

南昌だより

2017
No. **27**
2017年1月1日発行

志和荘 本誌 P10



若園荘 本誌 P9



博愛荘 本誌 P6



悠和荘 本誌 P11



こすかた保育園 本誌 P5



デイサービスつむぎ 本誌 P8

敬愛荘 本誌 P13



南昌病院 本誌 P14

医療法人社団 帰厚堂

【基本理念】

「愛と誠の精神」

私たちは、
すべての人に感謝の気持ちをもって
奉仕いたします
また、
信頼される医療を提供するために
全ての専門職種による
チーム医療に万全を期します

社会福祉法人 敬愛会

【基本理念】

「地域と共に生き 地域と共に歩む」

私たちは、
すべての人に感謝の気持ちをもって
奉仕いたします
また、
信頼される福祉サービスを提供するために
全ての専門職種による
チームケアに万全を期し
その人らしい生活が育まれるよう
支援します

2017
No. **27**
Contents

- 2P… 巻頭言
- 3P… 職場紹介
- 4P… こすかた診療所
… シャトルバス運行
- 5P… こすかた保育園
… 矢巾町地域包括支援センター
- 6P… 博愛荘
… ショートステイやば

- 7P… ケアセンター南昌栄養科
- 8P… 敬寿荘
… デイサービスつむぎ
- 9P… 若園荘
- 10P… 志和荘
- 11P… 悠和荘
… 敬愛会デイサービスセンター
- 12P… 恒和荘

- 13P… 敬愛荘
- 14P… 転倒予測→予防に!!
… 平成28年の看護科病院外活動について
- 15P… スタッフ紹介
… Topics/保健機能食品について
- 16P… 診療案内

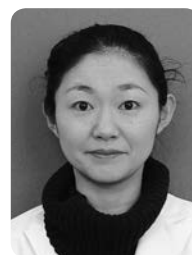


医療法人社団 帰厚堂
<http://www.kikodo.or.jp/>

社会福祉法人 敬愛会
<http://www.shiwasou.jp/>

廃用症候群を知っていますか？

南昌病院 リハビリテーション科長 吉岡 尚美



病気などで入院をすると「安静」と言われ、ベッドに横になっていることが多いと思います。では、それが長期間続くとどうなるのでしょうか？

まず思いつくのが筋力の低下だだと思います。身体を使わないことで筋肉がどんどん衰えていきます。絶対安静の状態では一週間で10-15%の筋力が低下するといわれています。筋肉の耐久性も低下し、筋肉に萎縮が起こります。これは筋肉の合成が低下するだけでなく、分解の亢進するため、とくに重力に逆らって姿勢を保持する筋肉に起こりやすいとされています。また身体のバランス能力も低下するといわれています。

骨にも影響があります。骨は負荷がかかることで骨を作る細胞を活性化させたり、血流を増加させたりして骨量を増やします。逆に運動が少なくなると、骨を破壊する細胞が活性化して骨が吸収されてしまうのです。骨粗しょう症がこのように進んでしまうと骨折の危険性も高まるでしょう。

身体の関節も硬くなります。関節を支える皮膚、筋肉、結合組織、関節の一部や靭帯などが変化して動かなくなることを「拘縮」といいます。実験では関節を固定すると3日目で顕微鏡レベルでの変化が起こり、7日には症状として関節の硬さが出てきたそうです。

循環器系の変化としては、血圧の調節がうまくできなくなり、心拍数があがり、体力が低下します。立ちくらみが起こりやすくなり、ますます身体を起こすのが大変になります。血流が滞り、血が固まりやすくなるため静脈に血栓（血の塊）ができやすくなります。

このほか、咳が出づらくなって肺炎が起こりやすくなったり、床ずれができたり、認知障害や意欲低

下が起こるなど、全身に様々な影響がおこります。特に高齢者では影響を受けやすくなります。

このように、活動低下により生じる二次的な障害を「廃用症候群」とよびます。これは入院中だけに起こるのでしょうか？そうではないことはすぐに分かりますね。ご高齢の方が入院してきたときに普段のご様子をうかがうと「食事以外は布団に入っている」「日中はほとんどテレビを見て過ごす」という返事が意外と多いです。普段からあまりお体を動かさない方はすでに「廃用」予備軍といっているでしょう。

廃用症候群は予防が大事です。筋力は教科書には「最大筋力の20-30%の筋収縮により筋力は保持される」とあります。つまり大変な筋トレや激しい運動をする必要はないのです。散歩をしたり、体操をしたり、日常生活の中で活動を高めることが大事です。関節も動かせる範囲をすべて、一日最低5回程度動かしましょう。横になってる時間が長い方はまずは起きて座りましょう。市町村でも体操教室などお体を動かすイベントをやっていると思いますのでどんどん参加してください。

入院中の方でも、過剰な安静はかえって体に悪影響です。主治医の先生に確認をして許可が得られた方は、ご家族がお見舞いに来られたときに、車椅子に乗って院内のお散歩はいかがですか？せっかくいらしたのですから、リハビリも「見学」ではなくて是非「参加」しましょう。リハビリと一緒にいていただくことで、介助の練習にもなりやすし、回復具合や退院後の生活もイメージしやすくなると思います。空き時間にご家族と一緒に立ち上がりや歩行の練習を行うのもいいですね。

「どういうことをすればいいかわからない」という方は、是非病院スタッフにお尋ねください。

職場紹介

患者さんの社会生活復帰を目指して ＝ 回復期リハビリテーション病棟担当リハビリテーションチーム ＝

当院には病床機能に応じて4つの病棟があります。その中心となるのは60床の回復期リハビリテーション病棟です。回復期リハビリテーション病棟に携わるのは、医師や看護師をはじめ、介護（士）福祉士、歯科衛生士、管理栄養士、薬剤師、医療相談員など数多くの職種ですが、今回はリハビリテーション科で配置しているリハビリテーション専門職とその取り組みについて紹介します。

回復期リハビリテーション病棟はその名称が示す通り、入院患者のリハビリテーションを365日休みなく集中的に行い、最大限の機能向上からできるだけ早期に社会生活へ復帰することを目指す病棟です。そのため、配置しているリハビリテーション専門職の数は総勢51名と4つの病棟の中では最も多く、その内訳は理学療法士23名、作業療法士21名、言語聴覚士5名、臨床心理士2名（一部は他病棟と兼務含む）です。

このような大勢のスタッフが有機的に機能するためには様々な工夫が必要ですが、工夫の一つがグループ担当制です。グループは6つに分けられ、理学療法士と作業療法士を主として1グループ6～7名で構成されます。基本的に各療法は患者さんと療法士のマンツーマンで行われますが、それぞれのグループで患者さんの細かな部分までの情報が共有され、どの療法士が対応する場合でも効果的な治療や練習、支援が行えるような体制をとっています。また、リハビリテーションの成功は多くの職種の連携が鍵を握りますが、円滑な多職種協働の中心として、回復期リハビリテーション病棟協会に認定された回復期セラピストマネージャーが2名います。さらには、より専門性の高いリハビリテーションの提供につなげるために、専門資格の取得を積極的に奨励しており、現在、日本理学療法士協会が認

