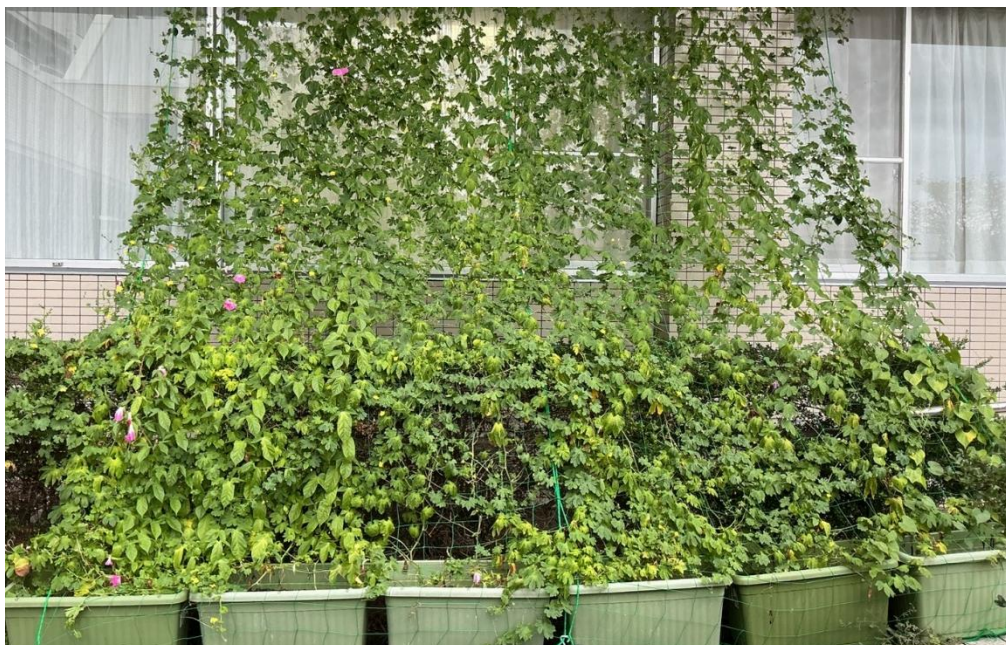


かわら版

ハイツの森

令和8年9月号

vol. 412



施設長だより

【お知らせ】今年度モデル事業所に選定されたーテクノロジーで変える、私たちの新しい介護のかたちー

当施設は、介護棟（2階25床・3階29床／定員54名）にて「特定施設入居者生活介護」を提供しています。現在、私たちは大きな課題に直面しています。

①2フロア体制による夜勤職員の精神的な孤立感

②一律の定期巡回、そして突発的なナースコール対応に追われ、本来2時間あるべき夜間の仮眠・休憩が細切れになり、慢性的な疲労が蓄積し、その結果、夜勤職員の離職率が21%と高水準になっており、早急な職場環境の改善が求められています。

③入居者様の平均要介護度は3で、日夜を問わず自立移動を試みる方が多くいらっしゃいます。しかし現状は、起き上がりや離床の「予兆」を捉える手段がなく、ベッドからの転落・転倒リスクに対して常に「起きてからの駆けつけ」とならざるを得ません。その結果、最も身体的負荷が高い

「中腰での無理な支え込み」が多発し、職員の深刻な腰痛問題を引き起こしています。

こうした課題を根本から改善するため、この度「ふくい介護テクノロジー・業務改善支援センター」生産性向上および経営改善等に関する伴走支援モデル事業所に応募し、今年度のモデル事業所に選定されましたことをご報告いたします。

今回導入するのは、「見守りカメラ」「ナースコールシステム」「bags（アームス）」「見守りベッドセンサー」の4システムです。これらを一体運用する「予測型夜間オペレーション」へと転換を図ります。

安心の連携体制：センサーが検知した予兆をスマートフォンでいち早く受信し、訪室前にカメラのシルエット映像等で状況を事前確認できます。これにより、他フロアの応援要請もしやすくなり、フロア間の孤立感を解消します。

ゆとりある安全なケア：入居者様が実際に離床される手前の段階で数分間の「時間的猶予」が生まれ、突発的な介助を大幅に削減できます。また、訪室時に必要な福祉用具をあらかじめ準備するなど、安全な介助の基本動作が徹底できます。

私たちは、単なる人手不足の穴埋めとして機器を導入するわけではありません。「テクノロジーによる業務効率化」によって生み出された余力を、「人間ならではの温かいケア(付加価値への再投資)」と「職員への利益還元」に繋げ、持続可能な介護モデルの構築を目指します。業務の効率化で生まれた時間を、「フレイル予防体操」や「個別対話時間の増大」へと再投資し、入居者様の健康寿命をのばす「科学的介護」をさらに進化させてまいります。

