

# 南昌だより

2020 No. 39  
2020年1月1日発行

盛岡地区病院対抗球技大会 本誌P9



志和荘 本誌P10



敬愛荘 本誌P14



矢巾町健康福祉まつり 本誌P8



こずかたこども園 本誌P8



恒和荘 本誌P12



若園荘 本誌P13



インターシニア看護体験の受け入れ 本誌P15

## 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

2020 No. 39 Contents

- 2P…… 巻頭言
- …… スタッフ紹介
- 3P…… 職場紹介
- 4P～5P …… リハビリテーション その9
- 6P～8P …… ケアセンター南昌
- 9P…… 盛岡地区病院対抗球技大会
- 10P…… 志和荘
- 11P…… 悠和荘
- 12P…… 恒和荘
- 13P…… 若園荘
- 14P…… 敬愛荘
- 15P…… 南昌病院
- 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/>



日本医療機能評価機構

# インフルエンザの流行が 続いております



南昌病院副院長 小原 進

毎年冬になるとインフルエンザの流行が認められます。インフルエンザの症状は“かぜの症状”と類似しておりますが、重症となる場合もあります。特に高齢者では肺炎を引き起こし小児では脳炎を合併する場合もあり、けっして侮れない病気です。急激な高熱や全身倦怠感が著明な場合にはインフルエンザの感染が強く疑われます。



人に感染するインフルエンザウイルスにはA型及びB型があります。インフルエンザは、このウイルスが飛沫感染(感染している人のせき・クシャミによる飛沫を吸い込む)や接触感染(感染している人が触ったドアノブやタオル等に触れる)により、気道・鼻～呼吸器に感染して起こります。症状や治療はA型でもB型でも違いはありません。

インフルエンザは20世紀には3度大流行を起こし世界中で多くの人々が感染し死亡しました。その時代と現在では比較にならないほど医療水準は高くなっており、インフルエンザウイルス自体も毎年変異を繰り返しており、薬の効きにくいウイルスも出現しております。

インフルエンザ対策として、診断・検査・治療及び予防等に関し簡単にお話をさせていただきます。

## 1. インフルエンザの診断

インフルエンザにかかっているかどうか(A型なのかB

型なのかも含め)、約10分以内で簡単に診断できるようになりました。結果が早くわかるため、すぐに抗ウイルス薬による治療をすれば“重症化”も防げ、家族内での蔓延も防げるようになります。

## 2. 治療

ウイルスに効く薬(抗インフルエンザウイルス薬)が開発されており、インフルエンザの治療は大きく進歩しました。内服薬だけではなく“注射薬及び吸入剤”もあります。抗インフルエンザウイルス薬により“症状”を軽くすることができ(重症化を防ぐ)、インフルエンザの罹患期間を短くすることが可能となりました。家族の誰かがインフルエンザにかかった時には、家庭内での蔓延を防止するため、予防としても認可されている薬もありますので、是非とも御相談下さい(予防投与ですので“保険適応”はありません:実費となります)。

## 3. 冬場に流行する様々な感染の防止 (インフルエンザも含め)

インフルエンザを完全に予防することはできません。予防としては、インフルエンザが流行している時は、人混みの場所には行かないようにしましょう。マスクをして、外出後は手洗い及びうがいの励行に努め、普段から体調の維持・管理に努めて下さい。免疫力の低下はインフルエンザに感染しやすい状態となるため、十分な栄養や睡眠・休息を取って頂くことが肝心です。

日々、体調に気を付けて元気で今年の冬を乗り切って頂ければと願っております。

## スタッフ紹介

### こずかたこども園の看護師として

「かんごしのよしこせんせーい」と呼ばれ、やっとな大きな声で返事ができる今日この頃。私は、「令和」と発表された昨年4月1日に、こずかたこども園に入職した看護師の及川佳子と申します。テレビで「令和」と発表された瞬間に、園長先生と子ども達の「令和おめでとう」と喜ぶ姿が昨日のこずかたこども園のように覚えています。今回は、こずかたこども園での看護師の業務内容について紹介したいと思います。

こずかたこども園は看護師2人態勢で、全園児の健康管理を行っています。病児対応と0歳児保育の担当に分かれて、子ども達の健康状態を観察しています。急な発熱や下痢などの体調不良の対応、必要に応じて保護者への連絡や医療機関の受診も行います。また、アレルギー食や持参薬の管理、軽い怪我や皮膚トラブルの処置も行います。0歳児保育では、担任と共に乳幼児の保育に携わり、皮膚や便の状態、発熱等に早期に対応できるような態勢をとっています。その他、園児の健康診断や歯科検診の対応、保健だよりの作成、感染予防対策も行い、業務内

容は多岐に渡ります。

医療と保育の現場の違いは、対象者が健康であり、唯一の医療従事者が看護師であることです。健康な子ども達を見守りながら、異変に気付き対応することが求められます。医療従事者として自分達の言動に責任を持ち、厚生労働省が提示しているガイドラインに基づき、経験と知識を踏まえて対応している毎日です。

私は、以前小児科病棟や県立療育センターで勤務して、子どもの頑張る姿や表情に勇気を貰いました。この未来ある子ども達が笑顔でいられるように、微力ですが力になりたいと感じて、こども園に入職しました。こども園看護師になって9か月が経過して、日々子ども達の泣き声や笑い声に元気を貰っています。今後、自分に出来ることを探りながら、こども園看護師として子ども達の健康を守ってきたいと思います。



こずかたこども園  
看護師  
及川 佳子

## 改めて「南昌病院看護科」は、こういうところですよ

環境は、人間の生活や精神にとっても重要であると有史以来いわれています。

特に、病気の回復には、環境が大きな影響を与えると、かの有名なナイチンゲール女史が述べていることは、広く知られているところです。

私たち南昌病院の周辺環境は、病院機能評価や保健所の病院立入り検査でも高く評価されています。

病院を取り巻く四季折々の紅葉をはじめとした木々、水仙の花・桜・シャクヤクなどの花々の咲き乱れる環境は、病院としては、他に例をみない美しさで、患者さんのみならず職員もとても癒されます。このように安らぎを与えてくれる自慢の環境の冬囲いも終わり、ついこの間まで楽しそうに外でリハビリ訓練に励んでいた患者さんも外でのリハビリは一時休止となり、間もなく病院の周りには、白一色になろうとしていて、また、それはそれで違った環境となり風情があります。

