

連載企画

フォーカス
市民病院

介護老人保健施設「そうさぬくもりの郷」
充実した在宅生活の維持を目指して

介護スタッフだけでなく、医師や看護師とも連携し、さまざまなサービスを提供する介護老人保健施設「そうさぬくもりの郷」。連載企画の最終回は、ぬくもりの郷の取り組みを紹介しします。

そうさぬくもりの郷は、要介護状態や要支援状態にある利用者とその家族が、安心して自立した生活を続けられるよう支援する施設です。

医療、看護、介護、リハビリテーション（リハビリ）から栄養管理まで、さまざまな専門職が連携し、施設入所の他、在宅生活を支援する短期入所療養介

護（ショートステイ）や通所リハビリ（デイケア）の事業を行っています。

施設入所

▽医療・介護サービスを提供

施設入所の目的は、要介護の人が在宅生活に戻れるようにリハビリを行うことと、在宅生活が困難な場合、特別養護老人ホームなどへ入所するまでの間に必要なケアを提供することです。食事や入浴、排せつの介助などの介護サービスはもちろん、常勤の管理医師と看護師が、胃ろう（胃に管を通し、直接栄養を投与する方法）の管理やインスリン注射、床ずれ処置などの医療を提供しています。

また、在宅復帰を目指し、理学療法士と作業療法士の専門職が計画的なリハビリを提供しています。機能訓練のため器具を用いたりハビリの他、絵を見ながら発声する口腔体操やカラオケ、棒体操など、さまざまなレクリエーションを通し、楽しみながらできる生活リハビリを行っています。

さらに、利用者の自宅環境を確認し、その人に合わせた在宅復帰へのリハビリを行い、自立生活を支援しています。

▽「食べる喜び」をサポート

高齢者になると「飲み込みができない」「むせる」といった嚥下障害を抱える人が多くなります。こうした場合、言語聴覚士の指導の下、嚥下機能の評価をしながら、その人に合った食事の姿勢や介助方法を工夫するなど、口から栄養を取ることができるよう支援しています。

栄養管理の面でも、管理栄養士が塩分制限の治療食や嚥下能力に応じた介護食にするなど、入所者の状況に合わせた食事を提供しています。食事は楽しみの一つでもあるため、七夕や正月などその時期にちなんだ料理や、旅行気分を味わえるような郷土料理も提供しています。

ショートステイ

ショートステイは、在宅療養をしながら、家族の介護負担軽減などのため、月に数日間入所し、自宅と施設を行き来するサ

デイケア

デイケアは、自宅からぬくもりの郷に通い、リハビリや入浴などのサービスを受けるもので、要介護と要支援の人が利用できます。計画的な個別リハビリや集団リハビリを行うことで、生活機能の改善度が高いと言われています。

リハビリの他に、文字の並べ替えや百人一首、川柳などの「脳トレーニング」、ゴール目掛けてボールを蹴る「運動トレーニング」なども行います。

利用者が今できることを確認し、その人にとって最良の生活を見定め、本人と家族、医師やケアマネジャーなどを交え、多職種で連携し支援しています。

《問い合わせ》

- ・そうさぬくもりの郷
- ・市民病院
- ☎ 79・1766
- ☎ 72・15255



① 医師や理学療法士、介護スタッフを交えたりハビリ会議
② 言語聴覚士と看護師による咽喉マイクを利用した嚥下機能評価
③ 利用者総出で盛り上がる「納涼祭」



積極的に受診を

各種がんの集団検診を実施

各種がんの集団検診を実施します。がんの早期発見には検診の定期的な受診が必要です。積極的に受けるようにしましょう。事前登録がある人には、問診票を送付しましたので、検診日時、会場を確認して、受診してください。

胃がん・肺がん・前立腺がん・肝炎ウイルス

◆野栄総合支所会場
実施日：9月6日(金)・8日(日)

がん検診に登録しよう

検診を受けるには、事前申し込み(登録)が必要です。健康管理課(保健センター内)窓口または市ホームページなどから申し込みてください。
また、申し込みをしたものの検診が受けられなかった人や過去3年間検診を受けていない人は再度申し込みが必要です。



▲「がん検診申し込みフォーム」へのリンク

◆保健センター会場

実施日：9月25日(水)・27日(金)

※胃がん検診受診者のうち希望者は、胃がんリスク検査(血液検査)を自己負担金3200円で受けられます。

大腸がん

◆保健センター会場

実施日：10月7日(月)・9日(水)・10日(木)

乳がん

◆野栄総合支所会場

実施日：10月2日(水)・3日(木)・6日(日)

◆保健センター会場

実施日：10月11日(金)・19日(土)・21日(月)・25日(金)・27日(日)・28日(月)

※乳がん検診の新規希望者は9月11日(水)までに左記まで申し込みしてください。

◆子宮がん個別検診

今年度の受診期間は、9月30日(月)までです。早めの受診をしましょう。

申問健康管理課 73・1200

国保特定健診と後期高齢者健診

受診期間は9月末まで

今年度の国保特定健診と後期高齢者健診の受診期間は、9月30日(月)までです。健診は無料で受診できます。



健診を受けることで、自身の健康状態や、生活習慣病の発症リスクを知ることができ、ぜひこの機会に、健康管理にお役立てください。

集団健診

9月10日(火)・11日(水)に保健センターで受診してください。受付時間は両日9時～11時と13時～15時です。

個別健診

9月30日(月)までに各協力医療機関で受診してください。※健診内容や個別健診の協力医療機関は、対象者に事前送付した通知で確認してください。

申問健康管理課 73・1200、受診資格については市民課国保年金班 ☎73・0086

給食センターからこんにちは

ヘルシーな学校給食をご家庭で再現してみませんか



menu No.75 トックスープ

韓国のお餅「トック」を使った中華スープを紹介します。トックのつるつるとした食感が楽しめます。

問 学校給食センター ☎70-2210

● 作り方

【ごしらえ】ニンジン、タケノコ水煮はいちょう切り、干しシイタケは水で戻してから千切り、玉ネギはスライス、チンゲンサイは2cm幅に切っておく。

- ①鍋に水を入れて火にかける。ニンジン、タケノコ、シイタケ、玉ネギ、コーンを順に入れ加熱する。
- ②材料に火が通ったら、Aで味を整える。
- ③トックを加えて、柔らかくなったら、最後にチンゲンサイとごま油を加える。

ポイント!

トックを加えたら、スープがにごらないように静かに加熱しましょう。



● 栄養価(1人分)

エネルギー81kcal たんぱく質2.1g
脂質0.5g カルシウム21mg 食塩相当量1.1g

● 給食献立(7月2日・小学校)

トックスープ、ごはん、豚肉の四川焼き、チャプチェ、かみかみ煮干し、牛乳

材料(4人分)

ニンジン	50g
タケノコ水煮	40g
干しシイタケ	3g
玉ネギ	80g
コーン	30g
トック	100g
チンゲンサイ	40g
A	
中華だし	小さじ1
塩	小さじ1/4
黒こしょう	少々
しょうゆ	小さじ1/2
ごま油	適量
水	600ml