

☆オリオン新聞☆

第108号

発行日 平成31年1月1日



新年のご挨拶

施設長 大貫 朱夏

謹んで初春のお慶びを申し上げます。
旧年中はオリオンへの多大なるご理解、ご協力を誠に有り難うございました。

昨年は介護老人保健施設の本質をなす「在宅復帰支援」を地域連携部門、リハビリテーション、介護・看護、栄養部門等、全職員が一丸となって力を注ぎ、『在宅強化型老健施設』の指定を頂くことができました。結果は後からついてきます。本年も、引き続き、いつ何時でも個々にあった最適な介護と医療を提供していく所存です。

また、昨年同様「介護教室」「訪問リハビリテーション」等を積極的に行い、益々地域に開放された施設でありたいと思っております。

オリオンでは大正生まれの方々が現在二十一名ご利用されています。四つの時代を生き抜くエネルギーを感じながら、新しい一年を皆で穏やかに過ごしていきたいと思えます。



平成30年12月22日
あさか開成高等学校音楽部による
クリスマスコンサートが行われました！



在宅復帰委員会の取り組み

例えば

オリオンでは在宅復帰委員会を中心に

多職種が連携して

利用者様・ご家族の抱える不安や課題を解決し、計画的に在宅復帰へのサポートを行っています。

入退所の前後に行う家庭訪問もその1つです。



リハビリ

- ・家屋調査
- ・環境調査
- ・家での動きや様子の確認



支援相談員

- ・各機関との連携や調整
- ・介護保険サービス等の調整



栄養士

- ・食事面の相談やアドバイス

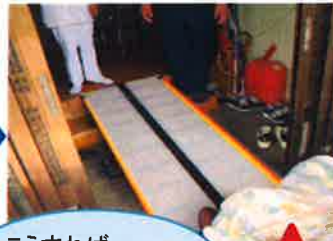


看・介護職

- ・生活支援
- ・家での動きや様子の確認



段差があるから車いすでは帰れないかな？



こうすれば車いすでも大丈夫！



在宅復帰後のフォロー

オリオンではケアマネジャーや関係機関とも連携を図り、在宅生活が継続できるようにサポート致します。

退所後も少しでも不安な事があればいつでもご相談ください！



入所前後 訪問指導加算

【対象】

入所期間が1か月を超える見込みの方

【いつ】

入所予定日の前30日以内

～入所後7日以内

【内容】

お宅を訪問し退所を目的とした施設サービス計画の策定および診療方針の決定を行う。

退所前後 訪問指導加算

【対象】

入所期間が1か月を超える見込みの方

【内容】

お宅を訪問し利用者様やご家族に対して退所後の療養上の指導を行う。



屋外外出訓練 in 開成山

1月 入所行事予定

- 7日 手芸教室
- 6・13・20日 カフェド・ライフ
- 18日 オリオン新年会
- 21日 お料理教室



仲良し♪

オリオン通所リハビリテーション



芋煮



おいしかったよ！

デイケア文化祭

今年作成していただいた壁画の前で、皆さんで合唱を披露していただきました。
とても素敵な歌声を聞かせていただきありがとうございました。



デイケア 1日の流れ

- 9:40 オリオン到着
健康チェック
- 10:00 入浴
個別リハビリ
作業活動
- 12:00 昼食
- 13:30 集団リハビリ
レクリエーション
- 15:00 おやつ
- 15:45 オリオン出発

1月デイケア 行事予定

新年会・お誕生会
(10日~12日)
お料理教室
(22日~24日)



デイケア空き情報

	月	火	水	木	金	土
定員数	20					
午後	△	△	△	○	△	○

皆さんと一緒に楽しくリハビリしませんか？

- ▶最近転びやすい
- ▶お風呂に入るのが大変 [空き状況] ○ ... 2~3名空きあり
- ▶病院を退院したばかり △ ... 1~2名空きあり
- ▶認知症が心配 × ... 満員

見学・相談お待ちしております。
(*_^*)
相談室 金澤・谷井・渡部



新年明けましておめでとうございます！雪も降り積もり、厳しい寒さが続いていますですが皆さんいかがお過ごしでしょうか？寒い時期には、外へ出る機会も減り活動量が自然と少なくなるため、便秘傾向になる方も少なくないのではないのでしょうか。特に高齢者では、便秘が続くことで、通常よりも食事や水分量が減り、低栄養につながる方も少なくありません。今回は、そんな便秘予防・解消に役立つ食品についてお話していきたいと思います。(キーワード:「甘酒」)



☆甘酒の健康効果☆

- ・便秘の予防・解消 … 食物繊維やオリゴ糖がバランスよく含まれており、腸内環境を整える。
- ・免疫力のアップ … 麹菌は善玉菌のえさになるため、免疫活動を活性化させ免疫力を高めてくれる。
- ・代謝の促進作用 … 麹菌の酵素には抗酸化作用があり、老化予防にもなる。

☆適切な量と飲む時間帯は？☆

- 量 … 1回50～100ml程度、糖分を多く含むため1日200mlまでが良い。(※糖尿病の方はかかりつけ医に確認！！)
- 朝 … 甘酒に多く含まれるブドウ糖が脳を目覚めさせてくれ、代謝もよくなる。
- 昼 … ブドウ糖と糖の代謝を向上させるビタミンB1の効果により、脳の働きが活発になるため集中力がアップする。
- 夕 … 疲労回復効果。ストレスを緩和するGABA、甘酒の甘みと香りが心を癒し、体を温めるため安眠効果がある。

☆便秘解消おすすめレシピ(ヨーグルト甘酒)☆

【材料】

- ・甘酒 … 50ml
- ・プレーンヨーグルト … 50g

【作り方】

- ①器に甘酒とヨーグルトを入れる。
- ②均等になるまで混ぜ合わせて完成。

腸活したい人にピッタリです！



訪問リハビリ情報

新規利用者大募集中です！
お問い合わせは↓↓↓
訪問リハビリ担当:池下まで

	月	火	水	木	金	土
午前	×	×	×	×	×	×
午後	△	△	○	×	△	△

[空き状況] ○… 空きあり △… 要相談 ×… 満員

フォトギャラリー



郡山市高齢者作品展に
出品しました。



良くできた(笑・笑・笑)



いや～楽しかった♪
先生、また来てね☆



公益財団法人 星総合病院
介護老人保健施設 オリオン

〒963-0211
福島県郡山市片平町字峯三天2番地
TEL. 024-952-6413
FAX. 024-961-6157
E-mail orion@hoshospital.jp