さて、看護科についてご紹介したいと思います。

看護科の管轄は、4病棟と外来です。病棟は、一般病棟（地域包括ケア病床含む）、回復期リハビリ病棟、医療療養A病棟とB病棟の4病棟と外来です。

看護科職員数は128名で、最も職員数の多いところです。

職種は、看護師・准看護師・看護補助者（入浴専従・患者搬送専門・病棟クラーフなど）で平均年齢は32歳です。看護師長は7人、主任看護師は6人です。認定看護師は（感染管理・皮膚排泄ケア・脳卒中リハビリ看護・認定看護管理）4人います。

勤務形態は、1日24時間を2交代制とし日勤時間は9時から17時45分まで、夜勤時間は16時45分から翌日の9時30分まで、1ヶ月に4回の夜勤勤務をしています。近年は、認知症の患者さんが多い傾向にあり厳しい勤務環境となっています。このことは、全国的な傾向で、働き方改革法案成立により各病院の改善努力が義務化されたことを受けて、毎週水曜日のノー残業デー・誕生日の有給休暇の取得実施など、また看護師等の人材確保法も意識しながら看護科としても意識的に努力をしている現状です。

ちなみに、人のめぐりあわせは、不思議なもので人材確保には良いめぐりあわせにめぐまれて、幸いと思ってきました。何といても、人材がいなければ患者さんに良い看護ができません。

近年、地域包括ケアシステムの構築が、一般の方々にも普及し、住み慣れた地域で安心して過ごしながら、人生の最期を迎えられるように、アドバンスプラン（ACP）など、多職種連携（病院内、病院や施設の外部連携）によって充実していこうという取組みが高まっています。病院

の役割も変わりつつあります。看護師の役割もますます重要と心得、病院内外での勉強会や研修会に積極的に参加し他の職種の皆さんと協働し、看護専門の役割をしっかりと果たせるようにしていきたいものです。

さらに、このような時代背景をしっかりと認識し、矢巾町の住民の方々の健康維持や、病気治療の支援のために存在していることの自覚をもって、また、それを使命と考えて日夜働いています。

### ◆令和2年度の 看護科の理念は

「地域の人々の健康を支える病院の看護職として  
患者さま一人ひとりに見合った優しい心をもって  
安全・安心な看護をします」。

### ◆基本方針は、

1. 患者さんの人権を尊重し、個人のニーズに添った看護をします。
2. 倫理観に基づいた看護をします。
3. 事故のない安全な看護をします。
4. 地域包括ケアシステムの構築に向け多職種と協働し、チーム医療の充実に努めます。
5. キャリアレベルの目標に応じた学習をし、質の高い看護をします。
6. 看護専門職としての生涯学習を行い、知識・技術・態度を磨きます。
7. 勤務環境改善に積極的に取り組みます。

と掲げ、看護科一丸となって理念や方針を心に刻んで日夜患者さんのお世話をしています。その牽引役を担っているのが、写真の逞しい看護師長たちであり補佐役としての主任看護師たちの活躍があります。

しかし、最も大切な職員は直接患者さんのベッドサイドでお世話をしているスタッフです。



連載

# 「リハビリテーション」

その9



## 足と靴のお話し ～自分の足に合う良い靴で～

### 「足に合った靴を履いていると、足は年をとらない」

これは、世界的に有名な靴ブランドである、“Salvatore Ferragamo”の創業者で、デザイナーであるサルバトーレ・フェラガモが残した言葉です。含蓄のあるこの言葉は私たちにどういったことを訴えかけているのでしょうか？

今回は、足と靴についてまとめてみたいと思います。

普段、私たちは二足で立ち、その足(脚)の交互運動で歩行(走行)移動をしています。私たちが移動するその環境は一樣の世界ではありません。地面に注目すると、舗装路であっても、ちょっとした凹凸やうねり、ごく小さな段差などがたくさんあり、決して平坦で歩きやすいところばかりではないことに気がきます。更に例を広げれば、砂利道、草地、泥地、砂地、雪道、氷道、あるいは河原のようにゴロゴロした石が多いところや、時には険しい山道。また、坂道や階段の上り下り、段差、横に傾斜した場所…、といったように時と場所によって様々です。その中を私たちは目的に応じて、歩き、走り、時に飛び越えたり駆け上がったったり下りたり、ということ初めて立ったその日から何十年と繰り返します。

二足歩行の人間において、身体部位の中で唯一外の環境と接するのが足部、いわゆる“足”になります。足部は、前述のような過酷な状況にさらされながらも、私達の身体を支え続けてくれています。それは、足部が土台として身体を支える強さとともに、あらゆる地面の変化に対応する柔軟性を併せ持つからこそ成せることです。加えて、足部は刻一刻と変化する路面状況を敏感に察知するセンサーとしての精密さも兼ね備えており、そのように見ていくと非常に重要な部位であることが分かります。

足部にそのような機能が備わる背景には、その構造があります。足部は、一側だけで大小28個の骨からなり、それが多くの靭帯や筋肉などによってつなぎ合わされ、“足”としての姿が形作られています。両足の骨の数を合わせれば56個になり、これは、人の全身の骨の数のおよそ1/4を占める数になります。骨と骨が接するところは関節になりますので、足部には関節もたくさんあることになります。関節と言っても、肩や肘、股関節や膝関節などのように大きく動く関節ではありませんので、その存在は意識されにくいかも知れません。(図1～3)足部は、多くの骨からなるドーム型の立体的な構造を持つのが特徴で、内側縦アーチ、外側縦アーチ、横アーチの3つのアーチの組み合わせで形作られます。(図4)

この足部のアーチの役割は、静止した起立姿勢の際に体重の荷重を分散することと同時に、歩行の際には腱や靭帯の張力によるスプリング作用で、振り出しを助けてくれる機能もあります。また、その弾力性によって、でこぼこの道などにも柔軟に接地し



図1 右足部を足背(甲側)から見た図



図2 右足部を外側から見た図



図3 右足部を内側から見た図

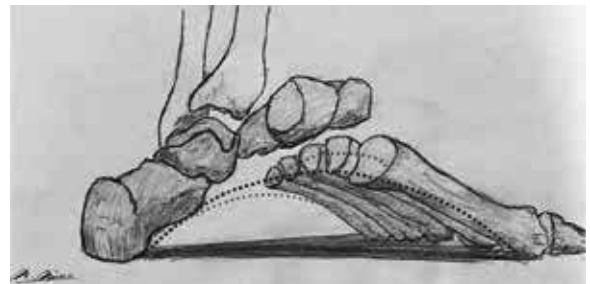


図4 足部のアーチ構造  
(青:内側縦アーチ 緑:外側縦アーチ 赤:横アーチ)

