

南昌だより

2019
No. 36
2019年4月1日発行



患者だより 本誌 P15

紫波町、矢巾町指導者合同フォローアップ研修 本誌 P5

敬愛荘 本誌 P14

恒和荘 本誌 P12

志和荘 本誌 P10

悠和荘 本誌 P2、P11

こすかたこども園 本誌 P7

志和荘 本誌 P10

ケアセンター南昌 本誌 P8

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

2019
No. 36
Contents

- 2P……………巻頭言
- 3P……………職場紹介
……………スタッフ紹介
- 4P～5P ……リハビリテーション その6
- 6P～8P ……ケアセンター南昌

- 9P……………南昌病院
- 10P……………志和荘
- 11P……………悠和荘
- 12P……………恒和荘
- 13P……………若園荘
- 14P……………敬愛荘
- 15P……………患者だより
……………トピックス
- 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/>



開放感ある空間に ＝改築でユニットケア拡充＝

悠和荘 施設長 村田 光宏



地域密着型介護老人福祉施設の悠和荘では、この3月に1ユニット、8室を増設しました。平成19年5月に旧志和荘の建物を改装し、入所21名、ショートステイ8名でスタートして以来で、悠和荘としては12年余を経て初めての大きな変革となります。増設に際しては、現有建物に接続する形で新築するプランも検討しました。一方で、平成3年1月から矢巾町が設置してデイサービスセンターとして利用され、昨年7月にその役割を終了した建物もありましたので、それを改装利用することも並行して検討しました。その両方を比較した結果、後者の旧デイサービスセンターの建物を改築利用する案が選択され、昨年10月に着工して以降、暖冬にも助けられて予定どおり3月のオープンに漕ぎつけました。

悠和荘は、ユニットケアを行う特別養護老人ホームで、今回の新ユニットは、広々としたリビング(居間)を中心に8部屋が取り囲むように配置されています。これは、デイサービスセンター当時のレクリエーションスペースをそのまま活用したからで、天井も高い吹き抜けとなっていることから、明るく開放感のある空間とすることができました。また、改装という建築方法の制限から居室ごとに広さは異なるものの、いずれも本館以上の広さが確保されていますので、来客時にもプライバシーを保って面会いただける個室となっています。さらに、共用設備としてリフトを付帯した個浴を設えていますので、入居者それぞれの状況に応じたきめ細かなサポートをユニット内の最小限の移動で提供できるようになっています。

これまで入居の申込みをいただきながらお待ちいただいていた8名の方々には、通常10名程度で1ユニットとなるところ、8名でのユニットですので、少人数のコミュニティの中でゆったりとした時間と安らかな暮らしを提供できるものと考えています。これからは、この新しいユニットと併せて入居3ユニット、ショートステイ1ユニットの全4ユニットで、皆様にユニットケアを提供してまいります。

言うまでもなくユニットケアは、多人数の「集団ケア」を、単に個室・少人数単位に分割してケアを提供す

るというだけのサービスではなく、介護が必要な状態になってもその方なりの「普通の生活を営むこと」を理念に「今までの暮らし方の継続」を基本として提供されるケアとされます。

そこでは、一人ひとりの尊厳を保ちつつ個性と生活リズムを尊重した「個別ケア」が求められており、それゆえに少人数のユニットで構成することが必要とされています。したがって、そこに携わるスタッフにも、個々の入居者の残存機能が維持され、活用されるよう必要なサポートを行う知識やスキルが必要となってきます。

幸いにして悠和荘には、一般社団法人日本ユニットケア推進センターが開催しているユニットケア・リーダー研修を修了してユニットケアの本旨を熟知するとともに、ケア技術に長けた経験豊富な職員が多く在籍しています。年々、入居者の介護度は上がる傾向にあり、日常生活動作のレベルも下がる傾向が見られますが、この万全な体制をもって個々の入居者の暮らしと共に変化し、進化していくことで、日々の暮らしを楽しんでいただけるような悠和荘でありたいと考えています。

増床を機に職員一同、改めて気を引き締めて取り組んでまいりますので、よろしく申し上げます。



職場紹介

介護老人保健施設博愛荘・ ショートステイやはば相談室です!

今回は、博愛荘とショートステイやはばの相談室を紹介します。その前に、博愛荘とショートステイやはばの施設紹介から。

「博愛荘」は介護老人保健施設という介護施設になります。これがどういうところかという、医療・看護・介護・リハビリ・栄養管理などのサービスを提供して、障害のある方や高齢の方など、利用者本人、ご家族が安心して在宅生活を続けられるよう支援する施設になります。

「ショートステイやはば」は、介護者が事情あって不在になるときや、介護者の負担を軽減するためなどの目的で、一時的に介護が必要な人をお預かりするところになります。博愛荘のような施設入所のサービスではなく、ヘルパーやデイサービス等と同じ在宅サービスになるため、利用についてはケアマネジャーとの相談も必要になります。

相談室には、博愛荘の支援相談員3名と、ショートステイやはばの生活相談員1名の計4名がおり、全員が社会福祉士の資格を持つ専門職です。入所利用相談の窓口の役割から利用中、退所後の生活のことについての相談、当施設以外の社会資源の情報提供なども行っています。

当施設だけでは対応が困難な場合でもセンター内外の他の関係機関の紹介、情報提供等を行い、できるだけスムーズに適切な機関へ結びつくように支援しています。施設見学も随時行っていますので、希望される場合はご連絡ください(感染症対策のため見学できない場合がありますのでご了承ください)。

相談室の場所はケアセンター南昌1階、正面の入り口から入ってエレベーターの右手の奥、地域包括支援センターや居宅介護支援事業所と同じ受付窓口となっています。

リハビリをしたい、冬期間や農繁期等の健康管理をしてほしい、元気になってまた家で生活できるようになってほしい、介護が大変になってきてちょっと休みたい等々ございましたら、まずはご相談ください。ケアマネジャーや他の関係機関とも連携しながらお手伝いさせていただきます。

最後になりますが、今後とも博愛荘・ショートステイやはばの相談室をどうぞよろしくお願いいたします。

◎介護老人保健施設 博愛荘
支援相談員/川村良重・小泉 進・榎田直希
◎ショートステイやはば
生活相談員/畠山隆西
相談受付時間/8:30～17:15(土日除く)
TEL.019-698-2015(代) FAX.019-611-2071(代)



スタッフ紹介

努め尽くします!!