定する認定理学療法士が3名、3学会合同呼吸療法認定士が2名、日本摂食嚥下リハビリテーション学会認定士が1名在籍し、日々の業務にあたっています。

リハビリテーションスタッフの平均年齢は29歳と若く、活気あふれるスタッフが患者さんへいつも明るく笑顔で対応しています。スタッフの中にはあり余る元気とパワーを野球やバレーボール、卓球などで発散したり、これからの時期はウィンタースポーツで汗を流すスタッフも多くなります。こうした活動を通じて、世代問わず交流が図れているため、普段の業務においてもチームワークは抜群です。

これからも専門職としての誇りを持ち、研鑽を重ね、患者さんとそのご家族のためにチーム一丸となって質の高いサービスが提供していけるよう励んで参ります。



インフルエンザ予防について

インフルエンザの予防方法

1) 流行前のワクチン接種

インフルエンザワクチンは、感染後に発症する可能性を低減させる効果と、発症した場合の重症化防止に有効と報告されています。



2) 飛まつ感染対策としての咳エチケット

インフルエンザの主な感染経路は咳やくしゃみの際に口から発生される小さな水滴（飛沫）による飛沫感染です。したがって、飛沫を浴びないようにすれば感染する機会は大きく減少します。



マスクの着用

① 普段から皆が咳エチケットを心がけ、咳やくしゃみを他の人に向けて発しないこと

② 咳やくしゃみが出るときはできるだけマスクをすること。とっさの咳やくしゃみの際にマスクがない場合は、ティッシュや腕の内側などで口と鼻を覆い、顔を他の人に向けてないこと



手洗い

③ 鼻汁・痰などを含んだティッシュはすぐにゴミ箱に捨て、手のひらで咳やくしゃみを受け止めた時はすぐに手を洗うこと等を心がけましょう。



うがい

3) 外出後の手洗い等

流水・石鹸による手洗いは手指など体についたインフルエンザウイルスを除去するために有効な方法であり、インフルエンザに限らず接触や飛沫感染などを感染経路とする感染症対策の基本です。また、アル

コールによる消毒でも効果が高いので、アルコール製剤による手指衛生も効果があります。

4) 適度な湿度の保持

空気が乾燥すると、気道粘膜の防御機能が低下し、かかりやすくなります。特に乾燥しやすい室内では、加湿器などを使って適切な湿度（50～60%）を保つことも効果的です。

5) 十分な休養とバランスのとれた栄養摂取

体の抵抗力を高めるために、十分な休養とバランスのとれた栄養摂取を日頃から心がけましょう。

6) 人混みや繁華街への外出を控える

インフルエンザが流行してきたら、特に高齢の方や基礎疾患のある方、妊婦、疲労気味、睡眠不足の方は、人混みや繁華街への外出を控えましょう。

やむを得ず外出して人混みに入る可能性がある場合には、ある程度の飛沫等を防ぐことができる不織布（ふしょくふ）製マスクを着用することは一つの予防対策と考えられます。ただし、人混みに入る時間は極力短くしましょう。

お知らせ！



こずかた診療所では、患者様の利便を考え、
毎週火曜日は 19:00まで診察しています。

「体調が悪いけど…仕事が休めない」方等、お仕事帰りにも受診いただけます。健康に関する相談も行っておりますので、お気軽にお寄りください。



毎日運行しています!! ~ 無料シャトルバス ~

〈矢幅駅西口から南昌病院間〉無料シャトルバス運行時刻表

◎ 運行日／毎日（祝祭日を含む）

【往路】

〔ケアセンター 南昌〕	〔志和荘〕	〔悠和荘〕	〔南昌病院・ 敬愛荘〕
※ 8時15分	～ 8時26分	～ 8時28分	～ 8時30分
10時00分	～ 10時11分	～ 10時13分	～ 10時15分
12時45分	～ 12時56分	～ 12時58分	～ 13時00分
14時45分	～ 14時56分	～ 14時58分	～ 15時00分
※17時30分	～ 17時41分	～ 17時43分	～ 17時45分

【復路】

〔南昌病院・ 敬愛荘〕	〔悠和荘〕	〔志和荘〕	〔ケアセンター 南昌〕
※ 8時45分	～ 8時47分	～ 8時49分	～ 9時00分
10時30分	～ 10時32分	～ 10時35分	～ 10時45分
13時15分	～ 13時17分	～ 13時19分	～ 13時30分
15時15分	～ 15時17分	～ 15時19分	～ 15時30分
※18時00分	～ 18時02分	～ 18時04分	～ 18時15分

※の時刻は、土曜・日曜日及び祝祭日、運行休止となります。

注）運行時刻は、交通状況により、発着時間に遅れが生じる場合があります。



こずかた保育園

施設紹介

《こずかた保育園の特徴》

ケアセンター南昌の中で幼老交流をすすめ、入居者の皆様からは優しさを、子ども達からは元気をプレゼント、そこには自然に笑顔が広がります。また、「英語で遊ぼう!」「運動遊び」「フラワーフレンド」等の活動も、子ども達にとっては笑顔と元気の源です。

こずかた保育園は、生後2か月からの乳児保育、24時間対応延長保育、体調不良児対応型保育、休日保育、一時預かり保育等を行い、働く保護者の応援をしております。

1月1日現在の園児数は113名で、元気な声が園内いっぱいに広がっています。
今回は10月から12月までの行事の一部を紹介させていただきます。

☆ 国体スポーツチャンバラ出場 10/2 (日) ☆

いわて国体矢巾町デモンストレーションスポーツのスポーツチャンバラに年長児9名が参加してきました。年長児が日頃から取り組んでいるスポーツチャンバラ。子ども達の練習の成果を発揮する絶好のチャンス!いざ!出陣!みんな、堂々とした姿でした。

結果は、金メダル4個・銀メダル3個・銅メダル4個を獲得することができました。(出場種目:①基本動作 ②小太刀 ③長剣フリー ④二刀)

未来の国体選手がこずかた保育園からたくさん出るかもしれませんね。



☆ 焼き芋大会 10/26 (水) ☆

保育園で育てたさつまいもで焼き芋をしました。前日までの雨が嘘のように晴れ、絶好の日より!はじめてのことで子ども達も職員も朝からウキウキワクワク。濡れた新聞紙を巻いて、その上からアルミホイルを巻き準備万端!保育士と一緒に炭火の中に入れました。出来上がると、黄金色のさつまいもが顔を出しました。

給食前でしたが子ども達の食べる勢いを誰も止めることができませんでした。



☆ おたのしみ会 12/3 (土) ☆

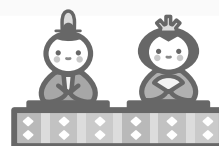
「only one! 咲かせよう!世界にひとつだけの花」のテーマのもと、第4回お楽しみ会が行われました。南昌ホールは来賓の皆さん・保護者の皆さんでいっぱい。

オープニングは4・5歳児の「世界にひとつだけの花」の歌。0・1・2歳児の生活発表では各年齢の成長の様子を見ていただくことができました。また、3・4・5歳児の劇・お遊戯では魅了されてしまい、子ども達の無限の力を改めて感じさせられました。