て対応することができます。このような機能は、複数ある足部の骨が一定の配列を保ちながらも、一つ一つの関節が細やかに動くことで実現されます。

### 靴選びのポイントは？

このようにユニークな構造と重要な機能を持つ足部ですが、その機能が履物によって左右されることをご存知でしょうか?例えば、靴の大きさです。

足のサイズと聞くと、25cm、26cm、27cm…というように、足の縦の長さ、いわゆる足長が頭に浮かぶと思います。しかし、足のサイズは足長だけではありません。足部のアーチ構造をイメージすると分かりますが、足には長さの他に、幅や厚みがあります。この幅や厚みをウィズ(width)と言います。足幅は、親指の付け根の骨の出っ張り、小指付け根の骨の出っ張りの距離で、足囲は同じ部分の周径の長さになります。(図5)

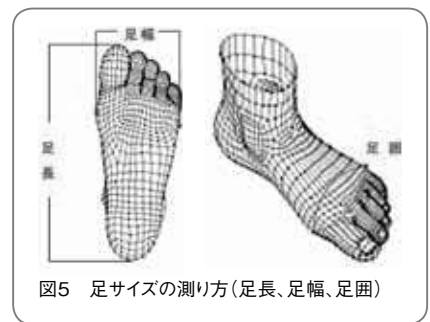


図5 足サイズの測り方(足長、足幅、足囲)

この足幅や足囲のサイズの目安は日本工業規格(JIS規格)で決められており、成人男女それぞれの足長に対して、A、B、C、D、E、EE、EEE、EEEE、F、Gというサイズがあります。さて、このウイズですが、靴の脱ぎ履きのしやすさやなんとなく締めつけ感がいやだから、といった理由で、つい幅に余裕がある靴を購入する方も多いのではないのでしょうか?しかし、あまり余裕があるのも問題となることがあるとされます。

先に述べたように、足部はたくさんの骨の集まりです。その骨が靭帯や筋肉、腱などによってバラバラにならないようにつなぎ合わされドーム構造をつくっているのですが、体重がかかるということは、そのドームを上から押し潰す方向に力が加わることを意味します。この時、適切な幅の靴を履いていれば、靴自体の強度にも助けられて足部のドーム構造が保たれ、荷重分散とスプリング機構が機能する良好な状態が保たれるわけですが、幅広で横方向にゆとりがあり過ぎる靴を履いた場合は、足部が広がり潰れてしまいがちになります。すると、足部の機能が十分に発揮されないばかりか、扁平足や開張足(横アーチがなくなり、足部の前方部分が広がる変形)、外反母趾といった足の変形につながる場合もあると言われますので注意が必要です。では、どのようなことをポイントに見ればよいのでしょうか?

まず一つ目のチェックポイントは踵です。良い靴の条件として、踵の部分をしっかりと収めてくれるかどうかはとても大切なポイントになります。良い靴は踵の部分に月形しんといわれるパーツが入っており、なおかつ、横から見た時に踵部分を包むように、後ろから前方に角度がついています。二つ目のチェックポイントは、踏まずしん(シャンク)が入っているかどうかです。シャンクは足のアーチ構造を保つことを助けます。シャンクがあることで、歩行の際に適切な箇所ですり指が曲がり、歩行時の蹴り出しがしやすくなります。また、シャンクが入っていると、靴自体のねじれに対する剛性が上がります。そして三つ目は、アーチサポートがあるかどうかでも大切なポイントになります。アーチサポートは、いわゆる土踏まずの部分を支えるようなもので、下から踵部を前に滑らないように支えてくれます。

以下に靴購入の際のチェックポイントと足に良い靴、良くない靴をまとめますので参考に見てみてください。(図6~8)

## ●足に良い靴

- ・前足部の締め付けがない。
- ・ひもやマジックバンドなどで調整ができる。
- ・踏まずしん(シャンク)が入っている。
- ・踵を保持できる月形しんが入っている。
- ・足指を保護するための先しんが入っている。
- ・前足部の靴底と、踵の高さの差が1~2cm程度。

## ●足に良くない靴

- ・月形しんが入っていない。
- ・かいるが薄くて柔らかすぎる。
- ・靴底が薄く固い。
- ・紐などで留めの調節ができず、靴中で足が前方に滑る。
- ・腰革のかぶりが浅い(脱げやすい)。
- ・踵が高すぎる。

図6 靴の選び方  
望ましい靴の条件1

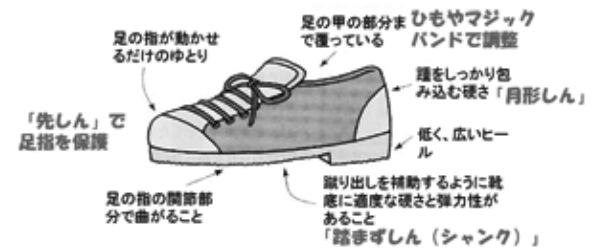


図7 靴の選び方  
望ましい靴の条件2



図8 靴の3点固定の考え方



ここまで、足と靴についてまとめてきましたが、やはり靴を購入する際には、実際に試履をすることが大切です。JIS規格でサイズが決まっているとはいっても、メーカーや靴の種類などによって、自分に合う靴かどうかは異なるからです。

最後に、試し履きの際にご自分の足のどのような感覚に気をつければよいのか、そのチェックポイントを整理しました(図9)。お店に行った際には実際に両方を履き、お店の中を歩いてみて、ぜひ、自分の足にぴったりな靴を見つけてください。



図9 試し履きの際に足の感覚でチェックするポイント

- ①つま先が当たらない。
- ②母趾(親指)が圧迫されていない。
- ③きつい、または、緩みがない。
- ④甲に食い込み、または、緩みがない。
- ⑤つま先が当たらない。
- ⑥アーチのラインに合っている。
- ⑦重心が踵に落ちている。
- ⑧踵に食い込み、または、余りがない。

文責 理学療法士 三浦正徳

# 各施設から

## ケアセンター南昌での主な取り組み (R1.10月~12月)

### 【カラオケの紹介】 (デイケア)

今回の紹介は午後のレク活動の中のカラオケです。

カラオケは介護予防に効果あり!