= 職場環境作り&在宅復帰ケア =

初めまして。介護老人保健施設 敬愛荘で勤務している介護士の太田と申します。今年の6月で敬愛荘に勤めて3年目となります。これまでに有料老人ホームやショートステイで勤めてきました。これまで培った知識や経験を活かしたいと思い敬愛荘に就職し現在に至ります。敬愛荘では様々な職種の職員と一緒に多くの事を学びながら楽しく仕事をすることができています。

今年の1月に介護福祉士の国家試験を受験しました。職場のバックアップもあり良い環境で試験勉強に取り組む事が出来ました。自己採点では例年の合格基準点に達していましたが3月下旬の結果発表までドキドキしながら過ごしています。しかし合格したからといって慢心せずこれからも介護福祉士としての自覚を持ち、これまで以上に利用者一人一人への向き合い方やより良いケアが出来るように努力し

ていきたいと考えています。

私事ながら昨年4月に入籍し、先日特別休暇を7日間いただき新婚旅行に行ってきました。京都、大阪に6泊7日の日程で観光し満喫してきました。人手不足など忙しい業務の中、シフトも厳しい状態でしたが職場の皆さんに温かく送り出していただきました。お陰でこれまでの人生で一番楽しい時間を2人で過ごすことが出来ました。

これからも職場の皆さんと協力し雰囲気の良い職場の環境作りや、利用者の希望に寄り添い、在宅復帰を目指したケアが出来るよう努力していき利用者からも職員からも必要とされる介護福祉士になれるよう努めていきます。

※3月27日発表があり介護福祉士に合格しました。



敬愛荘
介護福祉士
太田 偉仁

連載

「リハビリテーション」

その6



地域に広がっています! 「シルバーリハビリ体操」【1】 ～地域リハビリテーションにおけるシルバーリハビリ体操指導者の意義と役割について～

○ はじめに

岩手県では、介護予防に効果的な取り組みとして「岩手県シルバーリハビリ体操指導者養成事業」を平成27年度から進めています。これは、公募された概ね60歳以上の地域住民を対象に「シルバーリハビリ体操指導者養成講習会（以下、養成講習会）」を開催し、全日程の受講とレポート提出をした方を「岩手県シルバーリハビリ体操指導者（以下、シルリハ指導者）」として県が認定するものです。認定されたシルリハ指導者は、地域活動の実践者として、地域における通いの場づくりなどを通じ、広く住民に向けた介護予防の知識や体操の普及に住民ボランティアとして取り組む役割を担います。

南昌病院では、「盛岡南部地域リハビリテーション広域支援センター（以下、盛南広域支援センター）」として平成29年度より県からの事業委託を受け、盛岡南部圏域（盛岡市、矢巾町、紫波町）の住民を対象とした養成講習会の開催と、養成後のシルリハ指導者の活動支援や各市町における介護予防事業等の支援に協力しています。

今回は、シルバーリハビリ体操とはどんな体操であるかについてと、シルリハ指導者養成事業の概要についてまとめ、併せて本院が平成29、30年度で開催した養成講習会と地域リハビリテーション活動支援の実績を今号と次号の2回に分けてご紹介いたします。

○ シルバーリハビリ体操とは？

シルバーリハビリ体操（以下、シルリハ体操）とは、茨城県立医療大学名誉教授の大田仁史先生によって体系的にまとめられた、介護予防に効果的な体操です。シルリハ体操には、日常生活動作を楽にする「いきいきヘルス体操」と、筋力をつけ、からだの柔軟性を高める「いきいきヘルスいっばつ体操」、そして、嚥下体操や発声練習、顔面体操などの「その他の体操」があります。体操は『寝て』・『床』・『椅子』・『起立』のどの姿勢でも行えるもので、その組み合わせは92種類あり

ます。体操の歴史は古く、考案者である大田先生によると在宅脳卒中者に対しての集団体操教室を運営する中で、どのような姿勢でもできる脳卒中片麻痺者用の体操として、1975年頃に「いきいきヘルス体操」を考えられたそうです。

シルリハ体操は、動作学や障害学に基づくもので、リハビリテーションの一手法である治療運動を体操化したもので、道具なども必要としません。したがって、体育学などが基になる、いわゆる「元気アップ体操」や「レクリエーション」とは異なり、要介護者や低体力の方でも取り組める体操です。

体操の一つ一つは簡単なように見えますが、どの種目も、何のためにどの筋肉を使い、どの関節をどのように動かすかが明確に考えられています。また、ゆっくりと運動するため、正確に行うと、じんわりと汗ばむことに気がきます。ですから、比較的体力に自信をお持ちの方であっても“効いている”と実感できる体操です。加えて、体操の動きは「寝て」いるところから「寝返り」、「起き上がり」、「座る」、「立ち上がる」といった基本動作や「更衣」、「整容」、「食事」、「排泄」などの日常生活動作、また、「歩く」ことや狭い場所での「方向転換」、「乗り移り」といった生活の様々な場面での身のこなしの改善に役立つように考えられており、その点も他の体操にない特徴です。

○ シルバーリハビリ体操に込められている理念

大田先生は、体操に込めた理念を「たとえ要介護状態になっても最期まで人間らしい姿を保つこと」だと述べています。介護予防の取り組みは、往々にして機能改善などの右肩上がりの効果に注目が集まりがちですが、それが叶わなくなった段階においても、予防の考え方が貫かれることが大切であると強調されています。

