



新型コロナウイルスの感染は、1年経った今も勢いを増し続けています。  
ワクチンの接種も始まっていますが、まだまだ油断はできない状態です。  
感染予防のため3密に注意し、手指消毒、マスク着用でのサービスとなりますが、  
新型コロナウイルスの感染が早く治まり、皆様に平穏な日々が戻って来ますよう、  
心から願うと共に、住み慣れた地域でいつまでも幸せに暮らせるよう支えていきたいと  
思っています。

デイサービスセンター和気  
小規模多機能センター和気

【福角病院 診療科目】 ◇内科 ◇外科 ◇脳神経内科 ◇脳神経外科 ◇形成外科  
◇リハビリテーション科 ◇消化器外科

## 外来担当表

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	内科	内科	内科	内科	内科	第1土曜日 のみ
診察室 A	角南 (脳神経外科) (リハ'リテーション科)	角南 (脳神経外科) (リハ'リテーション科)	奥田 (脳神経内科)	角南 (脳神経外科) (リハ'リテーション科)	奥田 (脳神経内科)	梶原 (内科)
診察室 B	大森 (外科) (消化器外科)	小林 (形成外科) (手の外科)	大森 (外科) (消化器外科)	小林 (形成外科) (手の外科)	大森 (外科) (消化器外科)	第2土曜日 ～ 第5土曜日 休診
	午後 往診		午後 往診			

診察時間 午前8時30分～11時30分 13時～16時30分  
新規の患者さんは、できるだけ午前中にお越しください。  
定期受診の患者さんは、予約制ですので次回受診日を外来看護師と相談してお帰りください。

# 福角病院

## 頭の中の小宇宙

見て聞いて、におって味わう。理解して判断して行動する。すべて脳の機能です。グーにするか、チョキにするか、決めるのも脳。昔のことを覚えている、でも昨日のことを忘れている。これも脳の働き。目を閉じてでもごはんを口まで運ぶことができる。これも腕や手や指の筋肉を微調整している脳のおかげです。

ではみなさん、目の前に鼻の頭が見えますか？ 見えているのに自分の鼻はちっとも気になりません。顔をどこに向けても鼻先はいつも見えています。でも鼻の存在はちっとも気になりません。見えていることさえ気づきません。これもまた脳の働きなのです。無意識に視野にある鼻を消しているのです。

実は脳は意識してやっていることよりも無意識のうちに指令を出していることの方がずっと多いと思われま

す。この素晴らしい脳をいつまでも若々しく保つために毎日努力を怠らないようにしたいものです。それには脳をしっかりと使うこと。認知症の方は2つのことを同時にすることが大変困難となります。だから2つのことを同時にしていると認知症になりにくいと思われま

す。ラジオを聴きながら掃除をする。ウォーキングを楽しみながら歌を口ずさむ。こうして800億個以上あるといわれる脳の神経細胞を毎日活性化しましょう。1個の神経細胞は1万個の神経細胞と結ばれています。宇宙の広さに匹敵する無限の広さのように思われ、私は頭の中の小宇宙と呼んでいます。



院長 脳神経外科 角南 典生

## 目指してみませんか

リハビリテーションの専門職は3職種あるのはご存じでしょうか？理学療法士、作業療法士、言語聴覚士の3職種です。いずれも国家資格となります。

今回はこのうち理学療法士について簡単に紹介いたします。理学療法士は、病気や怪我、老衰、障がいなどの原因で身体機能が低下した人に対して、運動（運動療法）や温熱、光線、電気などの物理的手段（物理療法）により機能改善を図る専門家です。理学療法士になるには、養成校（大学、短大、専門学校、特別支援学校）で3年以上勉強し、国家試験を受け、合格し、理学療法士免許を取得する必要があります。