カラオケには「自分の好きな歌を歌う前の緊張感と、歌い終わった後の安堵感や開放感を感じることで、自律神経のバランスが調整されたり、“楽しい”“面白い”という体験を周囲の人々と共有する事で元気な身体、明るい笑顔を取り戻す効果がある」と大手通信業者と大学の研究で明らかになっているそうです。

又、別の研究ではカラオケで歌う行為について、脳の活性化、ストレス軽減、唾液分泌を促しドライマウスを防ぐなど健康寿命を延ばす効果があるとされています。

デイケアでは午後2時からの選択できるレク活動の中にカラオケがあり、たくさんの方が参加しています。プロ並みに歌が上手い利用者の方々もいて、それぞれ歌いたい曲を歌い、時にはリクエストがあったりと楽しく活動しています。

それでは、デイケアでの人気10曲を紹介します!

#### ～カラオケ人気10曲～

- |            |       |
|------------|-------|
| ① 二輪草      | 川中美幸  |
| ② 川の流れるように | 美空ひばり |
| ③ 兄弟船      | 鳥羽一郎  |
| ④ 夫婦春秋     | 村田秀雄  |
| ⑤ 石狩挽歌     | 北原ミレイ |
| ⑥ 人生いろいろ   | 島倉千代子 |
| ⑦ 瀬戸の花嫁    | 小柳ルミ子 |
| ⑧ ラブイズオーバー | 欧陽菲菲  |
| ⑨ さざんかの宿   | 大川栄策  |
| ⑩ 夢追い酒     | 渥美二郎  |



この他にも皆さん、たくさん曲を歌っています。一人で歌うもよし! やっぱりはずかしいから…と皆で歌うもよし! 若かりし頃に流行った曲で当時の思い出して涙したり、楽しかった事を思い出したり、いつの時代も音楽は良いものですね♡♡♡

月曜日～土曜日まで毎日カラオケを行なっています。これからも心身の健康のために、楽しく活動していきたいと思っております☆



### 【家族会】 (敬寿荘)

11月10日、今年度2回目の家族会の開催です。今回は入居者の皆さんと、ご家族、職員と一緒に身体を動かして交流しました。

普段から行なっているリハビリ体操から始まり、担当職員オリジナルの、椅子に座って出来る体操など、一人ひとりが動かせる範囲で身体を動かしていました。

「腕あがらねえ～」との声も聞かれましたが、家族と一緒にの行事に笑顔があふれました。

### 【誕生会】 (博愛荘)

11月のお誕生会では、職員による劇「おおきなカブ」を利用者の目の前で披露しました。普段は劇を見る機会はなく、利用者にとっていつもと違う1日となりました。

服装やカツラを使用し変装した職員が登場すると、「あれはいったい誰なのか」「もしかして、〇〇さんかしら」と一生懸命考え楽しんでいました。

劇中では、歩ける利用者がカブを抜く役に飛び入り参加する場面もあり、劇を盛り上げてくれました。

最後のカブを抜くシーンでは、利用者も自然と掛け声をあげ、一体感のある誕生会になりました。



## 【おでかけレク】 (博愛荘)



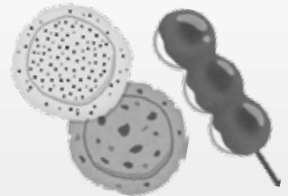
10月のお買い物レクでは、利用者2名と共に栗石方面へドライブに行ってきました。

紅葉をながめ、季節の変化を感じながら、御所湖へ向かいました。施設の生活では紅葉を見る機会もほとんどなく、「綺麗だね〜」「見事だね〜近くで見れてよかった!」と喜びがあふれました。

<産直あねっこ>にて昼食。少し残してしまいましたが、普段食べることのない味に自然と笑顔になり、「おいしい!外で食べるから余計そう思うのかもね」とおでかけを満喫でした。

その後は手作り村へ足を運び、せん

べいや団子を実際に焼く体験をさせていただき、職員とともにその場でご馳走になりました。地域外への外出により、社会とのつながりを感じるとともに、良い気分転換をして来ました。



## 【おやつ作り】 (SSやはば)

10月23日、ショートステイやはばうぐいすの食堂にて「クレープ作り」を行いました。

クレープの生地を一人一人順番に混ぜ、ホットプレートで焼き、自分の好きなフルーツを自由に盛り付けました。

普段は、なかなか食べる事のないデザートですが、彩り豊かなクレープがたくさん出来て、みんな大喜びでした!



## 【お楽しみ会】 (こずかたこども園)

楽しみにしていたお楽しみ会当日。

大好きなサンタさんがどこかで見ていてくれる!と思いがら頑張りました。練習の成果を発揮する日。オープニングの歌や合奏、組ごとに劇に生活発表など、子どもたちの成長を保護者の方・来賓の方々におみせすることができました。

最後には、ずっと待っていたサンタさんが大きなそりに乗って来てくれました。優しい笑顔と一緒にたくさんのプレゼントをいただきました。



### ★★★ お楽しみ会プログラム ★★★

～ みんなが主役 みんなが感動 ～

- はじめのことば
- オープニング … りんご組 めろん組  
うた 「oh!happy day」「にじ」  
合奏 「きらきら星」
- 園長挨拶
- 1. 生活発表 … 0歳児 こもも組  
「のせてのせて」
- 2. 生活発表 … 1歳児 いちご組  
「てぶくろ」
- 3. 遊 戯 … 3歳児 みかん組  
「モリモリロックンロール!!」
- 4. 生活発表 … 2歳児 さくらんぼ組  
「さくらんぼ山の音楽家」
- 5. 遊 戯 … 4歳児 りんご組  
「おどるポンポコリン」
- 6. 遊 戯 … 5歳児 めろん組  
「春よ来い」
- 7. 劇 … 3歳児 みかん組  
「SINOBIであそぼう!!」
- 8. 遊 戯 … 4歳児 りんご組  
「Choo Choo TRAIN」
- 9. 遊 戯 … 5歳児 めろん組  
「桜援歌 ～Oh!ENKA～」
- 10. 劇 … 4歳児 りんご組  
「スイミー  
～ちいさなかしこいさかなのはなし～」
- 11. 劇 … 5歳児 めろん組  
「一休さん」



●おわりのことば

**【ハロウィン】** (こずかたこども園)

各クラスいろいろなキャラクターになり、ケアセンター内の大好きなおじいちゃん、おばあちゃんのところにお邪魔して「お菓子をくれなきゃいたずらするぞー」と、奮かしに行きました。

