『きよしこの夜』の合唱がおごそかにデイルームに響きわたりました。今年利用者とスタッフ全員参加の演奏を目指して1ヶ月前から練習に励みました。当日は息もピッタリ合い!?感動のジングルベルの演奏ができました。(お腹の出た)サンタさんから利用者さんへ手作りのプレゼントを頂き、プチケーキでクリスマス気分を味わいました。



12/23(木)

【クリスマス会】



12/4(日)、12/14(火)

【クッキング】

今回のクッキングはホットケーキを作りました。生地を混ぜる事から始め、ホットプレートに流し焼きました。最初は上手に焼かず少し焦げることもありましたが、回数をこなす事で良い焼き色に仕上がりました。出来上がった後は温かいうちに食べていただき、みなさん「美味しいわ〜!!」と大変喜ばれていました。

デイサービスセンター すみれ

12/25(土) **クリスマス会**

グループホーム あかね

令和3年最後の行事のクリスマス会を行いました。クリスマスソングを唄い、輪投げやプレゼント運びに大盛り上がり!!あかねサンタからのプレゼントを大変喜ばれており、最後にみんなでクリスマスケーキを美味しく頂きました。

12/24(金) **クリスマス会**

介護付き有料老人ホーム つつじ

今日はクリスマス会。皆さんホールに集まって、「ハンドベルの生演奏」「箱の中身はなんたるな?ゲーム」を行いました。ゲームでは大いに盛り上がり、みんな真剣に取り組んで箱の中身のりんごやフォーク、人形などを当てました。参加した皆さんにはサンタクロスさんから全員に高級チョコレートのプレゼント♡手に取った皆さんは「正月に食べよう」「食べたら長生きできるね」と、とても喜んでおられました。その後は、巨大デコレーションケーキのお披露目!代表の利用者さんにケーキ入刀をしてもらい、皆さんで美食。美味しいケーキとプレゼントで、会話も盛り上がり、楽しい時間を過ごされました。

ケアマネ通信 さつきの部屋

いきなりですが、「一月往ぬる二月逃げる三月去る」ということわざをご存知でしょうか?正月から三月まで行事が多く、あっという間に過ぎてしまうことを表現した、ことわざです。このことわざを聞いて、私の持論ですが、12月・1月・2月のこの3ヶ月を私は「魔の3ヶ月」と勝手に呼んでいます。

理由は、勤務日が少ないということです。12月と1月に関しては年末年始(だいたい12月29日~1月3日あたり)が営業休み、2月は暦上28日(うるう年は29日)しかありません。あと通常の土日祝の休みを入れれば、勤務日は実質20日弱しかありません。休みが多いことは一見、良さそうに思えますが、ケアマネの業務の中で、要介護認定の方は最低毎月の自宅訪問、要支援認定の方は最低3ヶ月に1回の自宅

訪問が義務となっています。これを怠れば、減算(お金を返す)となります。今月は業務が忙しいからとか、勤務日が少ないからとか、元氣そうだから自宅訪問は来月でも良いですね?という訳にはいきません。

さらに、12月~2月にかけては、ケアマネの資格を更新するのに大切な研修会があるので、それに参加される方にとっては、さらに勤務日が少なくなり、終日自宅訪問で業務が終了し、書類作成が行えない事態が増えます。ケアマネ業務に就かれている方なら、今回の話は「あるある」ではないでしょうか?

「魔の3ヶ月」を脱出するまで、あと1ヶ月。何事も無く過ごせることを祈りながら、今日も自宅訪問に行って来ます!

居宅介護支援事業所 さつき
電話0823-36-6661(直通)
担当:中川、渡邊、竹内、笠崎

2月の行事予定	あかね	すみれ	つつじ	つばき
	2日(水) 節分	3日(木) 節分 14日(月)・22日(火) クッキング 8日(火)・16日(水)・24日(木) カラオケ教室	未定	22日(火) みんなで歌って元氣になりましょう 未定 お楽しみ弁当の日

2月以降の予定については、新型コロナウイルス感染症の状況により変更することがあります。

医療法人社団 たつき会 菅田医院 〒737-2607 広島県呉市川尻町東一丁目21-1
TEL(0823)87-2529 FAX(0823)87-5993

デイサービスセンターつばき
〒737-2607 広島県呉市川尻町東一丁目21-10
TEL(0823)87-0108
FAX(0823)87-0160

ケアビレッジたつき
介護付き有料老人ホームつつじ グループホームあかね
デイサービスセンターすみれ 居宅介護支援事業所さつき
〒737-2518 広島県呉市安浦町内海北六丁目3-20
TEL(0823)70-6678 FAX(0823)70-6077

樹楽しらさぎ診療所
〒731-5136 広島県広島市佐伯区楽々園2-1-34しらさぎビル1F
TEL(082)921-6000
FAX(082)921-6002

医療法人社団 たつき会 菅田医院 E-mail:info@tatukikai.jp ホームページ▶http://tatukikai.jp

職員募集 空気の澄んだ川尻・安浦と一緒に働きませんか? TEL87-2529までご連絡お待ちしております