たとえ寝たきりであっても、介護にあたる人がシルリハ体操を知っていれば、無理なく関節のストレッチを行うことができます。それによって関節の運動範囲の減

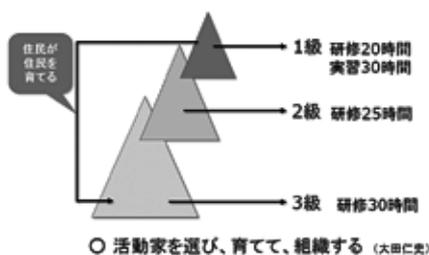
少に伴う変形や痛み、床ずれなどの予防が図られ、それはすなわち「人間らしい身体を保つ」ことにつながるという考え方です。「人間らしい姿」が保たれることは、その人の「尊厳を守る」ということであり、それはリハビリテーションの理念 (rehabilitation = re habilitation ※南昌だより2017 No30参照) そのものです。この事から、体操の名称に“リハビリ”が入っているわけです。

○ シルリハ指導者養成の仕組みと講習会の概要

シルリハ体操のもう一つの特徴は、この体操をツールにして、介護予防ボランティアである「シルリハ指導者」を養成する仕組みがあることです。この仕組みも大田先生が生み出したもので、茨城県では12年前から取り組まれ、介護予防に大きな効果を上げているといわれています。

シルリハ指導者には、その役割に応じて1級～3級まであります。これは、立場の上下を表すものではなく、あくまでも役割の違いがあるということです。それぞれどのような役割か?という、3級指導者は地域活動の実践者であり、2級指導者は地域活動のリーダーになります。そして、1級指導者になると、「3級指導者養成講習会」の講師となり、一部専門職も担当しますが、養成講習会を開催することで、指導者自らがその仲間を増やしていくことができます。すなわち、支え手としてのボランティア仲間をどんどん増やしていけるのです。(図1)

図1 体操指導者養成事業



指導者になるためには、標準化されたカリキュラムで構成された養成講習会の受講が求められます。現在、講習会は3級講習会～1級講習会までがあり、始めは3級講習会の受講がスタートになります。3級講習会は計6日間(30時間)のカリキュラムで、その内容は、介護予防の活動や体操の理解に必要な総論、解剖・運動学の講義、体操実技等で構成されます。解剖・運動学では、108の専門用語を学び、体操は92種類の実技を学びます。一見すると高いハードルのようにも思いますが、受講した方の感想を拝見すると、「学生時代を思

い出した」「これまでの人生で一番勉強したかもしれない」「仲間ができて嬉しい」など、楽しみながら学習していることがうかがわれます。特に認定試験などはなく、6日間全日程の出席と毎回のレポート提出が認定の要件となります。レポートは「振り返りシート」と呼ばれるもので、それぞれの講義について、学んだこと、疑問・質問、感想などを記入するものです。

3級指導者となり、一定の活動実績を持つ方は、その意思に応じて、2級指導者養成講習会(4日間20時間の講習)1級指導者養成講習会(4日間20時間の講習+6日間30時間の実習)へとステップアップすることができます。現在のところ当院では3級指導者養成講習会(盛岡市、矢巾町、紫波町)の開催と、1級指導者の実習部分への協力を行っています。

文責 南昌病院 統括主任理学療法士 三浦正徳



平成29年度 養成講習会 紫波町会場



平成29年度 養成講習会 矢巾町会場



平成29年度 紫波町、矢巾町指導者合同フォローアップ研修

各施設から

ケアセンター一南昌での主な取組み (H31.2月~3月)

【ひな祭り】 (敬寿荘)



5階エレベータホール前に立派な雛人形が飾られました。なかなか準備は一苦労！利用者と職員力をあわせ「三人官女の次は…」「弓はどこ？」などなど…皆でわいわい飾ることも雛祭りの楽しみの一つです。

3月3日には皆で記念撮影し、お雛様を眺めながらおやつタイム。「早く片付けないと、お嫁に行けない…って？誰かお嫁に行く人がいだってが〜」と皆で笑い楽しい一時を過ごしました。伝統行事は、季節を感じる事が出来、雛祭りが終わると、暖かさが増し桜ももうすぐ！温かい日差しの中、春の散歩も楽しみです。



【平成30年度 家族のつどい】 (DSつむぎ)

やはぱーく1階にて、つむぎ利用者家族の語らいの会として“家族のつどい”を開催しました。今回は矢巾町地域包括支援センター吉田均所長も特別参加し、施設選びについてなど、アドバイスをきくことができました。

利用者家族の中には、育児と介護を両方している方、20年に及び介護している方、つむぎを卒業し、当時は振り返る為に参加された方など様々な立場の方がおり、活発な意見の交換がありました。「ストレス膨大で怒ることも多いが、今後は褒めてかわらうと思う。」「通所を始めてから、少しだが自分の心と時間に余裕ができてきた。」「ぐっすり寝られたら理想的だが…」「頭で解っていても気持ちがついていかない」など、本音を語り合っていました。28名のつむぎ利用者のうち、14名の家族が参加し、大変盛況の集いとなりました。



【丹野智文氏講演会・座談会に参加して】 (敬寿荘)

平成31年2月19日(火)「丹野智文氏講演会・座談会」(会場：ビックルーフ滝沢大会議所)に敬寿荘の職員3名が参加してきました。

現在44歳の丹野氏は、39歳の時若年性アルツハイマー病と診断。認知症になり、人生終わりだと考えていた頃、元気で明るい認知症の方々と出会い少しずつ認知症に対する不安が軽減されていったと話されていました。

何度も伝えていたのは…認知症予防も大切だが、何より大切なのは認知症になっても大丈夫な支えあいの社会をつくることに力を入れて欲しいということでした。

丹野氏は現在、理解ある会社で認知症となっても継続して現役で仕事をしているが、現実には8割の人が若年性認知症と診断されると仕事を失っている現状であり、周りの環境が良ければ笑顔で楽しく生活できる事を話していました。

今回の講習会を通して、認知症という「何でも助けてあげないと」と思いがちだが、それは本人のやれる事・意思を無視してしまう事になること、認知症は周囲の理解があれば怖い病気ではなく、何より怖いのは周りの人の偏見だと思いました。(横山・塩満・浅田)



【劇団博愛荘～利用者に笑顔になってもらう為に～】 (博愛荘)

博愛荘では、毎月の誕生者のお祝いを、家族と外部ボランティアの協力を得ながら行っております。例年、インフルエンザ流行期間はボランティアを呼ぶことが出来ないため、職員による余興をおこなっていました。今回、新しい試みとして職員による劇を計画し、2月のお誕生会で実施しました。

