



# 函南・ぶなの森通信

## 3月号



### ～目次～

- ・節分・豆まき
- ・足湯へどうぞ
- ・今月の森のカフェ



- ・ケアプラザより
- ・医務より
- ・サービスのご案内
- ・編集後記



### ～節分・豆まき～



2月3日(土)に函南・ぶなの森に鬼たちが現れました。入居者様、利用者様は用意した新聞紙のボールを鬼たちに投げ、旧年の邪気をしっかり払っていただきました。一緒に今流行している、インフルエンザも一緒に払っていただけないかと、期待しているのですが…。



皆さん、とても良い顔をしています。今年もとても良い顔で、良い生活が送れそうです。早いもので今年ももう、1か月が過ぎてしまいました。この1年も皆さんと健康に、穏やかに過ごしたいですね。



鬼たちも皆様の退治に降参です。

### ～足湯へどうぞ～

穏やかな日の午後、ぶなの森の足湯に今日もたくさんの常連さんが来てくださいました。早いもので、足湯が出来てから1年6ヶ月になります。



足湯の常連さんたちは、初めての参加の人も快く迎えてくれます。また、皆さんはおしゃべりが大好きで、あっという間に終わりの時間になってしまうそうです。足湯に通いだして、風邪をひきにくくなったり、一緒にぶなの森カフェへ行く約束をしたり、お友達も増えていいことづくめです。ぶなの森の足湯に興味があるけれどまだ来たことのない方、しばらくご無沙汰の方は是非、ぶなの森の足湯にいらしてみてください。



営業時間：毎週火・木・土曜日 11:00～15:00

### ～今月の森のカフェ～

次回開催:平成30年2月25日(日)・3月25日(日) 13:00～15:00 参加費100円\*予約不要

1月28日(日)、外の陽気は寒い日ではありましたが、函南・ぶなの森で行われた森のカフェはとても賑やかで温かな雰囲気の中、行われました。

今回のお楽しみは、新年と言ったら「初釜」ということで、お抹茶と和菓子をいただき、皆さんとてもおいしそうに召し上がっていました。

また、今回参加された方に函南・ぶなの森や、森のカフェとの付き合いを始めるきっかけや感想などお話を伺いました。

- ・足湯に来て、カフェに参加するようになった。
- ・まだ施設に入る状態ではないが、今後の事も自分としても、どのようにしたら良いか知りたい。
- ・カフェに通っていたが、今はデイも利用している。
- ・100円でお菓子やコーヒーまでいただけて満足です。

などといった、嬉しいご意見をたくさんいただきました。まだ、参加したことのない方のご参加、首を長くしてお待ちいたしております。



### ～ケアプラザより ケアマネージャーの仕事内容～



ケアマネージャーの仕事は多岐にわたります。前号で記述したとおり、介護が必要な方に介護保険サービスを提供するほか、生活困窮者には生活保護申請の補助を、食事に困っている方に配食の紹介を行います。利用者とその家族の仲を取り持ったり、高齢者などに地域活動の参加を促したりすることもあります。ケアマネージャーの仕事内容は単なる介護業務の枠に収まりません。そのため大変さもありますが、自分のケアマネジメントによって高齢者の生活が改善されたときは大きなやりがいを感じられます。

ケアマネージャーは業務範囲が広く、内容も専門的で仕事を始めてから新たを知ることも多く日々の業務を通して経験や知識の幅を広げていくことが求められるのです。

～ケアマネージャー・杉本～

### ～医務より お薬の話～



1人の患者さんに多くの種類の薬が同時に処方されている状況を多剤処方(ポリファーマシー)と呼びます。薬の種類が多すぎると副作用のリスクが高まるほか、国や健康保険の薬剤費にも響きます。

高齢化が進み、患者さんの3～5割が、5種類以上の薬を処方されています。特にお年寄りの場合、複数専門医を受診する方も珍しくなく、個々の疾患には最善の処方でも、身体全体で足し算するとおかしな多剤処方ということが起きます。ある研究では常備薬が6種類を超えると副作用が出やすくなるという傾向が確認できたそうです。

例えば、5種類以上で転倒しやすくなる、消化器への影響で低栄養状態になるリスクが高まると報告されています。(患者さんの持つ病気によっては10種類の薬が適正ということもあります。)

あくまで目安ですが、6種類程度に抑えることを提案しており、多剤処方の解消に向けた一案とし、かかりつけ医に薬の情報を集約してもらい、処方を一元化することがよいと考えられます。

理想としては「かかりつけ」の医院や薬局に全体状況を知ってもらい「お薬手帳」の活用です。複数の薬局を使う場合でも、一冊で全ての服用薬が載っていれば、重複処方が防げます。採血データ等も挟んでおけば、その手帳を携行するだけで、出先で倒れたり災害の時でも初めての医療機関でも情報共有できます。



最後に健康を守るために「お薬手帳」を提示することや、薬を万能視しむやみに欲しがること、薬の服用に関することや、医者には言いづらいことなど、薬剤師さんには言えることもあるはず。薬に関する事でしたら、是非遠慮なく薬のプロとして薬剤師に相談してみてもいいかがでしょうか？

### ～サービスのご案内～

特養(入居)	定員80名入居。現在待機者10名(介護3以上で、すぐ入居希望の方)。
担当:今井・勝亦	入居のご相談、施設見学などお気軽にお問い合わせください。 Tel:055-970-1127
ショートステイ	短期滞在型、宿泊介護サービス。完全個室で10部屋のご用意がございます。2か月前よりご予約受付しております。要支援の方も利用可能です。 Tel:055-970-1127
担当:勝亦	
デイサービス	利用定員40名。様々なニーズに対応できる職員体制と環境の中で多種多様な活動を行い、常に利用者様の自己表現を目指したサポートをする事を心掛けています。 Tel:055-970-1627
担当:牧田・渡邊	
ケアプラザ	ケアマネージャー5名が迅速・丁寧に対応させていただきます。
担当:鈴木	"その人らしい人生"を共に考えていきましょう。 Tel:055-970-2327
訪問介護センター	ヘルパーは6名体制で行っています。ご利用者様の気持ちに寄り添った介護を行える様に頑張っております。私達と一緒に仕事をしませんか？ Tel:055-970-1727
担当:佐藤・塩谷	

～編集後記～ 今年のインフルエンザもA型、B型共に猛威を振るい、私達は入居者様、利用者様にうつらない様、細心の注意を払っている日々が続きます。テレビでもインフルエンザの感染はどのように？というような番組も多く放送されます。この時期には面会にいらっしゃるご家族様、ボランティアの皆様にも特にご協力をいただき、感謝の限りです。～野秋～



発行日 平成30年3月1日  
 発行者 社会福祉法人 函要会 函南・ぶなの森  
 〒419-0114 静岡県田方郡函南町仁田 284-5 ☎055-970-1127