今後の主な予定
(1月~3月)

○1月10日(火)…みずき団子作り
○2月 3日(金)…豆まき
○2月18日(土)…保育参観
○2月28日(火)…1日入園

○3月 3日(金)…ひな祭り
○3月17日(金)…修了式
○3月18日(土)…卒園式



こずかた保育園お問い合わせ先 / TEL.019-698-3008 FAX.019-611-0221

矢巾町地域包括支援センター

施設紹介

地域の高齢者本人や介護者家族の困りごと・心配ごとの相談窓口。社会福祉法人敬愛会が矢巾町より委託を受け運営している。

◎家族介護者教室 開催しました。

矢巾町地域包括支援センターでは、ご家庭で介護をされている方を対象に「家族介護者教室」を開催しました。

11月開催の第1回目は、「無理のない身体介護のコツ」と題して、志和荘の介護スタッフの方々に講師をお願いし、介護者の身体に無理のない介助方法と、日常生活に役立つ介護のコツを学びました。

12月開催の「認知症介護のコツ」では、キャラバンメイトが講師をつとめ、認知症の人への対応方法について学びました。いずれも在宅介護で非常に役立つ内容であり、参加した皆さんは熱心に勉強していました。



博愛荘

施設紹介

介護老人保健施設：自宅で安心安全な生活が出来るように、医療のもとリハビリを行いながら自宅復帰を目指す施設です。

新年をむかえ、岩手山の雪景色を眺めると、冬本番を実感します。

昨年の12月から1月にかけて、クリスマスやお正月とイベントが目白押しで、作品作成も色々とアイデアを出し合いクリスマス飾りやお正月飾り等次から次へと作られ、博愛荘内はとても賑やかでした。面会に来られた利用者も、目を止めていました。



10月15日には「絆～みんなでつなごう地域の輪～」と題しまして第14回文化祭を開催致しました。

当日は天候にも恵まれ来場者数も去年を上回り賑やかな文化祭となりました。

利用者の皆さんが日々の生活の中、楽しみながら作り上げた作品を多くの方々に見ていただいた事で利用者の皆さんも次の目標が出来、レクリエーションに対して力が入ってきております。

文化祭展示作品



感染症対策研修会



これからの時期、風邪やインフルエンザ等が流行し始めるため、ケアセンター南昌では感染予防の勉強会や研修会を開き、マスクの着用、手指消毒の徹底等感染予防を行っております。

職員も健康管理には気を付けておりますが、ご家族も体調を崩さない様に気を付けて下さい。

ショートステイやばば

施設紹介

短期入所生活介護(予防含)：短期間入所し食事、入浴、排泄などの介護、日常生活上の支援及び機能訓練が受けられる施設です。

どら焼き作り

おやつ時間にどら焼きを作りました。

どら焼きの生地を混ぜる、作業を手伝って頂き、職員が生地を焼きました。「上手に焼いてよ!」「焦がさないで」と皆さんのお声の元、生地が上手く焼けました!

定番の餡子や生クリーム、桃、みかんの具材があり自分の好みのトッピングを行い皆さんいただきました。ペロッと食べてしまい、「おかわり!」「餡子だけ入れる」というこだわりもありました。



紅葉狩り

盛岡市御所湖へ紅葉狩りにいってきました!

11月で紅葉も赤や黄色に色づいており、この日は朝から雨が少し降って肌寒い日でしたが、寒さを忘れて綺麗な色とりどりの紅葉をバスの外に出て観て楽しみました。♪

紅葉の景色を見ながらお茶をいただきました。「きれいだね~!」と紅葉の話題で話が弾んで、和やかなひと時を過ごしました。



博愛荘・ショートステイやはば 嗜好調査結果報告

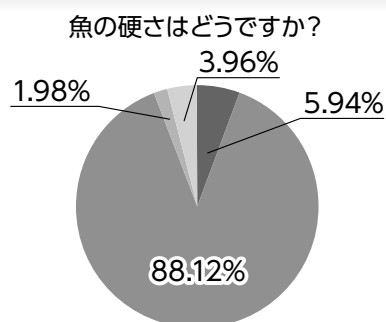
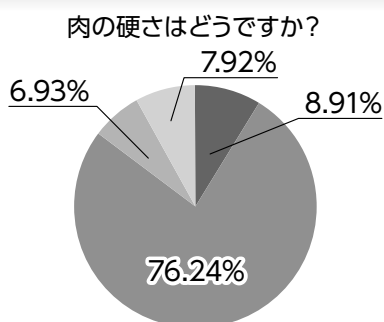
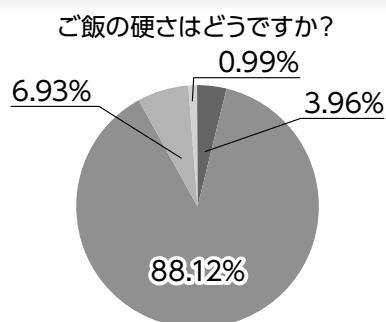
★ケアセンター南昌栄養科では嗜好調査を実施しています!!★

高齢者の楽しみの1つは食事です。その食事が、より美味しく満足していただけるようなものになるために、ケアセンター南昌栄養科では年2回嗜好調査を実施しています。この調査は、その回ごとに対象施設を替え、センター内で給食を提供している全ての利用者に対して、アンケート方式で実施しています。

今回は、平成28年11月28日～12月2日の5日間、博愛荘・ショートステイやはばの利用者を対象に嗜好調査を実施した結果を紹介します。

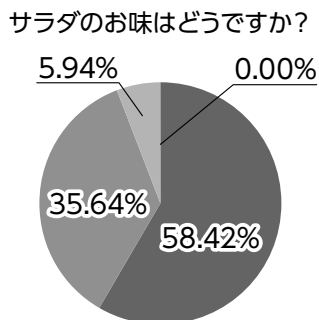
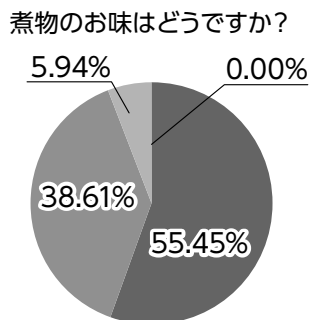
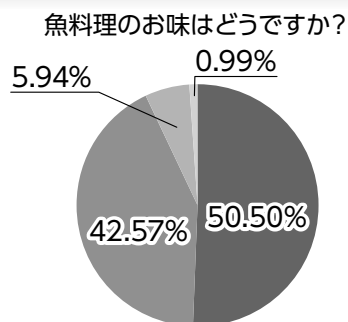
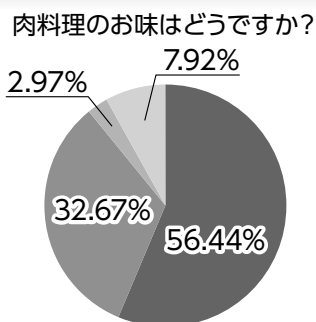
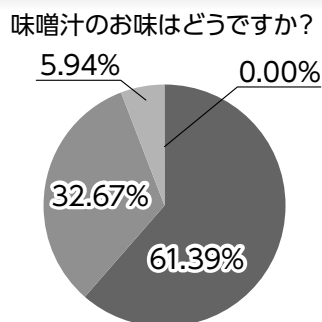
Q1.硬さについての質問