活躍の場としては、病院、介護施設、福祉施設、教育・研究機関、スポーツ・フィットネス関連施設など幅広く多岐にわたります。近年は介護予防やスポーツ関連の分野においても大きな期待が寄せられており、実際、プロスポーツのトレーナーとして活躍している理学療法士も存在しています。

リハビリテーションは根気強く、寄り添いながら、地道に続けていかなければならず、簡単なものではありません。ただ、身体機能の回復が実感できた時の喜びは何物にも代えがたいものです。

興味のある方は、目指してみたいでしょうか。

理学療法士 藤田 昌宏

## さくら保育園

お子様たちの楽しそうな笑い声と共に、新年度がスタートしました。

元気よく病院内の散歩に出かけています。芝生の上で「はしろー！」とスタッフや友達を誘うと追いかっこが始まり、遊歩道では草花集めや虫探し、探索に夢中です。

草の中や石の下をのぞき込み、虫を発見すると

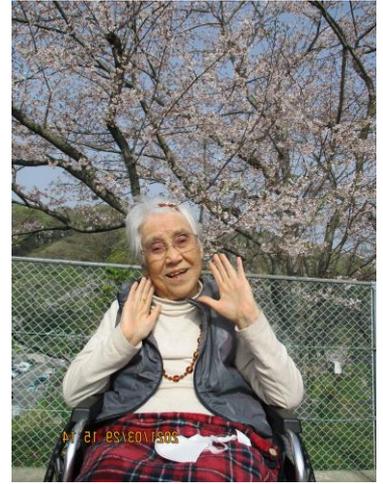
「あっ！だんごむし！」「あっ！てんとうむし！」と大喜び。

たくさんの自然に触れながら楽しく過ごしていきます。



## 福角の里・サテライト栗井

里では、ささやかながら病院敷地内の桜でお花見散歩をしました！  
この日は、とても天気良くて最高の散歩日和になりました。  
来年こそは、みんなでお花見が出来るよう願うばかりです。



今年の桜は  
お天気にも恵まれて  
キレイに見られるね♪

サテライト栗井ではひな人形を飾りました。とてもキレイだったので、入居者の方も観に来られました。その時の1枚です。

サテライト栗井の近くの田んぼにポツンと桜がありまして、それを背景に1枚。日当たりが良いので、桜の木全体に花がびっしり咲いています。来年もいっぱい桜の花が咲きますように。



# 通所リハビリテーション(デイケア) 福角の里



今年も福角の里に桜の季節がやってきました！  
桜をバックにパチリ！



## 訪問看護ステーション 福角

### 口腔ケアと機能向上について



口腔は、物を噛んだり飲み込むだけでなく、会話などにとっても重要な器官です。私たちがおいしい食事をとり、大切な家族や友人たちと会話を楽しむためには、舌や口唇・頬など口腔周囲の筋肉がしなやかに動く口腔機能が重要になります。

また、私たちは1日約1リットル分泌される唾液を飲み込んでおり、たとえ食事ができなくとも唾液を飲み込む機能が必要です。しかし、老化や長期間の絶食などによって口腔・咽頭の筋肉が動きにくくなると、それができなくなってしまうます。

そうならないように、また、誤嚥による肺炎を予防するためには、口腔内を清潔に保つことだけでなく、舌の運動や頬・口唇の運動などを日頃から行いましょう。

ご利用をお考えの方はぜひご相談下さい。

TEL089-978-5073

## 在宅介護支援センター 福角の里

### 介護施設と地域の交流を！



新緑が目に見える鮮やかな気持ちの良い季節となっております。

ご存じの方もいるかと思いますが、今年の4月から介護保険の改定が行われました。新型コロナウイルスの蔓延や地震など、思わぬ災害が起り不安な日々を過ごされているものとお察しします。これからの介護保険事業所は地域の皆さんと常に情報を共有し、共に力を合わせてこの災害を乗り切っていくようにとの政府の見解が示されました。これからの介護保険は今まで以上に地域の皆様と共に考えていく必要があると考えます