お菓子をたくさんいただき、ふれあい遊びや歌と一緒に歌い、楽しい時間を過ごすことができました。



**【焼き芋大会】** (こずかたこども園)

栄養たっぷりの大きな畑に植えたさつまいは、夏の猛暑のおかげで着々と大きくなり、一番大きなものは4キロを超えるまでになりました。

そのさつまいを炭火でじっくりと焼くと、あまーい焼き芋ができて上がりました。たくさんできたので、お腹いっぱい食べることができました。

笑顔いっぱいの焼き芋パーティーでした。



**【矢巾町健康福祉まつりに参加しました!】** (矢巾町地域包括支援センター)

矢巾町健康福祉まつりが10月20日(日) さわやかハウスで行われました。この健康福祉まつりは、地域の皆さまの保健・医療・介護・福祉に対する関心をより一層高めることを目的に開催されています。

会場には町内福祉施設の利用者さんによる創作作品が華やかに飾られたほか、各種団体が催事を行いました。

包括支援センターの関係団体では、「矢巾町ケアマネ連絡会」がケアマネのお仕事紹介とドリンク販売を行い、「矢巾町キャラバンメイト連絡会」はゲーム感覚で楽しめる脳年齢診断コーナーを開催しました。多くの方にご参加いただきとても盛り上がりました。「矢巾わんわんパトロール隊」は愛犬と一緒に活動紹介コーナーを開催し、来場者が犬とふれあうほほえましい光景が見られました。



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ずかた……

リハスタッフ総勢84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))



# 第45回(令和元年度)盛岡地区病院対抗球技大会【結果】

毎年、盛岡地区の病院による「球技大会」が健康増進・病院相互の親睦を図る目的で開催されています。種目は、「野球」・「バレーボール」・「卓球」・「ソフトボール」の4種目があり、南昌病院で部を発足しています。現役選手や学生時代に結果を残した選手など、優秀な選手が揃っており、『優勝』を目指し出場してきました。

## 野球

●日時：令和元年 8月25日(日)  
●会場：盛岡市営球場

準決勝 9 - 6 盛岡つなぎ温泉病院  
決勝 4 - 5 八角病院  
【順位】準優勝



今年は7年ぶりの準優勝ということで、嬉しい反面、決勝戦では1点差のゲームを落としてしまい残念な気持ちもあります。来年こそは優勝の報告ができるようチーム一丸となって頑張っていきます。

予選、決勝戦と応援にきてくださった方々、本当にありがとうございました。

## バレーボール

●日時：令和元年 11月10日(日)  
●会場：渋民運動公園総合体育館

1回戦 2 - 0 盛岡医療センター  
2回戦 2 - 0 孝仁病院  
準決勝 2 - 1 いわてリハビリテーションセンター  
決勝 0 - 2 岩手医科大学  
【順位】準優勝



今年は監督、キャプテンが変わり新体制でスタートし、新加入2名、復帰メンバー1名が加わり総合力で『準優勝』することができました。

今後も楽しく元気にバレーをするチームとして頑張ります。寒い中たくさんの応援本当にありがとうございました。

## 卓球

●日時：令和元年 11月10日(日)  
●会場：渋民運動公園総合体育館

1回戦 3 - 1 盛岡赤十字病院  
2回戦 3 - 1 岩手医科大学附属病院  
準々決勝 3 - 0 川久保病院  
準決勝 3 - 0 八角病院  
決勝 3 - 2 岩手県立中央病院  
【順位】優勝

「優勝」という最高の結果を残すことができた11月10日。多くの方々にご声援をいただいたこと、そして、卓球は個人競技ではあるが、チーム一丸となれたからこそ成し遂げられた結果だと思います。2020年も、この勢いと気持ちを持って連覇を目指します。



## ソフトボール

●日時：令和元年 11月10日(日)  
●会場：渋民中学校

1回戦 8 - 5 八角病院  
2回戦 8 - 3 盛岡友愛病院  
決勝 8 - 7 盛岡赤十字病院  
【順位】優勝



新しくメンバーが2人入り新体制になり、練習でもあまり人数が集まらなく不安の残る試合でしたが、優勝できてとても嬉しく思います。

また、去年は医大がいなかったから優勝できたと言われないように、2020年も優勝し2連覇を目指して、怪我なく頑張りたいと思います。



# 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。

### 【南昌福祉の里 文化祭】



10月12日(土)、南昌福祉の里文化祭を開催しました。

今年のテーマは『時代～つながり』。令和の時代と共に、人と人とのつながり、地域とのつながり、家族とのつながりを大切にしていこうとの思いでこのテーマを掲げました。

ステージイベントは『泉ヒデ子 歌謡ショー』。素晴らしい歌で盛り上げていただきました。握手をしてもらった方々は満面の笑みで喜んでいました。

作品展示コーナーでは入所者・職員が一緒に作った作品が並びました。各ユニットのパネルも毎年趣向を凝らしています。テーマの『時代』に沿って若かりし頃の写真や、ご家族と笑顔の写真を載せたりするユニットもあり、見ごたえ十分でした。



もちろん毎年実施しているバザーや屋台・産直・お食事処も行ない、好評を博しました。

文化祭当日は大型台風が接近していて、規模を縮小しての実施となりましたが、皆さんに喜んでいただくことができました。風雨でお足元が悪い中お越しいただきました皆様、ありがとうございました。来られなかった方も、来年は是非いらして下さい。

### 【志和荘大運動会】

10月24日(木)、志和荘大運動会を開催しました。

志和荘が赤組と白組に分かれての真つ向勝負！！まずは全員参加の『玉入れ』。赤組・白組それぞれ輪になり小さなカゴをめがけて投げます。なかなか入らず苦戦している方もいました。また、選抜メンバーによる『パン食い競争』『コーンボウリング』は、緊張しながらも精いっぱい頑張っていました。その時点で赤組が断然リードしていました。

最後は皆さんお待ちかね！職員対抗『とっこハム次郎』！！『とっこハム次郎』とは、段ボールで作った輪の中に職員が入り這うような恰好で進む競技です。志和荘の伝統競技で前が見えない状態で這い進めるので、どんどんコースアウトしていく人も

いて非常に盛り上がりました。

総合得点は201対208と、近年稀にみる僅差の勝負で白組の逆転優勝でした。入所者・職員共に大いに盛り上がり、燃えに燃えた一日でした。

今年の運動会は沢山の実習生とボランティアの方々にも盛り上げていただきました。さくらの船の会様4名・岩手医科大学の実習生10名・盛岡医療福祉専門学校の実習生2名・岩手女子高等学校の実習生2名の皆様、本当にありがとうございました。