[■ 硬い ■ ちょうどいい ■ やわらかい ■ その他]



Q2.味付けについての質問

[■ おいしい ■ 普通 ■ まずい ■ わからない]



人気メニュー ランキング

- ★ 1位 温泉卵 ★
- 2位 刺身
- 3位 ラーメン
- 4位 茶碗蒸し
- 5位 からあげ

- 硬さについては、肉類以外は8割以上が丁度よいと回答。
- 肉類は1割近くが硬いと回答し、7割強が丁度よいと回答。
- 味付けについては、各項目5～6割が美味しいと回答し、ふつうと回答した方と合わせると、9割前後の回答をいただきました。この他に「刺身が食べたい」や「魚が硬い」「三杯酢の味付けが好き」などたくさんのご意見もいただきました。

この調査結果をもとに、さらに喜んで食べていただける給食を目指し、委託業者（株式会社 メフォス）と共に取り組んでいきたいと思ひます。

ご協力いただいた利用者の皆様、ありがとうございました。



敬寿荘

施設紹介

グループホーム：認知症の高齢者が共同で生活できる場（住居）で、食事、入浴などの介護や支援、機能訓練が受けられる施設です。矢巾町在住者が対象です。

《地域との関わり》

敬寿荘の理念の一つに「いつも地域の皆様と共に」があります。荘内だけではなく、社会との交流や地域の人との交流のために、外部の行事にも参加させて頂いています。

秋から冬にかけても、地域の方に、ボランティアとして来荘され、一緒に行事に参加、時には外に出向き関わり合いを大事にしています。

やはばくでの認知症カフェでは一般の方、又は他施設の方との会話を楽しむことができました。終わってからは図書館に立ち寄り、本を借りて、荘内に戻ってからゆっくり読んでいました。



敬寿荘 秋の運動会



認知症カフェ（オレンジカフェ）



歳末助け合いコンサート

《職員研修》

【受講者】
浅田・阿部

今回、グループホーム協会盛岡第一ブロック定例会で調理実習が行われ、参加させていただきました。【食】は人の健康と心の源ではないかと思います。より良い食事をするための重要な勉強の場となり、今まで知らなかったことや、節約、時短に繋がる方法など、家庭でも実践でき、技術の向上になりました。より一層利用者に喜んでもらえるよう、料理にも力を入れて参ります。



今後の行事予定

● 平成29年 1月13日頃 みずき団子作り

● 平成29年 1月17日(火) 第5回敬寿荘運営推進会議

デイサービス つむぎ

施設紹介

通所介護施設：食事・入浴などの介護サービスや機能訓練が日帰りで受けられる施設です。

ペーパークイリング体験教室



10/30(日) 矢巾町では今年も産業祭があり、つむぎでは地域との交流の一環として、さわやかハウスの一画をお借りし、第二回目のペーパークイリング体験教室を開催させていただきました。

昨年の好評をはるかに上回る二倍近い方々が体験してくださり、大変盛況となりました。参加者には自分で作ったクリップをお土産としてお持ち帰りいただきました。つむぎでは体験教室で行なったペーパークイリングの他にも様々な作業を通じ、会話を引き出し、楽しかった思い出話をする時間を大切にしています。デイサービス内にもたくさんの紙・粘土細工を展示しております。ご覧になりたい方はいつでもどうぞお立ち寄りください。



満足度調査

4年目に突入したつむぎでは、より良いサービス提供のため、初めての満足度調査をご家族向けに実施しました。(回収率 100%) 今年、岩手県認知症介護実践リーダー研修に参加した職員から、「デイサービスにおける家族支援」の講義を受け、その必要性について考えました。その後アンケートの結果を踏まえ、職員全員でサービスについての改善策や修正案を話し合いました。今後も利用者のご家族の希望に寄り添えるよう努力していきたいと考えています。

1. 利用回数・曜日について … (満足／ 85%)
2. 送迎時間について … (満足／ 85%)
3. 入浴について … (満足／ 85%)
4. レク活動・個別機能訓練について … (満足／ 80%)
5. 相談援助 … (満足／ 66%)
6. つむぎを利用することによっての変化 [利用者・家族]
 - 一位 精神的な負担が減った…57%
 - 二位 家族が仕事を続けられる…38%
 - 三位 家族の自由な時間が増えた…28%
本人、家族が明るくなった…28%
 - 四位 転倒せず安全に過ごせている…19%
 - 五位 認知症状が落ち着いている…14%
本人の閉じこもりが解消…14%
送り出しが大変…14%

7. その他 (自由回答)

- ◎ 持ち帰ってくる作品がきれいだ
- ◎ 人形の着物製作に感謝
- ◎ 楽しいといつも本人が言っている
- ◎ 利用者家族と悩みを共有する機会があればいい
- ◎ 認知症が強くなった時の対処方法を教えて欲しい
- ◎ 歌のリクエストに応えていただき、機嫌よく帰ってくる
- ◎ 一週間のメリハリが付き、精神的にも落ち着いている
- ◎ 健康教室の開催・アニマルセラピーを希望
- ◎ 遅くなる時は連絡が欲しい
- ◎ 素敵な紙細工に癒される。続けて欲しい
- ◎ 毎週の洗髪と足湯ありがとうございます
- ◎ 認知症の失語予防のメニューを希望
- ◎ 連絡帳の悩みに対する回答があまりない
- ◎ 帰宅時の暖房やカーテンの開閉に感謝

ボランティアさんの紹介

平成25年3月の開設より、たくさんのボランティアの方々に来ていただきました。本号より感謝の気持ちを込めてご紹介させていただきます。

《民謡歌手 北條様》



幼少よりご家族とともに民謡に親しまれ、現在では民謡歌手として舞台上に立ち、平成26年全東北民謡選手権大会、沢内甚句全国大会で優勝。平成28年日本民謡協会春季東北大会で総合優勝しています。今年度は、日本民謡協会全国大会内閣総理大臣杯争奪戦 東北地区代表として同大会に臨まれます。また、フリーアナウンサーとしても活躍されています。

岩月福田会の福田キヌエ先生（福田こうへいさんのお母様）の元で9年前から踊りの稽古に励む娘さんお二人は、外山節で岩手県芸術祭受賞、外山節全国大会踊りの部や南部よしやれ全国大会少年少女の部で優勝するなど学業と両立させる、ご家族で日本の文化を愛し大切にされている様子を感じました。

リクエストに応じて下さり、昔馴染んだ民謡と踊りを披露していただき心地良い時を過ごすことが出来ました。



《岩手相撲甚句会の中村様・川村一座 川村様》



平成9年 住吉町の松田一三さんが「岩手相撲甚句会」を発足したことを機に入会し、大相撲で唄い継がれる相撲甚句の伝承普及を願い、お食事処（ひだまり亭）を経営する傍ら、岩手相撲甚句会を盛り上げておられます。相撲甚句は、民謡の一種で江戸末期から唄われている古くからの文化で、目の前で直接聴く機会がなく新鮮な気持ちで楽しませて頂きました。