コロナ禍ではありますが、私たちケアマネジャーは、今後も安心して暮らせる地域作りのために、情報発信や相談会などを行ってまいります。皆様にもご協力頂きたく、お願い申し上げます。

## サテライト難波



今年は、例年に比べ暖かく桜の開花も早かったですね。皆さん、きれいな桜をみて喜ばれていました。



## 小規模多機能センター難波



満開の桜・きれい♥ 北条育成園へ花見に行きました。  
春一番！タケノコ採り・皆で楽しみました。

## デイサービスセンター難波



いざ！コロナ退治へ！  
新型コロナウイルス終息を祈りながら  
制作していただきました。



# 小規模多機能の家 ころの

## グループホーム

寒暖差がある中でも、みなさん体調を崩される事なく、お元気に過ごされています。

小規模より、沢山のつくしを頂き、『こんなにあつたの！』と、みんなで、つくしのはかま取りを手慣れた手付きで取り組まれていました。つくしは、美味しく頂きました(^^)♪

コロナ禍の中で、外出は出来ませんが、中庭の掃除をされたり、洗濯物を畳まれたりと、毎日、変わりなく穏やかに過ごされています。



## 小規模多機能型居宅介護



令和2年12月より勤務

管理者 石川 武志

(いしかわ たけし)