### 【法人研修～感染予防について～】

11月21日(木)法人研修を実施しました。

前半は、感染症予防についての外部研修に参加した2名の職員による伝講を行ないました。今回は清掃に重点を置き説明しました。

後半は、マニュアルの確認と感染症発生時に使用する物品を3つのグループに分かれて実際に準備しました。新人の職員が多く、どこに必要な物品があるのか四苦八苦しながら集めていました。

もちろん感染症は発生しないのが一番です。しかし、万が一発生した時に蔓延させない対応が最も重要になります。入所者皆様に感染症の脅威にさらさないよう、マニュアル通りしっかりした対応をしていきたいと思ひます。

※11月18日より感染症対策のため面会が禁止となっております。ご心配をお掛けしますが、よろしくお願ひします。



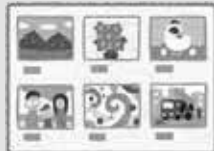
### 台風に負けない鼓動と美味しい文化祭

10月12日(土) 台風接近の中多くの方に来荘頂きました。今回は職員作品も展示し、意外な一面作品、ちょっと笑える作品など会話が弾む楽しい展示となりました。ステージには蒼前太鼓の皆さんをお迎えして、体の奥に響く和太鼓を体感しました。そして悠和荘の文化祭に欠かせない焼き芋です。今年も美味！芋は全て悠和荘産!!



### 晴天に恵まれ矢巾町健康福祉まつり賑わう

10月20日(日) 悠和荘5丁目在住の入居者3名が、矢巾町健康福祉まつりに外出して来ました。前日は雨で天気心配でしたが、当日は天気が良く、気持ちの良い風が吹いていました。色々な施設の素晴らしい作品を見たり、出店からの美味しそうな匂いを感じたり、地域の方とお話したりと楽しい時間を過ごしてきました。



### ユニットリーダー研修での学びを活かす!

研修を通して感じた事は、入居者には自宅と同じように過ごしてもらえるよう本人・家族に意向や好みを聞き、24時間シートを作成してそれを活用しながらサービスを提供していく事だと思いました。その為にもユニットケアを充実し多職種で連携を図りながら取り組んでいきたいと思いました。貴重な研修に参加させて頂き感謝です。



研修先施設の皆様ありがとうございました。



### 高齢者権利擁護推進員養成研修に参加して

経鼻チューブ・ミトン・車いす抑制帯の拘束を体験して外したくなる気持ちを実感しました。講義では日々のケアの中で不適切なケアを改め虐待の芽を摘むことが重要であると学びました。自施設実習ではスピーチロックの防止につながる取り組みを行い、養成研修で実践発表させていただきました。今後も継続して取り組みたいと思います。



### 中央ブロック高齢者福祉協議会給食部会

悠和荘の管理栄養士、澤里亜也子が今年度より中央ブロック高齢者福祉協議会の給食部会の委員長を務めます。2年間の任期で盛岡・八幡平・滝沢・雫石・葛巻・矢巾・紫波の80の施設を対象に研修会の企画・実施をし、給食での業務改善や栄養管理などの情報共有を行っていきたいと思います。11月20日には調理研究会を行いました。



# 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。

### ～紅葉狩り～



10月21日、八幡平の松川渓谷へ紅葉狩りに行って来ました。天候に恵まれ、森の大橋からの景色も赤・黄・オレンジと、とても紅葉が鮮やかで、利用者から「わあ～、高くて怖い！でもやっぱり綺麗だね」と、恐る恐る橋の下を覗き込んでいました。紅葉が見頃だったこともあり、周辺道路や森の大橋の歩道は大渋滞。

早めに次の目的地であるサラダファームへ移動しました。昼食は、いこいの村でラーメンやカレーを食べお腹いっぱいのはずでしたが、サラダファームのジェラートは別腹。「お昼御飯も美味しかったけど、ソフトはまた美味しい」と皆さん秋を満喫しました。



### ～文化祭～

10月12日に敬愛荘、10月19日～20日は山王児童老人福祉センターの2ヶ所に作品を展示しました。午後の時間を利用して、利用者と職員が一緒になって、紙を折ったり切ったり、のりで貼り付けながら、一つ一つ作品を完成させていきました。

作業する表情は皆さん真剣そのもの。出来あがった作品を見てとても満足そうで笑顔が溢れていました。一つの作品を作り上げる喜びを利用者と職員が一緒に味わうことができました。文化祭当日は台風等の悪天候で見学に行けなかったため、「次回こそは皆さんで見学に行きたいね」と話しています。



### ～地域との交流～

お茶会や文化祭、夏祭り、健寿を祝う会等で、地域との交流は継続しています。12月初めに山王小学校3年生が総合的な学習の一環として、当施設を訪問しグループ発表やむかし遊びで交流する予定でしたが、都合により残念ながら急遽中止となりました。それでも生徒から、クリスマスツリーとメッセージカードを頂き、実際に交流はできなかったものの、利用者は熱心にカードを読み、「次は交流できれば良いね」と次回の訪問が待ち遠しい様子でした。



### ～お誕生会～



毎月、利用者の誕生日に合わせて個別で誕生会を開催しています。利用者と職員が1つになって歌でお祝いし、ささやかなプレゼント（職員手作りの誕生日カード）を贈っています。手作りのケーキも利用者には好評です。

歌やプレゼントの他に、利用者や職員から誕生者への質問コーナーがあり、誰も知らなかった過去が暴露されるハプニングも多々あります。びっくりしたり感動し涙を流すことも多い誕生会です。



### ～帰厚堂施設職員 合同研修会開催～

11月27日、ケアセンター南昌にて、法人内の施設でそれぞれ実施しているケアや施設の特徴等について情報共有し理解を深め、お互いの連携をより図り易くすること、ケアの質の向上を図ることを目的として研修会が開催され、当施設からも10名が参加しました。老健、グループホーム、小規模のそれぞれ5事業所から実践報告があり、当施設からは野村介護福祉士が小規模多機能事業所の説明とその特徴を生かした支援と題して発表しました。小規模多機能事業所が少しでも理解してもらえたのではないかと感じています。