子供の頃から踊りを好み、若柳流で稽古を積み上げ、その後は民謡の踊りを習得し「伝統さんさ踊り」の指導や着付けなど、幅広くご活躍されています。笑顔が素敵な方々若園荘全体が癒されました。



《山岸グリーンコール様》



結成40数周年の長きに亘るコーラスグループです。指揮を担当するのは、かつて山岸小学校の音楽教師（山口先生）で、歌姫は山岸小学校父母会のメンバーから始まりだそうです。

現在20数名のメンバーで、盛岡市の芸術祭やママさんコーラスの大会などに向けて中央公民館で練習しています。また、小学校児童の合唱クラブとも交



流し地域に根ざした活動をされています。ホームには、コーラスグループに所属し活躍していた利用者もあり、とても良い表情になり穏やかに過ごすことが出来ています。

たくさんのボランティアの方々に支えられ、癒されて音楽のちから、笑顔のちからの強さをしみじみ感じます。音楽だけでなく折り紙教室もボランティアの北田先生により毎月季節に合わせた作品を教えていただいています。利用者のご家族にも好評で3年程続いています。支え支えられ私達は利用者とともに歩んでいます。

●●● 若園荘行事 ●●●

1月／フルート演奏会・マンドリンクラブ演奏（二高）・折り紙教室・独唱（附属小学校）・みずき団子作り
2月／節分豆まき 3月／ひな祭り・3月誕生会

【南昌福祉の里 文化祭】

10月15日(土)、『想い～皆の気持ちに寄り添って～』をテーマに南昌福祉の里文化祭を開催しました。

ステージイベントでは、盛岡秋祭りの山車の勇壮な音頭上げ、あかね会ご一行による南部よしゃれなどの踊りが華やかに披露され皆さんはとても喜んでいらっしゃいました。外屋台ではそば、みそおにぎり、おでん。産直コーナーも大好評でした。作品コーナーでは、毎年素晴らしい作品が展示されます。月1回実施している生け花サークル・書道サークル・絵画サークルの入居者さまの作品や、ご家族からの作品も展示され、見ごたえのあるコーナーでした。

ボランティアの方にもお手伝いいただき、大盛況に終わりました。

来年も皆さんに喜んでいただけるよう、色々な企画をしていきたいと思います。



【不動小学校4年生交流会】

11月15日(火)、不動小学校4年生の皆さんが志和荘に来てくれました。

子供達が登場すると感極まり泣いてしまう方もいました。心のごもった演奏と合唱を聞き感動していました。

ふれあいタイムでは、茶摘の曲に合わせた手遊びをしました。「私も不動小学校を卒業したんだよ。」と、子供達とお話をしながら、昔を思い出して楽しい時間を過ごしました。

最後に子供達からのメッセージカードをいただきました。職員にも心のごもったメッセージカードをいただき、入居者・職員共に大きな元気をもらいました。

【防犯訓練】

10月5日(水)、矢巾交番の2名の警察官に不審者侵入時の対応方法についてご指導いただきました。

「さすまた」の使い方の他、不審者に腕を掴まれた場合はらひ方など、力の弱い女性でも簡単に身を守ることが出来る方法について教えていただきました。警察の方が、「通報から現場に到着するのに5分かかる。その5分を持ちこたえてほしい」と話されました。

もちろん何事もなく平穏な日常が続くと信じていますが、万が一の状況になった時に入居者の皆さんを守ることが出来るよう、日々訓練していかなければならないと感じました。

皆さんが、安全で安心して生活できるよう、職員一丸となり防犯対策に努めてまいります。



【出前講座 ～お家で安心介護～】

11月15日(火)、さわやかハウスにて出前講座を行ないました。この日の講座は、『お家で安心介護』で介護士が食事・入浴・排泄などの介護に関する事を、ちょっとしたコツなどを織り交ぜながら講義させていただきました。

社会福祉法人敬愛会では、『認知症ってなんだろう』『健康に暮らすための病気の知識』『こどもは宝物、みんなで楽しく育て!!』など他にも講座を用意しています。対象は矢巾町内・5人以上の集まりからで、時間は月曜から土曜の9:00～17:00にお受けいたします。料金は無料です!詳しくお知りになりたい方は志和荘(☎697-6355) 漆原・上山まで問合せ下さい。



★矢巾中央幼稚園交流会 10月13日★



今年も園児たちと交流会を行いました。園児と一緒に歌ったり、手遊びしたりしました。「可愛いな(笑顔) 楽しいな(笑顔)」
今年是小守林介護士が力士になり、園児と相撲をしたり、保育士さんの質問に答えたりして場を盛り上げてくれました。
「はっけよい…のこった!どすこい!!ごっつぁんです!!!」



★文化祭 10月15日★

今年のテーマは【ふるさと】共同作品は岩手山でした。
創作サークルメンバーやさくらの船の方々で作りました。
「大きな! (ビックリ) 素晴らしい!! (拍手)」
園芸サークルメンバーは収穫したサツマイモを石焼き芋にしました。
「甘くて美味しい! 熱い!! 大きな!!! (笑顔)」
来年度も無料提供予定ですので皆様のご来荘お待ちしております。
今年も蒼前太鼓保存会の皆さんがイベントをして下さいました。職員や入居者さんも太鼓を叩かせてもらいました。「迫力満点(ドンドコ!ドンドコ!) いつ観ても感動する(笑顔)」



★矢巾町産業まつり 10月30日★

肌寒い中ではありましたが、さわやかハウスへ行ってきました。
自分達の作品や他施設の作品を見学してきました。
「悠和荘の作品良いな(自画自賛) 他施設の作品作ってみたい!!!」
ジウミンジャーやセラピー犬と記念撮影!!!
「ジウミンジャーカッコいい(惚) ジウミンジャー?なんじゃそれ?」
「セラピー犬可愛い(笑顔) 毛が気持ちいい(もふもふ)」 屋台でおやつ購入したり、地域の知り合いと再会を楽しみました。「懐かしい顔(笑顔) 何処の人だっけ?忘れてしまった(汗)」



★映画・文芸サークル★

11月から園芸は映画、創作は文芸サークルへ移行して活動しています。
感染症対策等のため、各ユニットでの活動が主になります。
映画サークルは入居者さんの趣味嗜好に沿った映画等を上映しています。
文芸は少人数でも行えるレクや歌等を行っています。



*12月に行ったクリスマス会は原稿締切の都合により、次号掲載させていただきます。

敬愛会デイサービスセンター

施設紹介

通所介護施設：食事・入浴などの介護サービスや機能訓練が日帰りで受けられる施設です。

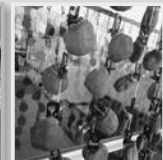
今年も美味しく 出来ましたよ

毎年恒例となりました敬愛会デイサービスセンターの干し柿作りです。今年も甘くておいしい干し柿が出来ました。

今回も皮むきから利用者の皆さんに手伝っていただきました。手慣れた様子で手際よく剥く方、苦戦している方と様々でしたが、一つ一つ生懸命剥いていました。吊るす前には熱湯にくぐらせてカビ対策も万全です!紐に付けてぶら下げ、「柿ののれん」が出来上がると、その景色に秋が感じられました。