始めまして。4月より小規模ころのにて、管理者となりました、石川です。利用者さんもスタッフも笑顔で楽しめる小規模を作りたいと思います。よろしくお願ひします。

今年も、きれいな桜が満開に咲きました。残念ながら、コロナ禍の中で、お花見は開催出来ませんでしたが、中庭にでて季節を感じることが出来ました。



## デイサービス

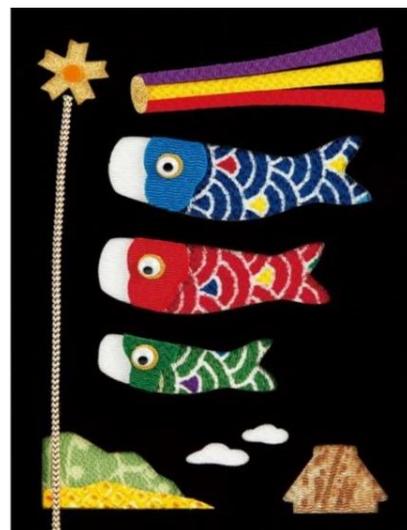
最近、俳句を始めた筆者でございます。

先日の句会での一句は先生方（俳句熟練の利用者さん）にも喜んでいただき何よりの励みでございます。

今まさに新型コロナウイルスの渦中ではありますが、このにおいても感染予防に努めながら、日々お過ごしいただいております。

そんな中で出来上がった作品をご紹介します。

一緒に写っている笑顔の口元も伝わると幸いです。



花見さえおあざけせよとコロナ風邪



# あわい便り



## デイサービスセンターあわい



今年も施設内外いろんなところに桜を見に行きました。満開の桜を見て「うわー。すごい」と歓声があがりました。



あわい公園は桜以外にもチューリップ他花盛り♡



デイルームにも桜があります。年々作品の質があがり喜んでいただいています。来年はどんな桜にしましょうか？

## グループホームあわい



いくつになっても誕生日はテンション上がります↑♡



皆さんで作成しました。花咲か爺さん。綺麗な桜が咲きました。



今年も光洋台は満開でした。

## 小規模多機能 あわい



あわい公園に桜を見に行きました。去年よりも大きくなった桜に利用者さんも喜ばれました。昔のお花見を思い出された方もいて、楽しい時間を過ごす事ができました。



## 特別養護老人ホームあわい



コロナウィルスの影響で、面会が出来ないため、家族さんからお花のプレゼントが届きました。皆さんとてもいい笑顔！お花に負けない「べっぴんさん」ばかりです♡



# 小規模多機能施設ふくずみ



## グループホーム

お雛様を片付けました。  
また、来年も会いましょうね。

Happy  
Birthday



暖かくなって桜も咲き始めた頃  
お散歩に行きました。

4月お誕生日会

利用者様全員集合でお祝い出来ました。  
今年も、1年元気で過ごせますように。



## 小規模



今年は一人一人を  
車でご案内しました

## お花見



楽しい誕生日会  
ノリノリで記念撮影しています。



## 通所介護



外出はできないけれど  
満開の笑顔咲きました。



## デイサービスセンター和気

食堂前の桜が  
綺麗に咲きました



## 小規模多機能センター和気

ご利用登録者様募集中!

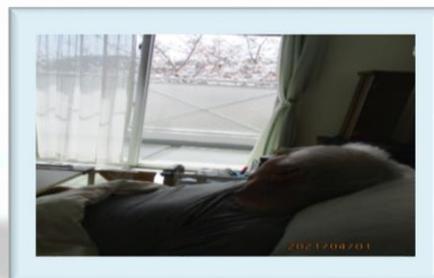


小規模多機能センター和気では、今年は窓を開け、マスク着用で個別対応をする等感染対策をしながら、光洋台、清和公園、総合公園等へお花見ドライブに行きました。満開の桜を見て皆さんとても喜ばれていました。来年は、みんなで揃って行きたいですね。

# 特別養護老人ホーム 安寿荘



温かい日和となり季節折々の花々に囲まれ陽気な季節となりました。  
しかしながら、自粛中にて外出はできません。そこで、中庭や窓から花々を愛でたり、  
室内でも季節が感じられるよう各部署で工夫を凝らしています。  
今年も満開に咲いた桜はとてもきれいで部屋からもお花見ができるところもありました。  
「花より団子」という言葉がありますが「花も団子も！」をモットーにどちらも楽しんでいます。  
みんなで一丸となって感染対策に万全を期してコロナの渦を乗り越えましょう！！



## グループホームあんじゅ

桜の花も咲きお花見の季節になりました。グループホームあんじゅでは、  
恒例のお花見を利用者の皆様と楽しみました。敷地内に咲いた桜を見て  
「やっぱりいいな」と一言！穏やかなひとときでした。



# デイサービスセンター安寿荘



2名の方の百寿のお祝いをさせていただきました。

これからも長生きして安寿荘デイサービスをご利用ください。

## ～ 在宅介護支援センター安寿荘～

からだところの健康を保つために～免疫力を高めましょう～

### ○運動を続けて体力を維持

横になったり座ったりする時間を減らして普段からしている体操を自宅で続けましょう。

### ○直接会えなくても人と交流しましょう

家族や友人と電話で話したり、または手紙やメールで交流をしてみましょう。

### ○笑うことは効果的！！

笑いは免疫力を高めます。ストレス解消やリフレッシュ、脳の活性化や前向きになる効果などがあります。ワッハッハ！笑いましょう！！

### ○生活リズムを整えましょう

いつもの生活習慣や生活リズムを保ちながら過ごしましょう。

## ♡♡♡♡♡ ホームヘルパーステーション安寿荘 ♡♡♡♡♡

### 口腔ケアで感染症にかからない&かからせない(コロナ禍だからこそ大切に)

口腔ケアには口腔内のトラブル予防のための「衛生面」のケアと口腔機能を維持・向上するための「機能面」のケアが重要です。この2つのケアを合わせることで、口腔ケアの目的を果たすことができます。①口腔内の清潔と潤いを保つ。 ②粘膜ケアにより咳反射(むせ)・嚥下反射を高める。 ③口腔機能を維持・向上することでQOL向上につなげる(食べる、会話、笑う)。 ④口腔内細菌による感染症のリスクを抑える(誤嚥性肺炎、インフルエンザ等)。この4点にまとめられます。