劇のタイトルは「鬼は内、福は外」です。限られた時間の中で小道具や衣装を準備し、練習をし、いざ本番を迎えました。覚えていたセリフが本番では抜けて



しまい焦る場面もありましたが、参加メンバーがみんなでフォローし、協力しながら一つの劇を完成させる事が出来ました。劇中では、役を演じるだけでなく、利用者全員に鬼へ豆をまいてもらい、歌あり、踊りありで職員と利用者が一体となり楽しむ事が出来ました。

利用者の感想としては、「職員のみなさんが、一生懸命やってくれた事で職員が身近に感じた。」「楽しかった。」等の声が聞かれました。同じ時を共有し楽しむ事で一体感が生まれたと思います。「次回も楽しみにしているからね。」という声も聞かれ、職員も嬉しい気持ちになりました。



【お別れ会 3月8日】 (こずかた保育園)

めろん組 (5歳児) のお友だちがあと少しで卒園します。今まで困っていると助けてくれたり、優しくお世話してくれたお兄さん、お姉さんとのお別れの日が近づいています。お別れするのはさびしいですが、最後の思い出作りとして、お別れ会をしました。運動会で輝いていた姿をもう一度見たくて、ミニ運動会をしたり、プレゼントを贈ったり歌をうたったりしました。給食はめろん組のリクエスト給食。バイキング形式でホールで2歳児以上の子どもたちがグループごとで食べました。



【こずかた保育園は4月より、幼保連携型認定こども園 こずかたこども園としてスタートします】



本園は、4月より幼保連携型認定こども園としてスタートします。

定員は90名から106名に変更となり、1号認定・2号認定・3号認定のお子さんをお預かりすることになります。これからはセンター内での高齢者の皆さんとの交流をたくさんし、心優しく、明るく挨拶ができ、元気いっぱいの子どもに教育・保育を進めていきます。



【節分・豆まき①】 (デイケア)

毎年恒例のデイケア節分祭りは生まれ年の干支にあたる職員が鬼当番です。今年は2名の職員がイノシシ年でした。さて、鬼の色によって性格が異なるのはご存知でしょうか？

- ★赤＝貪欲 (欲望・欲望の象徴) …自分の悪い心が取り除かれる
- ★青＝瞋恚 (悪意・憎しみ・怒りの象徴) …徳を呼び込み幸福に恵まれる
- ★緑＝惰沈・睡眠 (倦怠・眠気・不健康の象徴) …健康で規則正しい生活を心掛けるようになる
- ★黒＝疑心暗鬼 (疑いの心・愚痴の象徴) …心に平穏が訪れる
- ★黄 (白) ＝掉挙・悪作 (心の浮動・後悔の象徴) …過去の後悔や自己中心的な考えを取り除き公平な判断ができるようになる



デイケアには赤鬼と青鬼が登場！！

当日は職員の演奏に合わせて豆まきの歌を歌い、豆の代わりに新聞紙を丸めたボールを投げました。鬼役は誰なのか気になりながら…鬼を払い、無病息災を願う時間を過ごしました。



【節分・豆まき②】 (SSやはば)

2月3日は節分の日ということで、ショートステイやはばにも鬼が来ました！

皆さん鬼の登場と大きな声にビックリしながら「鬼は～外！、福は～内！」と一生懸命豆を投げていきます。

たくさんの豆をぶつけられた鬼は降参し、悪さはしないと約束しました。

最後は笑顔で見送られて南昌山に帰りました。



【節分・豆まき③】 (こずかた保育園)

1月の後半からそわそわしていた子供たち。2月に入って心積もりをしていたつもりが、すぐにたくさんの鬼が来ました。

おこりんぼう鬼・泣き虫鬼・好き嫌い鬼・いじわる鬼などの鬼が6匹も来て園内は騒然としました。豆まきをして心の中のそれぞれの鬼を退治して、最後には仲良しになりました。来年はいい子で過ごします！



平成30年度ケアセンター南昌アイディア募集大会 ～ 結果発表 ～

昨年度開催した、ケアセンター南昌職員を対象としたアイディア募集大会に合計14件の応募があり、厳選な審査の結果7件が受賞となりました。



● 最優秀賞

「目指せセンター内での腰痛0（ゼロ）運動」

訪問リハビリテーションこずかた 理学療法士：熊谷 大輔

～ 受賞者コメント～

今回の企画の受賞は、ケアセンターで働く職員の皆さんの労働環境や仕事内での動作について改めて一緒に考え、痛みなど健康面での不安をサポートできるチャンスをいただいたと捉えております。少しでもお役に立てるよう、今後も一生懸命取り組んでいきたいと思っております。皆で素敵なケアセンターにしていきたいです!!

● 優秀賞

「利用者の手荷物の運び方について」

ケアセンター南昌 労務員：佐々木 俊一

～ 受賞者コメント～

まさか、まさかこんな日がくるなんて…優秀賞をいただいて、皆さんにショッピングカートを使って荷物を運んで貰える時がくるなんて!!
入所するときなど家族の方や、利用者、職員がいつも両手いっぱいの荷物を抱えて大変そうだったので、少しでも楽に荷物を運び喜んで使っていただきたいです。



● 特別賞 「ヨガ教室の開催」 博愛荘相談室 相談員：川村 良重

「地域における身近な施設へ」～ケアセンターへようこそ!～

博愛荘デイケア 介護福祉士：青苅 恵子

「たったままミーティングやネット検索できるテーブル」 事務室 事務員：八角 玲子

● 佳作 「快適に送迎車を利用してもらうための改善」 博愛荘デイケア 介護福祉士：角舘 奈保子

「センター内でのユニホームの仕分け担当をつくる」 博愛荘 介護福祉士：岩澤 元気

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ずかた……

リハスタッフ総勢82名(理学療法士、作業療法士、言語聴覚士)、(ほかに公認心理士(臨床心理士))

早期在宅復帰を目指した看護視点からの新しい取り組み

回復期リハビリテーション病棟

◎ 回復期リハビリテーション病棟の看護の役割

患者の多くは、突然の病気やけがで急性期病院に救急搬送され、命にかかわるような大変な局面を乗り越えた後、さまざまな障害の機能回復のためにリハビリを目的として入院して来ます。