干してからは、冷たい風に吹かれながらゆらゆら揺れ、日に日に小さく干されていく柿を楽しみに眺めて過ごしました。干し柿は時々実を揉む事で柔らかい干し柿になります。こうして丹精込めて作った干し柿は、作り始めてから約3週間後、とても美味しく出来上がりました。

利用者の皆さんにも好評で、「甘〜い!」「おいしいよ」と嬉しい言葉を聞く事が出来ました。おいしい干し柿を作るのがまた来年の楽しみとなりました。



恒和荘

施設紹介

小規模多機能型居宅介護事業所：小規模な住宅型の施設で、通いのほか、訪問、短期間の宿泊などを組み合わせて食事、入浴などの介護や支援が受けられる施設です。盛岡市在住者が対象です。

行ってきました! 恒例 バスハイク

10月21日、秋晴れの金曜日。恒例の秋のバスハイクに、今年は鶯宿・雫石方面へ行ってきました。ご家族やご近所さんの参加もあり、うぐいす湯の里公園では足湯に浸かり、「気持ちいいね～」とにっこり笑顔。偕楽苑での昼食は名物の玉子丼を頬張りました。温泉にも入り10歳も若返った様子でした。また、手作りアイスの店『まんま』ではミルクジェラートをいただき、お腹いっぱいの大満足。深まり行く岩手の秋を堪能し充実した楽しい1日を過ごして来ました。



通り道
秋の風情を
感じます
刈った田んぼに
端の芒に
目の前の
紅葉めでて
下からは
川のささらぎ
届いています
愛美

バスハイクに参加された利用者が、今回の楽しい思い出を一編の作品にして下さいました。いつも素敵な作品を作して下さいます。深まり行く秋の情景が思い出されますね。



みんなをえがおにしたいな

第55回盛岡社会福祉大会の福祉作文において、恒和荘 介護職員の杉江薫さんの娘さんが、小学校低学年の部で優秀賞を受賞しました。子供の素直でやさしい気持ちをここで、紹介させていただきます。



みなをえがおにしたいな
二年 すずめい
わたしのおかあさんは「こわ
わそう」ではたらいしています。
お年よりのおせわをする「かい
ごし」というしごとです。車い
すをおしたり、ごはんをたべ
るおてつだいをしたりしていま
す。
おかあさんは、おとまりもし
て、お年よりのおせわをしてい
ます。よくもねむらないでしご
こをするなんてすごいなあと思
います。左ぶんとてもつかれる
と思います。
(中 省略)
おかあさんはおしごとがたい
へんどと思うけど、きつとおじ
いちゃんやおばあちゃんたちが
うれしそうにしている、おか
あさんもうれしいと思います。
わたしは、大きくなったらみ
んなをえがおにしたり、元気に
したりできるしごとをしたい
です。だから、おかあさんと同
じ「かいごし」になりたいと思
います。おしごとはたいへんど
と思うけど、一生けんめいにお
せわをしてお年よりのみなさん
に、えがおでしあわせになっ
てほしいです。そのために、こ
れからばんきょうやうんどうを
たくさんがんばろうと思います。

♪♪ お茶会へどうぞ ♪♪

毎月、ご近所の方々と利用者でふれあいを楽しんでいます。

11月26日(土)には、大正琴の演奏会を行ないました。なつかしい音楽や親しんでいる歌、童謡、唱歌、歌謡曲などの演奏に合わせ、みなさん楽しそうに歌を歌いました。演奏会終了後には大正琴の体験を行ない、利用者、ご近所の方々も初めての「大正琴」に一気に憂され、笑いや拍手で大応援!楽しいひとときを過ごしました。(毎月第4土曜日の14時から開催しております)

一緒に楽しんで下さるボランティアさんも募集しております)



災害時には、お薬手帳を持って避難しましょう!

城南地区保健推進委員の自主活動として、11月2日に岩手医科大学災害時地域医療支援教育センター(矢巾キャンパス)において、災害時の対応について研修して来ました。

「災害時に私たちができること」の講話を聴いた後、簡易トイレの設置や災害時の現場を再現した施設見学などをしました。

災害時には、お薬手帳があると大変便利ですが、実際には2割程度しか持って避難しておらず、一方、携帯電話は8割の人が持って避難したそうです。

◎携帯電話にお薬手帳の情報を写真保存しておく
と良いでしょう!

【東新庄一丁目町内会報「このまち情報」平成28年11月10日号より】

行事風景『秋の大運動会』 ～認知症専門棟より～

10月26日認知症専門棟にて秋の大運動会が開かれました。専門棟の利用者が赤・白の2チームに別れて玉入れ・アメ食い競争を行い点数を競いました。玉入れではスタートの合図と同時に真剣な顔で入れる方やお手玉が入らなくてくやしなながらも笑顔で楽しんでいる利用者もいました。声を掛け合いお手玉が入ると「いいぞ!!」と応援している姿が多く見られました。アメ食い競争では紐に吊るされたアメを一生懸命口で取ろうと頑張っていました。中には口では上手く取れず手を使ってしまいう利用者もいましたが、みんな笑顔で競技していました。取ったアメを早速袋から出して食べる利用者や取ったアメを笑顔で誇らしげに職員に見せる利用者も見ました。2種目の合計得点を合わせ優勝したチームにはトロフィーとメダルを贈呈しました。身体を動かす運動会ですが、それだけでなく味覚も楽しめる運動会になり大成功に終わりました。



この他にもボランティアさんに協力していただきながら月毎の誕生者をお祝いする誕生会や運動会などのレクリエーションを行いました。10月は更生保護女性の会様、11月は初代ミスさんさの佐々木秀子様、さんさ好み様、12月は盛岡チャペル様が来荘され誕生者をお祝いしてくれました。本当にありがとうございました。また遊びにきてください。



迫力あるさんさ踊りの太鼓の音とさんさ唄に魅了されました

11月誕生会



清らかな聖歌を聞きながら一足早いクリスマスを堪能しました

12月誕生会

男の料理教室 ～カレー作り～



11月29日一般棟にて「男の料理教室」と題して調理レクリエーションを開催しました。今回は「カレー」を作りました。題名にもあるとおり男性のみで作りました。野菜の皮むきから始まり適度な大きさに切り、煮込んで完成するまでを作業分担し協力して作りました。

麻痺によって片手が使えない利用者も多く参加されましたが、リハスタッフが介助しながら皮むき器や包丁を使ってじゃがいもや玉ねぎを切りました。「最近包丁なんて持ってなかったからな…」、「できないよ…」などと最初は消極的な声も聞かれました。にんじんは硬く切り難さもあったため「大変だ…」と話し表情もかたく緊張した様子もありました。しかし、調理を続けて行くと徐々に包丁にも慣れてきて細かく切れるようになり表情もやわらかくなりました。

完成したカレーを盛り付けるところまで行い作業完了です。自分たちで作ったカレーの味は格別に感じたのか「美味しいな」と笑顔で話しながら夢中で食べていました。

盛り付け後に残ったカレーをお裾分けしていただきました。美味しかったことを伝え、またお願いしますと話すと「もういいよ…」と照れ笑いしていました。



一人ひとりに合った支援 リハビリテーション

専門スタッフがチームを組んで集中的にリハビリを実施

365日リハビリテーション提供（回復期リハビリテーション病棟・地域包括ケア病床）!!