グループワークでは、日々のケアの実践において困っていることをそれぞれの事業所職員と意見交換を行い、親睦を深め有意義な時間を過ごすことができました。（工藤、平野）

### ～認知症介護基礎研修に参加して～

認知症ケアについて、介護する家族は負担が大きく、中にはうつ症状や精神症状などが見られることもあり、不適切なケアを行うと認知症の方もストレスを抱え、行動・心理症状が悪化し、良いケアができなくなります。介護家族者を支援するために、介護職員は家族へ感謝の気持ちを伝え、家族・介護職員との交流する機会を設けることも重要と話されていました。

今回この研修に参加し、認知症の基礎知識を学ぶことができました。認知症ケアを行う際、視線・態度・表情にも気をつけ、施設内のより良い環境や雰囲気作り、家族とコミュニケーションを取ることに意識していきたいです。（照井）

グループホーム：認知症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。盛岡市在住者が対象です。

### 紅葉バスハイクとスポーツの秋を楽しむ

秋深まりつつある10月18日わが「若園荘」はマイクロバス、リフト車と若園車両2台を連ねて紅葉バスハイクに出かけました。当日天気にも恵まれ、南昌トンネル経由でつなぎ温泉まで行き足湯につかってきました。皆さん大喜びで「あー、あったかーい」とおっしゃっていました。昼食はつなぎ活動センターにて、おいしいお弁当を食べ、午後からは体育館でゲームを楽しみました。



一番盛り上がったのはユニット対抗のゲーム合戦でした。おのずと声援も飛び「ほれ、頑張れ」、「ほれ、廻せ」と力がこもります。あつという間に帰りの時間になり「また次回ね」の合い言葉で無事帰荘しました。笑いありユーモアありでやっぱり秋は「スポーツの秋」、「食欲の秋」、「紅葉の秋」でした。

### 地域ボランティア様との交流

- 山岸グリーンコーラス様 毎月の定期的な訪問ですっかりおなじみとなり、皆様打ち解けられて手拍子やリズムをとって和気あいの会となっています。
- 折り紙教室では10月はハロウィンの黒猫を、11月はサンタさんを作りました。出来る人も出来ない人もとても楽しく参加され様々な表情の作品ができました。
- 11月 盛岡第二高等学校マンドリン・ギター部17名が来荘。星影のワルツ、YMCA、丘を越えてなどの演奏に合わせ、身振り手振りで唄われました。沖縄の楽器三線の由来や楽器の説明、歌手の名前や曲当てクイズなどは難しかったけれど面白おかし、また最後は職員の手作りケーキとお茶で盛り上がりました。



### 買い物に行ってきました

若園荘の近所の小店に駄菓子を買に行った方々は、迷われた後にせんべいとチョコとペロペロキャンディを購入されました。別の方々はスーパーの中を自由にまわってこちらもあれもこれも楽しまれましたが果物とお菓子に決まりました。寒さの方が先行されたようでしたが、また行きたいねと喜ばれていました。



### 感染症集団発生予防研修会に参加して

11月13日盛岡市保健所にて感染症集団発生予防研修会に参加してきました。各施設の関係者が多数参加していました。感染症には様々な種類がありますが、冬期間に多い感染症は主にインフルエンザとノロウイルスになります。それらの感染症対策は接触による感染を防ぐ手洗いと唾などが飛び散るのを防ぐマスク装着を徹底することが重要です。実は職員の感染症の持ち込みが多いので利用者様以上に目配り心配りが大切だと学びました。この冬利用者様、施設関係者が感染症にならないように手洗い、マスク装着し臨みたいと思います。

### 与の字橋四町内会自主防災隊主催の防災の会合に参加しました。

令和元年12月1日(日)、紺屋町地区コミュニティ消防センターにて、盛岡市総務部消防対策室自主防災推進員 中下氏より、①過去の豪雨災害に学ぶ ②防災マップ活用についての講話を、紺屋町・神明町・上ノ橋・若園町町内会様と共に聞く機会を頂きました。

近年の温暖化により、岩手の平均気温は100年前から1.6℃上昇しており、西日本のような大雨が降る様になっております。今後も洪水などの災害は起こる可能性は高くなると予想しているとの事です。

岩手県で水害被害が起きると予想される、降雨量の目安は1時間に50～70mm、3時間に130mm以上、24時間に200mm以上で発表されているそうです。ちなみに岩手県での記録的短時間降雨量は1時間に95.5mmで、近年紫波町で観測されたとのことです。

盛岡市で配布されている、防災マップ(ハザードマップ)によると盛岡駅周辺から北は長田町、西は館坂・城西町、東は神子田町辺りまで浸水する可能性が高く、南では仙北町一帯が浸水するとのことです。

特に北上川、中津川、栗石川沿いは注意が必要で、南大通り3丁目・鉈屋町・仙北1、2丁目あたりは、氾濫流によって家屋倒壊の危険があるとのことです。

日頃からの備えも大事ですが、避難情報をテレビ・ラジオ・ネットなどで確認する、近隣で想定される災害について、避難方法を考えておくことも必要とのことでした。

若園荘付近では、1ブロック西方向で0.5m未満の浸水の可能性が高いとのことでした。(ハローワークあたり)

今回参加して、より危機感を感じたところです。レベル4で高齢者は避難を完了しなければならないとされていますが、若園荘では3階への垂直避難を実施することとなりました。

今後は、より地域・近隣とのよい関係を築き、災害時でもお互いに助けあっていければと考えられました。特に町内会様と連携をとり、近所で助けが必要な人を災害時に若園荘に避難していただくなどの提案もよいのではないかと思います。また、今回地元消防団(第5分団)の方々にも、若園荘の存在も伝えることもできました。今後は災害・避難訓練などでも連携が取れるようにしていければと考えております。(澤村)

# 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。

### 南昌福祉の里 文化祭



10月12日、敬愛荘文化祭が開催されました。会場には利用者による作品や、ボランティアの協力を頂きながら作成したフラワーアレンジメントが飾られました。利用者は家族や職員と一緒に荘内を巡り、午前中はバザーで買い物したり、お茶席ではお抹茶と和菓子、喫茶コーナーではケーキやアイスなどを頂き「おいしいなあ」と笑顔が見られました。午後は、食堂ホールにて演歌歌手の三浦わたる様による歌謡ショーが開催され、心に響く歌声に皆さん聞き惚れていました。当日は台風による悪天候にも関わらず沢山の方々にご来荘頂き誠にありがとうございました。