事務所だより

9月の行事予定

- ・健康囲碁教室(9日)
- ・敬老会(23日)
- ・移動スーパー(7日、21日)
- ・パン販売会(9日)
- ・リハビリ体操(日程未定)

行事報告

《介護棟・縁日会》 8月19日(水)

介護棟の入居者方を対象に、職員手作りの縁日会を開きました。やはり、勝負事はみんな真剣に取り組んでくれて大変盛り上がりました。秋に向けて秋祭りや運動会など、楽しい企画を考えていこうと思います。 **お楽しみに☆**



《おんがく倶楽部&かき氷会》

8月13日(木)

今月の「おんがく倶楽部」は、暑いのでかき氷を食べてからの開催にしました。いかがだったでしょうか？暑い日がつづきますが、リクエストがあれば、もう一回ぐらいかき氷会を開催したいなと思っています。

おんがく倶楽部の方は、夏にちなんだ曲を何曲か歌いました。実習生の日本語勉強の合間にふるさとの曲の歌詞の意味を勉強したらしく、皆さまと一緒に歌いました。

9月のおんがく倶楽部はありませんが敬老会にて音楽バンドが来るので、一緒に楽しい時間を過ごし、歌いましょう♪



《エンディングノート説明会》

8月27日(木)

福井県で推奨されている「つぐみ」を利用し、エンディングノート説明会を開催し8名の方に参加いただきました。「書くのが難しい」との声もあり、記入例を用いて分かりやすく説明させていただきました。

今後はおひとりおひとりが意識を持ち、「一人一冊」の準備につながる事を期待しています。



寄贈

正面玄関前に飾ってあります「ひまわり」のクライクラフトの花をいただきました。巧妙な作品でケアハイツ芦原の玄関を華やかに彩っていただいております。少し前には紫陽花の花もいただいて、カウンターには、「シヤクナゲ」もあり、楽しませてもらっております。

寄贈いただき、ありがとうございました。



フレイル予防だより

転倒予防について

安全に安心して過ごすために

介護施設での生活では、居室から食堂・トイレへの移動など、日常のさまざまな場面で歩く機会があります。転倒は、打撲や骨折などのけがにつながるだけでなく、その後の生活や身体機能にも影響することがあります。「いつも大丈夫だから」と思わず、日頃から転倒予防を意識することが大切です。

転倒を防ぐためのポイント

① 移動するときは、焦らずゆっくり

急いで立ち上がったたり、慌てて歩いたりすると、ふらつきや転倒につながります。

「立ち上がる ↓ 姿勢を整える ↓ 周囲を確認する ↓ ゆっくり歩く」…この流れを意識しましょう。

② 履物を確認しましょう

足に合わない靴や、脱げやすいスリッパは転倒の原因になります。かかとがしっかり固定され、滑りにくく、足に合った履物を選びましょう。

③ 足元を整理しましょう

床に物が置いてあったり、コード類が出ていたりすると、つまづく危険があります。居室や共有スペースでは、通路を広く保ち、足元の障害物をなくすことを心がけましょう。

④ トイレや夜間の移動に注意しましょう

夜間や早朝は、暗さや眠気によつて転倒しやすくなります。必要に応じて照明を使用したり、目が覚めても急に立ち上がりず一呼吸おいてから動くようにしましょう。

⑤ 自分の身体の状態を知りましょう

筋力やバランス能力の低下、体調不良なども転倒につながります。普段と比べて「ふらつく」「歩きにくい」「足に力が入りにくい」などの変化がある場合は、職員へお知らせください。

ご本人・ご家族・職員みんなで転倒予防

転倒予防は、一人だけで取り組むものではありません。「危ないかもしれない」と感じたら、早めに相談することが大切です。施設では、利用者様一人ひとりの身体状況や生活環境を確認しながら、安全に過ごしていただけるよう支援しています。

小さな心がけが、大きな安心につながります
「焦らない・無理をしない・困ったら声をかける」・・・毎日の生活の中でできることから取り組み、安心して楽しく施設生活を送りましょう。