南昌病院・敬愛荘・博愛荘・訪問リハビリテーションこすかた……

リハスタッフ総勢98名（理学療法士、作業療法士、言語聴覚士）（ほかに臨床心理士2名）

転倒予測→予防に!! ＝岩手県理学療法士学会大会賞 受賞＝

この度、学術誌(岩手理学療法学会)に投稿した学術論文を岩手県理学療法士学会大会賞に選出いただきました。今回投稿をした論文は、平成27年に行われた岩手県理学療法士学会大会において、「当院回復期リハビリテーション病棟における脳血管疾患患者の転倒予測」というテーマで発表の内容をまとめたものです。論文を投稿し、採択されるまでには1年以上かかりましたが、今回このような大変栄誉ある賞をいただくことができたのも、ひとえに根気強くご指導を下さった諸先生方並びに共同研究者や当院リハビリスタッフの皆様のおかげだと思っております。この場をお借りして心より感謝を申し上げます。

回復期リハビリテーション病棟協会の報告によると、入院中に約2割の方が転倒を経験するとされています。特に回復期リハビリテーション病棟は、起き上がりや立ち上がり、歩行といった動作が困難な患者がもう一度それらを行えるように支援していく病棟であり、その過程の中で転倒の危険性が高くなるといわれています。転倒を防ぐことは全国の回復期リハビリテーション病棟において共通の課題となっています。

転倒は骨折などの大きなケガにつながることも多く、そうすると回復した機能が低下したり、最悪の場合は寝たきりになったりすることもあります。また、運良く大きなケガをしない場合でも、一度転倒を経験すると動くこ

とへの恐怖心が強くなり、その後の機能回復が遅れたり、阻害されたりすることもあります。

そういったことから患者の機能回復をサポートする理学療法士として、いかに転倒を予防できるかが重要だと日々感じており、入院中の転倒を少しでも減らしたいという思いから、今回の研究に取り組みました。研究で得られた結果を活かして、患者が転倒なく安全な入院生活を送り、そして本来の生活を取り戻せるようチーム一丸となって関わっていききたいと思います。

今回の研究発表と論文投稿は初めての経験で、何から取りかかればよいのかわからない状態からのスタートでした。そのため、思い通りに進まず、大変苦しい時期もありましたが、今振り返るととても良い経験になったと感じております。今後も、毎日の診療はもちろんのこと、患者の支援に繋げるための研究活動にもさらに力を入れていききたいと思います。

最後になりますが、支えていただいた皆様にあらかじめ感謝を申し上げます。本当にありがとうございました。



南昌病院リハビリテーション科
理学療法士 千葉 大祐



『平成28年の看護科病院外活動について』

南昌病院 看護科



年が明け平成29年となりました。振りかえれば、昨年もいろいろあって結構大変な年でした。

看護科は、病院の中だけでなく病院の外でもさまざまな活動をしています。昨年は、代表的なのは「希望郷いわて国体」のボルダリング競技の救護班としての派遣がありました。

それでも私たちが、特に病院外活動として重要に考えているのは、地域の皆さんとのつながりです。その

代表活動は、出前講座です。昨年は、矢幅町健康祭りを含めて8件の要望をいただきました。この活動の中心になっているのは、病院内で言うと、患者の看護・スタッフの教育や指導を行っている実力派の中堅看護師といわれるベテラン看護師たちです。これからもお、矢幅町の皆さんとの交流を深めながら健康維持にかかわっていきたくと考えています。

平成28年の出前講座をご紹介します。

団体名	実施講座名	日時	場所	参加者数	担当看護師
室岡地区	骨粗鬆症の予防	6/25(土) 9:00～10:00	室岡公民館	40名	西村美和・遠藤愛子
新田1・2区	口から食べることの大切さ	6/27(月)10:30～11:15	新田自治公民館	27名	西村美和・古舘朋子
岩清水地区	熱中症の予防	7/19(火) 9:30～10:30	岩清水公民館	13名	関口潤子・藤村純子
南矢幅1・2・3区老人クラブ	熱中症とエコノミクス症候群について	7/22(金)10:00～11:00	さわやかハウス	15名	山崎飛鳥
花矢幅地区	家でできる感染予防対策	9/ 5(月)10:00～11:00	花矢幅公民館	22名	立花康子・藤平 忍
南矢幅5区	骨粗鬆症の予防	11/27(日)10:45～11:15	南矢幅5地区公民館	15名	中嶋由希子・田村立子
和味自治会	骨粗鬆症の予防	12/ 8(木)11:00～12:00	和味公民館	34名	谷村 恵・昆野未穂

スタッフ紹介

利用者の笑顔のために！

= 介護福祉士としてできること =

はじめまして、ケアセンター南昌博愛荘3階に勤務しております介護福祉士の北條由佳と申します。

昨年、介護福祉士になり帰郷に入社して9ヶ月経ちました。これまで学生として甘えてた自分もいましたが社会人となり、先輩方や周りの方々に支えられながら社会人としての生活もだんだん慣れてきました。

なぜ、私が介護福祉士を目指したかという、人を笑顔にする仕事や人の役に立つ仕事がしたいと思ったのがきっかけです。進路は福祉系の高校を選択し実習の中

で沢山の利用者と触れ合うことによって、よりいっそう介護福祉士という職業に憧れを持ちました。そして昨年資格を取り、私も博愛荘の一員として働いています。

いざ働いてみると介護の大変さや今までにない責任感を感じました。慣れない業務を覚えるのに時間がかかり、介助も不慣れで落ち込むこともありましたが、そういった時、利用者から励ましの言葉をいただきやる気も復活しました。今までは覚えることに必死でしたが、日々の生活の中で利用者の些細な変化を読み取り介助につなげてい

くことが大事だと気づきました。常に緊張感を持ち、身近にいる介護福祉士としてできることを見つけ、周囲への目配り、気配り、心配りを大切にしていきたいです。また、働いていく中で利用者に「あなたがいてよかったわ!」と言われると嬉しさでいっぱいになります。まだまだ未熟で頼りないところもありますが、これからも利用者の生活を支え、笑顔を引き出せるようにがんばります!