歯や義歯が汚れたままでは食欲がなくなり、口腔内が乾燥したり舌に汚れが分厚く着いたりしたままでは、味が感じにくくなります。唾液の分泌が少なければ嚥下に支障が生じ、口腔内に細菌が増えれば歯周病菌を含んだ唾液を誤嚥する、菌が血管内に侵入するなどの影響が全身に及びます(動脈硬化、脳梗塞、誤嚥性肺炎、心筋梗塞、心内膜炎、糖尿病など)。口腔ケアは口の衛生や機能を保つだけでなく、食べる喜び、会話を楽しみ笑顔で人とコミュニケーションを取る楽しみなど、生きる喜びや精神的な安らぎを支える大切な役割があるのです。

## こんにちは、『包括城北』です。

新しいスタッフを迎え、17名で令和3年度をスタートしています。

コロナ禍の収束が見えない中で、楽しみにしていたサロン活動などの集まりが制限され、精神的にも、身体的にも機能の低下を心配されている方も多いことと思います。

体調を整え、免疫力を高めるためにも睡眠は大切です。睡眠時間は取れているという人の中にも、実は「隠れ不眠」という人もいます。睡眠時間よりもどれだけ深く眠れているか『睡眠の質』が重要なのです。質の良い睡眠を得るためのリラックスモードの敵はストレスです。

良い眠りのための工夫もさまざまありますが、その一部をご紹介します。

- ☆眠る2時間前に食事を済ませる。
- ☆テレビ、電気を消し暗い環境で眠る。
- ☆ぬるめのお風呂にゆっくりと入ってから眠る。
- ☆お腹と肺にたっぷりに空気を入れてゆっくりと深呼吸をする。



コロナワクチンの接種も順次始まりました。一日も早く以前の日常が戻ることを願い体調を維持していきましょう。

松山市地域包括支援センター城北 松山市堀江町甲 338-2

☎089-911-8005

## 求人情報

一緒に働いてくださる方を募集しています。

人と接することが好きな方、介護の仕事にチャレンジしてみたい方など、随時ご連絡をお待ちしています。

詳細はHPをご覧ください。

夜勤専門スタッフの給与は、  
1回 17,380円～18,380円です。

慈孝会 <http://fukuzumi-hp.jp/>

安寿会 <http://anju-kai.jp/>

事業所	職種	雇用形態	募集人員
福角病院	看護職員	常勤・正職員	1
福角の里	看護職員	常勤・正職員	1
	調理員	非常勤・パート	1
福角の里サテライト栗井	看護職員	常勤・正職員	1
特養安寿荘	看護職員	常勤・正職員	1
ホームヘルプステーション安寿荘	登録ヘルパー	非常勤・パート	3
安寿荘サテライト難波	夜勤専門スタッフ	非常勤・パート	1
グループホームふくすみ	夜勤専門スタッフ	非常勤・パート	1
小規模多機能ふくすみ	夜勤専門スタッフ	非常勤・パート	1

## 編集後記

コロナウィルスの影響で続く“おうち時間”皆様いかがお過ごしでしょうか。

今まで、忙しい日々の中ではなかなか意識できなかったことが、この“おうち時間”で、気づいたこと、再認識させられたことがあるのではないのでしょうか。日々、ただなんとなく過ごしていたという人も、今回のコロナ禍で時間に対する意識が変わったのではないのでしょうか。“おうち時間”で、自分の好きなことを思いきりやるチャンス！困みに私は、オカリナを始めました。「キラキラ星」から始め、利用者さんの前で「ふるさと」を演奏したい！が、目標でした。コロナが落ち着いたなら、一緒に始めたメンバーと、また「ふるさと」を利用者さんに聴いてもらいたいです。

～個人情報保護について～

慈孝会・安寿会では、個人情報取扱規程に基づき、個人情報の保護と適正な利用を図り、真心のこもったサービスのご提供を心がけています。