急性期の治療は「いのちを救い」、回復期リハビリでは残存した障害の回復を目指す、あるいは障害の程度に合わせた生活のデザインを行い、「生活できる」のLifeがメイン目標となります。

患者自身が目標を理解し、リハビリに向き合えるよう心身のケア・健康管理・疾病管理指導・在宅復帰支援等を提供し、早期在宅復帰を目指しているのが大切な看護の役割といえます。

◎ 回復期リハビリテーション病棟の概要

当病棟は2000年6月に40床で開設、2002年4月から60床に増床され、現在に至ります。

少し、専門的になりますが病棟の実態について、改めてご紹介したいと思います。

主に、脳血管疾患や運動器疾患の患者が入院対象となっています。

2016年度の入院患者全体の平均年齢は、75.1歳で、疾患別の割合は、脳血管疾患患者が74.4%、運動器疾患患者が17.4%、そのほかの廃用症候群の患者が8.1%でした。

平均在院日数は、脳血管疾患患者が99.7日、運動器疾患患者が58.2日、廃用症候群の患者が75.9日でした。

施設基準は、回復期リハビリテーション入院料1(2085点)を取得しています。

2018年度の在宅復帰率は84.5%、新規入院患者における重症患者率は34.8%、退院時日常生活機能評価の4点以上の回復率は57.6%でした。

病棟医長は脳神経外科専門の齊木巖副院長です。

また、リハビリ専門医である吉岡尚美医師が専従医師として病棟全患者のリハビリにかかわっているのが大きな特徴です。

看護科のスタッフ構成は、看護師22名、准看護師1名、看護補助者14名(介護福祉士・介護士・歯科衛生士・入浴専従者・クラークなど)です。看護師のうち2名が、回復期リハビリテーション認定看護師です。

◎ 新しい取り組み

昨年の11月から、新しい取り組みを始めましたので紹介します。

脳卒中リハビリ看護認定看護師が中心となり、医師・看護師・リハビリスタッフとともに、いわゆる多職種連携でより高いリハビリ効果を目指して、3時間のリハビリ訓練の合間に集団起立訓練を始めました。

食堂ホールのテーブルを囲んで、立ったり座ったりを繰り返す運動を一日2回実施しています。

「おれもやったら良くなった。やって見たほういいよ」以前から参加している患者が、転院してきて間もない患者に勧める光景も見られるようになり、実施の効果が期待できるようになってきつつあります。早期自立のためには、1日3時間のリハビリに加えて、病棟での21時間の過ごし方が重要と言われこの21時間をただベッドで過ごすより、起きて自主訓練にあてた方がより早く回復するという訳です。

急性期病院から転院して間もない患者は、体力が低下して疲れやすい傾向にありますが、この取り組みを開始してから持久力や下肢筋力が付き、参加してよかったとの声も聞かれます。

継続実施して効果を評価しながら、在宅復帰を目指して看護していきたいと思っています。



夕方の起立訓練の様子…4秒かけて立ったり座ったりを30回、2クール



第2・4金曜の午後 コーヒー喫茶の風景、「たまにはコーヒーブレイク！」



看護補助者によるレクリエーション、座ってタップダンスその名も「座・タップ！」

志和荘

施設紹介

特別養護老人ホーム：常に介護が必要で自宅では介護ができない方が対象の施設です。



【クリスマスケーキ】.....

昨年12月25日(火)、「白石パン」のご厚意によりクリスマスケーキを頂きました。

「白石パン」は多くの福祉施設にクリスマスケーキを寄贈する活動を長年続けています。入居者の皆さんは毎年とても喜ばれ、「今年も美味しそうなケーキだな～」と笑顔で話しています。シャンシャンと鈴の音を鳴らしながらサンタに扮した職員がケーキを持って現れると思わず笑みがこぼれます。

毎年幸せのケーキを届けて下さり、ありがとうございます！



.....【新年弁当の会】.....



1月10日(木)、新年弁当の会を開催しました。ちらし寿司に松前焼き、栗きんとんに黒豆等々…色とりどりの華やかな弁当で新年のお祝いをしました。「じゃ～、旨そうだ！正月はいいもんだなあ～」と喜んで食べていました。

縁起の良い大黒様と獅子舞も練り歩き、今年一年がよい年でありますようにと祈念しました。



.....【リフト浴完成!】.....

新しいリフト浴が完成しました！！以前使用していた中間浴とは形状が大きく異なりますが、安全にゆっくり入浴できる点では変わりありません。浴槽は檜で出来ているため、なんとも言われぬ心地よい香りがします。「あ～、気持ちいい!」「檜の風呂は最高だなあ～」と大満足の様子でした。ゆっくりと温まって下さ～い！あつ、でもあまり気持ちが良いからって、長湯をし過ぎてのぼせないようにして下さいね(笑)



【看取り研修】.....

2月5日(火)、アイーナにて行われた「看取りについて」の研修に参加しました。看取りに関する基本的な知識や、看取り介護に取り組んでいる施設の日頃からの取り組みについて学びました。

“施設の中で看取りは珍しい事ではないですが、本人や家族の方々にとっては二度とない事で心残りの無いようにしていかなくてははいけません。そのためにも思いに寄り添い、日々の関わりを大事にしていかなければいけない”との事でした。

また看取りに関わる職員も「死」に対する不安を抱えるので一人一人を考えるのではなく、話し合いを重ねチームでの実践が必要であるという事を学びました。これから看取りに関わる際は本人や家族と密にコミュニケーションを取り、多職種によるチームアプローチを実践していきたいと思えます。(櫻岡)



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(祝祭日等を含む)

【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。

お正月

亥年、何事も常に前向き心がけで参りたいものです。恒例の悠和荘神社と干支飾り。元日のお昼にお参りする元昼参りでは熱心に願う姿が見られます。おみくじで「大吉」の方は「ほお～」と喜んでいました。