Topics

保健機能食品について

人間の口から入るものは、**食品と医薬品(医薬部外品含む)**に分類されます。

食品は一般食品・保健機能食品・特別用途食品に分類されます。保健機能食品は、食品の目的や機能等の違いにより、「**特定保健用食品**」「**栄養機能食品**」「**機能性表示食品**」の3つに分けられます。

一般食品

※機能性の表示ができない

栄養補助食品・健康補助食品・栄養調整食品・サプリメント・自然食品といった表示で販売されている食品は一般食品です。

特定保健用食品(トクホ)

健康の維持増進に役立つことが科学的根拠に基づいて認められ、コレステロールの吸収を抑える、などの表示が許可されている食品です。表示されている効果や安全性については国が審査を行い、食品ごとに消費者庁長官が許可しています。



保健機能食品

※機能性の表示ができる

栄養機能食品

1日に必要な栄養成分(ビタミン・ミネラルなど)が不足しがちな場合、その補給・補完のために利用できる食品です。すでに科学的根拠が確認された栄養成分を一定の基準量含む食品であれば、特に届出をしなくても、国が定めた表現によって機能性を表示することができます。

機能性表示食品

事業者の責任において科学的根拠にもとづいた機能性を表示した食品です。販売前に安全性及び機能性の根拠に関する情報などが消費者庁長官へ届け出られたものです。ただし、特定保健食品とは異なり、消費者庁長官の個別の許可を受けたものではありません。

特別用途食品

病者用食品、乳児用調整粉乳、妊産婦・授乳婦粉乳、えん下困難者用食品

健康を維持していくためには、**バランスのとれた食事**を取ることが基本です。トクホや機能性表示食品等を食べれば(飲めば)、食生活が乱れても良いというものではありません。その大切さを知ってもらうため、トクホや機能性表示食品等のパッケージには、「食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを。」と書かれています。

また、たくさん摂取すればより多くの効果が期待できるものではありません。過剰な摂取が健康に害を及ぼす場合もあります。

まずは
自分の食生活を振り返り、自分にあった保健機能食品を上手に選びましょう。



詳しくは、
消費者庁ホームページをご覧ください

矢巾町エリア

The map illustrates the Yabuchi Town area with the following features:

- North Arrow:** Located in the top left corner, pointing upwards.
- Roads:**
 - Route 46 (国道46号) runs vertically through the center.
 - Route 4 (4号) runs horizontally across the top right.
 - Route 13 (13号) runs vertically at the bottom.
 - Local roads include 湯沢団地, 流通センター, 矢巾温泉, 煙山ダム, 至北上, 至紫波, and やはば.
- Landmarks and Facilities:**
 - 南昌トンネル (Nanchang Tunnel)
 - 南昌病院 (Nanchang Hospital)
 - 敬愛荘 (Kei'ai-so)
 - 矢巾温泉 (Yabuchi Onsen)
 - あづまね温泉 ききょう荘 (Azumane Onsen Kikyōso)
 - ラ・フランス 温泉館 (La France Onsenkan)
 - 志和稲荷神社 (Shiwano Inari Shrine)
 - 湯沢団地 (Yuzawa Danchi)
 - 南昌台団地 (Nanchang Danchi)
 - 悠和荘 (Yūwa-so)
 - 志和荘 (Shiwa-so)
 - マース矢巾 (Mars Yabuchi)
 - 煙山ダム (Ensan Dam)
 - GS (Gas Station)
 - 東北自動車道 (Tohoku Expressway)
 - 盛岡南 I.C. (Morioka South Interchange)
 - 盛岡西バイパス (Morioka West Bypass)
 - 国道46号 (National Route 46)
 - JR 東北本線 (JR Tohoku Main Line)
 - いわて いいいおか (Iwate Iioka)
 - ケアセンター南昌 (Care Center Nanchang)
 - こすかた診療所 (Kosukata Clinic)
 - 博愛荘 (Hokai-so)
 - こすかた保育園 (Kosukata Nursery School)
 - 矢巾町役場 田園ホール (Yabuchi Town Office Town Hall)
 - やはば (Yahaba)

月	神 經 内 科	佐藤 典子
火	内 科	小原 進
水	脳神経外科 循環器内科	山口 一彦 西城 精一
木	脳神経外科	齊木 巖
金	外 科	菅野 干治

内科・リハビリテーション科	
月～金	内 科 三浦 秀悦
月・火(午前)・金	内 科 足澤 輝夫

医療法人社団 帰 厚 堂	■ 南昌病院	〒028-3621	紫波郡矢巾町広宮沢1-2-181	TEL 019-697-5211	FAX 019-697-5215
	■ 介護老人保健施設 敬愛荘	〒028-3621	紫波郡矢巾町広宮沢1-2-181	TEL 019-697-3288	FAX 019-697-0641
	■ 小規模多機能型居宅介護事業所 恒和荘	〒020-0805	盛岡市東新庄1丁目7-23	TEL 019-681-4166	FAX 019-604-1120
	■ グループホーム 若園荘	〒020-0886	盛岡市若園町8-11	TEL 019-601-5501	FAX 019-604-1660
	■ ケアセンター南昌	〒028-3614	紫波郡矢巾町又兵衛新田5-67-1	TEL 019-698-2015	FAX 019-611-2071
	◆ こずかた診療所			TEL 019-698-3033	FAX ◇
	○ 訪問リハビリテーションこずかた		◇	TEL 019-611-1380	FAX ◇
	◆ 介護老人保健施設 博愛荘		◇	TEL 019-698-2015	FAX ◇ ※
	◆ 博愛荘デイケアセンター		◇	TEL 019-697-1526	FAX ◇
	◆ デイサービスつむぎ		◇	TEL 019-698-2015	FAX ◇ ※
	◆ 訪問看護ステーションやはば		◇	TEL 019-698-1388	FAX ◇
	◆ ヘルパーステーションやはば		◇	TEL 019-698-1385	FAX ◇
	◆ 訪問入浴介護やはば		◇	TEL 019-698-1385	FAX ◇
◆ やはば指定居宅支援事業所		◇	TEL 019-697-0537	FAX ◇	
◆ ショートステイやはば		◇	TEL 019-698-2015	FAX ◇ ※	
◆ グループホーム 敬寿荘		◇	TEL 019-697-9002	FAX ◇	
社会福祉法人 敬 愛 会	▲ こずかた保育園		◇	TEL 019-698-3008	FAX 019-611-0221
	▲ 矢巾町地域包括支援センター		◇	TEL 019-611-2855	FAX 019-611-2937
	● 特別養護老人ホーム 志和荘	〒028-3621	紫波郡矢巾町広宮沢1-100	TEL 019-697-6355	FAX 019-697-6356
	● 地域密着型介護老人福祉施設 悠和荘	〒028-3621	紫波郡矢巾町広宮沢1-2-312	TEL 019-698-1661	FAX 019-698-1671
	● 敬愛会老人デイサービスセンター	〒028-3621	紫波郡矢巾町広宮沢1-2-514	TEL 019-697-5953	FAX 019-697-7680
	● 指定居宅介護支援事業所	〒028-3621	紫波郡矢巾町広宮沢1-2-312	TEL 019-697-0880	FAX 019-698-1671
	● 矢巾町地域包括支援センター				
	さわかやハウス相談室	〒028-3615	紫波郡矢巾町南矢幅14-78	TEL 019-697-5570	FAX 019-697-5570
※ケアセンター・南昌代表電話					

南昌だより

X
0
1
9
—
6
9
7
—
5
2
1
5