転倒について気になることやご不安なことがありましたら、横垣クリニックスタッフまでお気軽にご相談ください。

脳活クイズ

今月は「秋の〇×クイズ」を10問ご用意しました。ぜひ挑戦してください。

第1問 9月には「敬老の日」がある。○か×か？

第2問 秋の七草には、ススキが入っている。○か×か？

第3問 十五夜は、必ず9月15日に行われる。○か×か？

第4問 「食欲の秋」という言葉がある。○か×か？

第5問 栗は木になる果物である。○か×か？

第6問 サンマは秋に旬を迎える魚として知られている。○か×か？

第7問 コスモスは、秋に咲く花として親しまれている。○か×か？

第8問 「暑さ寒さも彼岸まで」というこ

とわざがある。○か×か？

第9問 秋になると、夜が少しずつ長くな
っていく。○か×か？

第10問 赤とんぼは、秋を代表する生き物
の一つである。○か×か？

ガーデニングブログ

今年も元気に育ってくれたゴーヤたち。
春から植えた小さな苗が、ぐんぐんとつる
を伸ばし、葉を広げ、今年も立派なグリー
ンカーテンになりました。(でも昨年に比べ
少し残念かも…)

日に日に大きくなるゴーヤを見ながら、
「大きくなったね」「もう食べられるかな？」
と、入居者の皆さまと成長を楽しんできま
した。

夏の暑い日差しの中でも、ゴーヤは元気が
いっぱい。かわいらしい黄色い花を咲かせ、
その後には小さな実ができ、少しずつ大き
くなっていく様子を見ることができました。

収穫の時には、「こんなに大きくなったの

ね！」と皆さまもびつくり。植物の成長を
身近に感じながら、季節の移り変わりを
楽しむことができました。

暑かった夏も少しずつ終わりに近づき、ゴ
ーヤの季節もそろそろ終わりを迎えます。
今年もたくさんの実りと、皆さまの笑顔を
届けてくれたゴーヤに「ありがとう」の気
持ちを込めて。

これからは秋のガーデニングも楽しみなが
ら、季節の変化を皆さまと一緒に感じてい
きたいと思います。



編集後記

今月も「ハイツの森」をご覧いただき、ありがと
うございます。

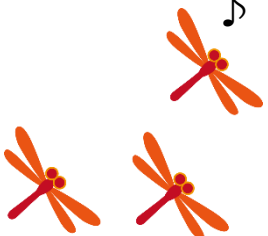
まだまだ暑い日が続いていますが、朝夕には少
しずつ秋の気配を感じるようになってきました。
季節の移り変わりとともに、館内でも秋の行事
や楽しい企画が始まります。

9月は敬老会があります。昔のお話を伺うと、
私たち職員も知らなかった出来事や懐かしい時
代の話を聞くことができ、いつも楽しい時間を
過ごさせていただいています。

これからも皆さまの笑顔がたくさん見られる
よう、職員一同、楽しい時間を一緒につくって
いきたいと思っています。

季節の変わり目は体調を崩しやすい時期でも
あります。無理をせず、しっかり休息をとるな
がら、元気に秋を迎えましょう。

来月号もどうぞお楽しみに…♪



脳活クイズ答え

第1問 ○ 敬老の日は、長年社会に尽く

してきた高齢者を敬い、長寿をお祝いする日です。

第2問

○ 秋の七草には、ハギ、ススキ、クズ、ナデシコ、オミナエシ、フジバカマ、キキョウがあります。

第3問

× 十五夜の日は毎年変わります。旧暦の8月15日にあたる日

で、現在の9月から10月頃になります。

第4問

○ 秋は食べ物がいっぱい季節として、「食欲の秋」と呼ばれています。

第5問

× 栗は木に実りますが、植物学的には果物ではなく「種子」にあたります。

第6問

○ サンマは秋の味覚として昔から親しまれている魚です。

第7問

○ コスモスは秋を代表する花の一つで、漢字では「秋桜」と書くこともあります。

第8問

○ 「暑さ寒さも彼岸まで」は、厳

しい暑さや寒さも彼岸の頃には和らぐという意味のことわざです。

第9問

○ 秋分の日を境に、昼よりも夜の時間が長くなっていきます。

第10問

○ 赤とんぼは、秋の風景を代表する生き物として昔から親しまれています。

皆さまどうでしたか？来月もお楽しみに…♪



今月の豆知識

「十五夜にお月見をするのはなぜ？」

十五夜は、1年の中で最も美しい月を楽しむ日として、昔から親しまれてきました。お月見では、ススキを飾ったり、月見団子をお供えしたりします。これは、秋の収穫に感謝し、これからの豊作を願う意味があるとされています。

昔の人々は、今よりも月や季節の変化を身近に感じながら暮らしていたのかもしれないね。

今年の十五夜は、きれいなお月様が見えるでしょうか？