獅子舞・書初め

皆さんの健康を祈願するには欠かせない獅子舞です。そしてお正月といえば書初めです。力強い立派な書ができました。



節分・豆まき

今年の鬼はまんず賑やかでジャカジャカと登場しました。思いっきり「鬼は外！」です。



福笑い

正しい福笑いの人、自由な福笑いの人、どちら様も真剣そのものです。目隠しをはずした後は笑いの渦が巻き起こりました。



おやつ

冬期間のお楽しみのひとつにおやつ作りがあります。各ユニットから希望を聞いて栄養士中心に皆さんと作ります。香ばしい、とてもいい香りが施設にたちこめるひと時です。悠和荘の手作りおやつは絶品です。できあがりの瞬間は思わずバンザイがでます。



黒糖まんじゅう



レアチーズケーキ



スフレチーズケーキ



がんづき

ひな祭り

今年は玄関入ってすぐの場所に二組のお雛様を飾りました。豪華さが更にアップし、利用者はもちろんですが、来客の方にも喜んでいただきました。

ひなケーキは三段飾りとなりましたが、五人囃子が崩れ落ちそうになるハプニング発生！

ホイップクリームで補正し、何とか凌ぎました。

味はバッチリ！問題なしです。



ご迷惑をおかけしました面会制限ですが、インフルエンザやノロウイルス等感染者ゼロで何とかシーズンを終えそうです。ご協力ありがとうございました。



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。

恒和荘ってどんなところ？

誰もが年をとっても介護が必要となっても、住み慣れた住宅や地域の中で家族や親しい人達と共に、最後までその人らしい人生を送りたいと望んでいると思います。そうした在宅での生活を送り続けたいという高齢者や家族の願いに応えるために、小規模多機能型居宅介護事業所恒和荘があります。

小規模多機能の特徴として「通い」「泊まり」「訪問」を同じ場所から、なじみの職員が対応するため、安心して利用いただけます。月額定額制のため、介護保険利用限度額からはみ出す心配がありません。また、送迎時間もご本人、家族のニーズに合わせた対応が可能で、24時間365日の連絡体制で緊急時の対応や相談にも応じます。登録定員は29名で、1日の通いが18名、宿泊は9名まで可能です。「どんな所なんだろう」「少し話しが聞いてみたい」「介護保険のことがよく分からないなあ」等、どんなことでもまずは恒和荘にご相談ください。

ちなみに恒和荘では、みんなで体操やレクリエーション、お昼おやつは職員の手作り、理療士によるマッサージを行っています。天気の良い日は散歩や車でドライブに出かけています。春は花見、秋は紅葉狩りにも行きます。楽しいですよ！



冬の行事を楽しみました！

新年を迎えた恒和荘では毎年恒例の小正月行事「みずぎ団子作り」を行ないました。男性利用者も張り切って参加、皆さんで色とりどりの団子作りを楽しみました。

みずぎが団子木に選ばれた由来は赤く美しいこと、小枝が細く揃い団子が刺しやすいこと、春先に樹液を吸い上げ小枝の先が少し上を向くようなことから豊作祈願や一家繁栄などの願いが込められているそうです。丸めたお団子に健康で元気に過ごせるように願いを込めて。



2月3日、節分の豆まきをしました。今年は手作りの金棒とパンツを穿いた男性職員と女性利用者1名が鬼に扮しました。利用者は必死になって鬼に向けて豆を投げていました。利用者からの予想以上の攻撃に金棒も曲がり、鬼は退散となりました。おやつには、年の数とはいきませんが、落花生を美味しくいただきました。

利用者に季節を感じていただく良い機会になりました。たくさん福を呼び込んだ恒和荘。元気に過ごしましょう！！



♪♪ お茶会へどうぞ ♪♪

今年第1弾となるお茶会が1月26日に行われました。ご近所の方とマジシャン仲間の方2名でのマジックショーでした。トランプを使ったマジックや新聞紙を破いて開くと元に戻っているマジックに、利用者からは驚きの声と拍手が起きていました。

2月は山王センターカラオケ有志の方にお越しいただきました。町内会長をはじめ民生委員の方や、利用者全員で『水戸黄門』や『北国の春』などを歌い、盛り上がりしました。



研修報告

～『魅力ある職場づくりセミナー』に参加して～

- ◎人材、採用、育成、定着、活用のポイント
- ◎介護ロボット導入事例
介護ロボットHALおよびPALRO実演

講師の施設で実践していることを聞きました。その施設では、職員個人を主張した職場作りができていたと思いました。現場の職員の意見や気持ちを聞いてくれるというのは、私達が働いている施設でもこれからも1番重要なことであり、まだまだ課題でもあると思います。少しずつでも変えていくことができたらと思いました。

介護ロボットは体験することができませんでしたが、未来に向けて取り入れることができれば体に負担無く介護ができ、いろいろな方のお手伝いができるのではないかと思います。(杉江)

6周年のご挨拶

グループホーム若園荘は3月21日で開設6周年を迎えることができました。これは利用者・ご家族はじめ関係各位の皆様への支援の賜物と深く感謝しております。

18人の利用者の要介護度の平均2.5、最高年齢は98歳、平均年齢88.5歳となっています。グループホームは、専門の職員が見守るなかで精神的な安定や、生活リハビリテーションを目的として、認知症と診断された方が入居する施設です。共同生活としての大まかな日課があり、利用者の生活リズムを尊重して、ゆったりと自由に過ごせる住まいとなっています。これは、「ご家族と地域のつながりを大切に、優しさと思いやりの心で、あなたらしい生活を送れるように支援します」の理念の基に、少しでも自宅のような生活が続けられるように職員がそっと見守り、さりげなく手助けをしています。また、地域の皆様が住み慣れた場所で、自分らしい生活を維持できるように介護・医療更には生活支援などでお支えし、サービスを一体的に提供しようとする地域ケアシステムの一部を担っていかねばと思います。