### ★★★食欲の秋★★★クッキング★★★

専門棟では10月に調理レクを開催し、今回はホットケーキ作りと漬物作りに挑戦しました。ホットケーキ作りでは、利用者には生地を混ぜてホットプレートで焼く作業を手伝っていただきました。最後に生クリームとメイプルシロップをかけて召し上がりました。「おいしい！」と皆さま喜ばれていました。漬物作りでは、きゅうりやなすを包丁で切るのを手伝っていただきました。「懐かしいね～」と昔を思い出しながら慣れた手つきで作業を進められていました。今回の調理レクでは皆さまから「楽しいね～」「もっと食べたい！」と嬉しいご感想と笑顔が見られ大いに盛り上がりました。



### 誕生会

毎月行われる誕生会ではボランティアの方々に歌や踊りを披露して頂いています。平成21年から長きにわたり、さんさ踊りで利用者とふれあい、喜びと生きがいをもたらしてくれた初代ミスさんさの佐々木秀子様には感謝状を贈呈させて頂きました。ボランティアの皆様、いつも本当にありがとうございます。

<p>○○○○○○○10月○○○○○○○</p> <p><b>こぶしの会様</b></p>	<p>○○○○○○○11月○○○○○○○</p> <p>初代ミスさんさ 佐々木秀子様 さんさ好み様</p>	<p>○○○○○○○12月○○○○○○○</p> <p><b>盛岡チャペル様</b></p>
---	---	--

## インターンシップ・看護体験の受け入れ

医療A病棟 藤田 昭子

南昌病院では、医学生・看護学生・リハビリ学院生などの通年で実習を受け入れており、その他に、近隣の高校生の希望によるふれあい看護体験や、特に中学生（矢巾中学校や矢巾北中学校）のインターンシップ・見学者の受け入れを積極的に実施しています。

希望する学校や個人の体験の目的は様々ですが、私たちにとっての目的は、将来、医療関係、特に看護師や介護職を目指してもらいたいという思いが大きいといえます。また、希望している学生さんもたくさんいます。

看護体験では、実際、ユニホームに着替えてケアを体験します。着替えているときは、自分の将来の姿を想像し、とても賑やかで楽しそうです。けれども、実際に患者さんとのふれあいになると、コミュニケーションに戸惑いスムーズに行かないようですが、手や足を洗ったり、お話ししたり患者さんと折り紙をしたりしているうちにうまくいくようになります。また、患者さんも中学生や高校生と会話することで孫を思い出すのか、とてもいい表情をされます。学生さんは、患者様から「ありがとう」と声を掛けられることがとてもうれしかったと感想に述べています。また、血圧測定や患者さんの移送に使うストレッチャーや車椅子の体験では、注意事項を真剣に聞きながら普段できない体験をしています。こう



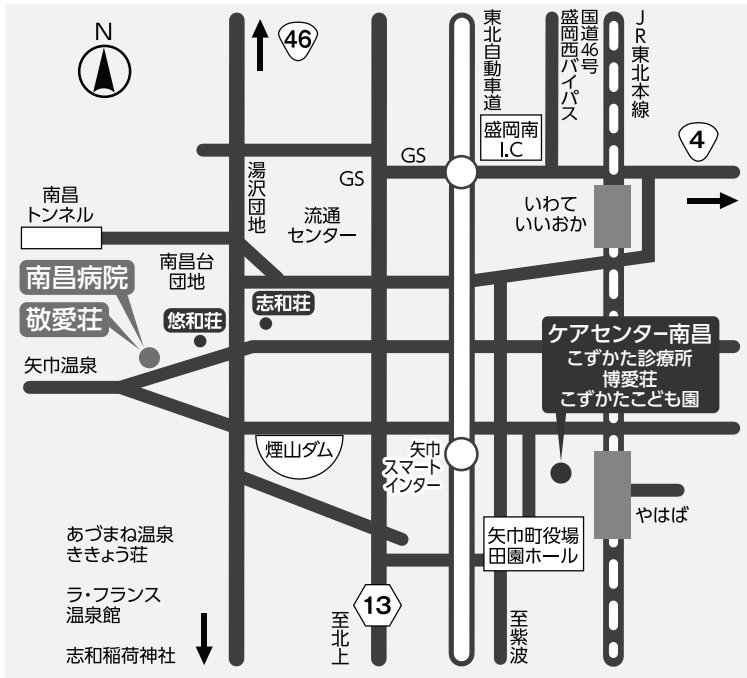
いう体験が将来の進路につながるモチベーションになることを期待してはりきっておこなっています。

体験の終わりに、看護師の資格取得には、種々のコースがあるため、微に入り細にわたり丁寧な説明を行います。特に力が入るのは進学のための学費などについてです。とてもお金のかかることなのでありとあらゆる奨学制度などの説明には熱がはいります。学校での進路の説明に限界があると感じているので、将来の医療・看護・介護の担い手を一人でも多く育成につながればと思っています。

後日、体験した中学生からお礼の手紙をいただくことが良くあります。改めてよかったと思うことと、気の引き締まる思いをしております。今回ご紹介しました。いつでもお待ちしております。



## 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 循環器内科	山口 一彦 西城 精一
木	循環器内科 脳神経外科	市川 隆 齋木 巖
金	脳神経外科 脳神経外科	山口 一彦 齋木 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~木	内科	杉山 賢明
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

◆令和2年は「ねずみ年」になります。鼠は大黒天の使いといわれ、五穀豊穡、財力、子孫繁栄をつかさどると言われております。今年も幸多き1年でありますよう祈念しております。今年、2020年東京オリンピックが開催される年でもあります。第32回オリンピック競技大会(開催期間7月24日~8月9日)、東京2020パラリンピック競技大会(開催期間8月25日~9月6日)、チケットを購入していない私は、令和元年のラグビーワールドカップの応援と同じく、テレビの前で、片手に酒を持ち日本の頑張りに大声で応援することになりそうです。

◆令和2年度は、保険医療機関及び保険薬局の保険医療サービスの報酬を定める、2年に1度の診療報酬改定の年でもあります。令和2年度改定の基本的な視点として 1.医療従事者の負担軽減、医師等の働き方改革の推進 2.患者、国民にとって身近であって、安心・安全で質の高い医療の実現 3.医療機能の分化・強化、連携と地域包括ケアシステムの推進 4.効率化・適正化を通じた制度の安定等が協議されています。当院にとっても、質の高い医療を提供するために、改定情報の早い取り組みによる、持続可能な体制作りが大切と考えております。

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 〃
	◆やはば指定居宅支援事業所	〃	TEL 019-697-0537	FAX 〃
社会福祉法人 敬愛会	◆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 〃
	▲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
	●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