引き続きご指導・ご鞭撻の程、よろしくお願いいたします。

平成30年度外部評価の結果から

事業所は、市街地の中心地に位置し、周辺には幼稚園、小・中・高校、一般住宅があり、幼稚園の遊戯、中学生の職場体験や折り紙のボランティアの受け入れのほか、文化祭への利用者の作品の展示、清掃活動、廃品回収などの地域の活動に参加するなど、地域との交流に力をいれている。グループホームの理念を具体化するため、本年度の目標を①適正なサービスの提供②研修の充実③地域との交流とし、より充実したサービスの提供に努めている。また、運営推進会議の提案を生かし、業務の改善と事業の充実につなげている。また、医療と福祉の連携のもとで、利用者の状況に応じた入院加療やかかりつけ医の訪問診療などの適切な対応は、家族や利用者の信頼を得ている。

徳川家康の好物だった ほっこりおやつを紹介



皆さん、昔むかしの甘味でござんす。

できるだけ手作りのものをとこころがけておりやんす。人生の先輩である利用者さんと一緒につくるのっす。まめしつとぎ・きな粉ねじり・はったい粉入りホットケーキ・一口すいとんのみたらし風などを午後のごびりに、お茶はあったかい玄米茶で……昔を懐かしく思い出していただくため・添加物なし・便秘対策にも最高でござんす。まさに一石さんちよう。

「ああ、これ食べたごどある」「おいしいなはん」「昔はこれが楽しみだったもの」

利用者の皆さんの笑顔がより一層輝いて見えるのっす。皆さんも若園荘付近にお越しの際は、ぜひ味見にきてくなんせ。あったかいお茶と昔むかしの甘味が待ってやんすよ。

楽しい冬の行事

インフルエンザによる面会制限があり、外部のボランティアの受け入れや、外出ができなかったのですが、利用者は元気に荘内の行事に参加しました。

1月は水木団子作りを行いました。色とりどりの団子を水木につけて五穀豊穡を願いました。

2月は節分です。職員が鬼に扮し、利用者は新聞紙でできた豆を投げつけていました。

3月はひな祭りです。1階に雛人形を飾り見に行き、甘酒と雛あられを食べてお祝いしました。外出が出来るようになったら、いろんなところに行きたいですし、外部のボランティアの方もたくさんお招きして楽しく過ごしたいです。



「施設での看取り介護」の研修に参加して

特養・有料老人ホーム・訪問介護の3つの事例発表がありました。ご本人の意志・家族の意向で施設での看取りとなれば、亡くなる直前の症状や死を目前にして冷静でいられるか、夜間帯での不安などで自分では上手に対応できるだろうか等色々考えました。

特養の方の話では、ご本人やご家族と、どうしたら自分らしい満足した最期を迎えられるかと看取りの計画に向けて確認していることがあるとのこと。例えば、本人の好きな食べ物、音楽、趣味、性格、してあげたい事、亡くなった後、何を着せてあげたいかなど確認するそうです。故郷訪問、家族と一緒に入浴介助、食事の介助。家族との時間を大切にしたい空間作りなど、本人、家族職員が連携を取りながら、最期の瞬間だけでなく看取るまでの経過がとても大切だと学びました。

そして看取った後もその方に対する想い、思い出、感じた事などを振り返り記録に残すそうです。家族との信頼関係や、一人ひとり同じ場面は2度と無く貴重な瞬間になるし、看取りを経験することでスキルアップにもつながる。また、自分の家族がその状態になったらと思うと勉強になり、怖い事ではないんだという思いになりました。だからこそ悔いの無いように一人ひとりの利用者、ご家族に寄り添いながら日々の関わりを大切に思いました。(櫻)



敬愛荘

施設紹介

介護老人保健施設：病状が安定し、リハビリに重点をおいた介護が必要な方が対象の施設です。入所等の相談は気兼ねなく支援相談員までご連絡ください。

クリスマス会 ～寒い季節に心温まるサンタからの贈り物～

最初にクリスマスにちなんだ歌を歌い、続いて童謡などよく歌っている曲を利用者と職員と一緒に歌いました。元気よく大きな声で歌ったり、手拍子をして聴いているなどそれぞれ楽しんでいました。続いて炭坑節を職員が歌いながら踊りました。利用者も一緒に歌っていましたが職員の踊りを見ていると徐々に踊りを真似ながら中央まで



出てきて「こうやって踊るんだよ！」と率先して踊り、職員に教える様子も見られました。

メインイベントであるクリスマスプレゼント！職員が扮したサンタクロースから利用者へプレゼントが渡されました。今年はくじ紐をひっぱり袋を開けるまで何が当たるかわからないようにしました。プレゼントの袋を開けた瞬間の利用者の笑顔は見ている職員も嬉しくなるほどの満面の笑顔でした。巾着が当たった利用者は「良い巾着だね、使わせてもらおうね。」と話し、手ぬぐいが当たった利用者は頭に巻いて笑顔で写真を撮っていました。利用者も職員もたくさん笑って楽しい時間となりました。



ささやかではありますがイベントを行うことで楽しみながらその時々を再確認出来るよう心掛けています。これからの時季は暖かくなり桜をはじめ色々な花が咲き始めます。天気の良い日はお花見をしましょう。



クリスマス会以外にも1月にはみずき団子作り、2月に節分の豆まきなど季節ごとの行事を行いました。



1月～3月の誕生会は感染対策により職員が心を込めてお祝いしました。

1月の誕生者のなかには100歳を迎えた利用者もいました。皆様いつまでも元気で長生きしてください。

百寿のお祝い

2019年1月7日志田いさみ様の100歳のお祝いが開かれました。お祝いにご家族をはじめ、矢巾町の町長、健康長寿課長、企画財政課広報担当者、「やはラジ」、「盛岡タイムス」が来荘されました。記念品として祝い状と花束が贈られ長寿をたたえました。

いさみさんよりお礼の挨拶として家族や職員への感謝の言葉が聞かれました。時折涙ぐむ様子も見られましたが終始笑顔でいさみさんの普段の様子そのままでした。その笑顔を見てお祝いに集まった皆

も笑顔になり明るく楽しい会となりました。お化粧など自分で行う素適ないさみさん、これからも元気に笑顔で過ごせるよう職員もお手伝いさせていただきます。



〈患者だより〉卓球にチャレンジ!!

＝ リハビリで克服 福井しあわせ元気大会2018卓球競技 岩手県代表 銀メダル獲得 ＝

去る平成30年10月13日～10月15日に福井県において「福井しあわせ元気大会2018（第18回全国障害者スポーツ大会）」が開催されましたが、卓球競技の岩手県代表として南昌病院通院中の患者が出場し、銀メダル獲得の嬉しいお知らせを届けてくださいました。

コメントをご紹介します。



私は、13年前に脳出血右片麻痺と失語症になりました。退院して日常生活を送れるようになったある日、卓球にチャレンジしてみようと思いました。片手での動作で利き手と違うこともあり、最初はサーブすら打てないところから始まりましたが、会のメンバー、家族の励まし、リハビリの先生方に身体のアドバイスをいただき、一生懸命取り組んだ結果、元気大会に出場することができました。今後も身体に無理せずに精一杯頑張ろうと思います。会のメンバー、リハビリでお世話になった先生方にとっても感謝しています。

ありがとうございました！

福井しあわせ元気大会 2018



今回の報告をいただき、挑戦することの大切さと、一つ一つ目標達成を積み重ねることの大切さを教えていただきました。他の患者や利用者をとっても勇気づけることと思いますし、また、職員にとっても、大きな励みになります。

とても貴重なたよりをいただいたことに感謝しますとともに、あらためてお祝いを申し上げます。本当におめでとうございました。

Topics

健康づくりには【身体活動量】UPが鍵

糖尿病、心臓病、脳卒中、がん、メタボなどにならないよう『運動をしましょう』とよく聞きますが、マラソンをしたり、ジムに通って筋トレをしたりと、なかなか一歩が踏み出せないという方も多いと思います。

厚生労働省は健康づくりの指針として「健康日本21」を推進しています。活動として「健康づくりのための運動基準2006」が始まりましたが、現在は、「健康づくりのための身体活動基準2013」に変わり、運動だけでなく、日常の身体活動も含めた健康づくりを意識しましょう、という方向へ変わりつつあります。



身体活動とは？ = 生活活動 + 運動

睡眠や安静時（横になっている、座っている）よりも多くのエネルギー消費を伴う身体の状態



大切なことは、身体活動を少しでも増やすことです。たとえば今より10分多く歩くことから始めてみませんか？



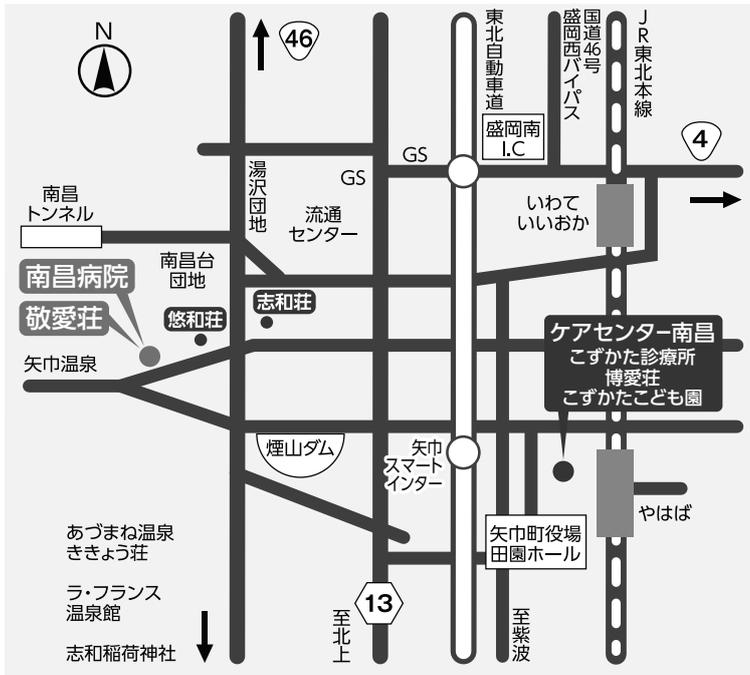
※10分のウォーキングは約1000歩です！

ポイント ココカラ+10プラス・テン

筋トレ	ウォーキング	掃除	通勤	買い物
10分	10分	10分	10分	10分

+10分で健康寿命を伸ばしましょう！

矢巾町エリア



盛岡市エリア



南昌病院診療案内

診療時間 / 9:15~17:00

月	神経内科	佐藤 典子
火	内科	小原 進
水	脳神経外科	山口 一彦
	循環器内科	西城 精一
木	脳神経外科	齊木 巖
金	脳神経外科	齊木 巖

こずかた診療所診療案内

診療時間 / 9:00~17:30 (火曜日 19:00まで)

月~金	内科	三浦 秀悦
月・火(午前)	内科	足澤 輝夫
木(午前)	内科	市川 隆
金	神経内科	米澤 久司 / 高橋 純子

休診日: 土曜・日曜・祝日

編集後記

◆働き方改革推進法が施行されました。正式な名称は、「働き方改革を推進するための関係法律の整備に関する法律」と云います。その内容は、働き方改革の総合的かつ継続的な推進、長時間労働の是正、多様で柔軟な働き方の実現等、そして雇用形態にかかわらず公正な待遇の確保が大きな柱となっています。昔は休まないで、夜中まで仕事をしている者が評価された時代がありましたが、これからは有給休暇を1年とおして計画的に消化し、勤務時間内に仕事を切り上げて家に帰る職員が良い職員に。時代が変わっていきます。私たち自身も、そして組織も今までの考え方を変えていく必要があります。

◆平成も残すところ1カ月、およそ30年間。その前の昭和は、平成の倍以上の63年間でした。激動の昭和は、前期は戦争の時代、中期から後期は戦後アメリカの占領支配を経て、復興、高度成長の時代。平成になると、バブルが崩壊、阪神淡路、東日本、熊本などの大震災。特に東日本大震災は、大津波による被害、その津波により福島原発被害など筆舌に尽くせぬ災厄が想起されます。また、タブレット端末、スマホなどの普及によりSNSが大きく私たちの生活に影響を及ぼした平成の時代。さて、新元号は、「令和」となりました。如何なる時代となるのでしょうか。

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5-335	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 /
社会福祉法人 敬愛会	▲こずかたこども園			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 さわやかハウス相談室	〒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