



5月のおひさまだより



さわやかな風が、新緑の草木を揺らす季節になりました。子ども達が進級して早1か月。すっかり新生活に慣れ、はじけるような笑顔があふれています。新学期からの緊張が少し緩んで、疲れが出やすい季節です。体調管理に気をつけて栄養のバランスが取れた食事や、十分な睡眠も心がけましょう。



ピカピカの一年生!



河川敷のこいのぼり
面白そうに泳いでる♪



健康の森公園

今月の行事予定

- 7日(火) 街なか広場
- 8日(水) 図書館
- 11日(土) 庄内体験学校
- 18日(土) 誕生会
- 25日(土) クッキング

今月のうた♪

- ・こいのぼり
- ・手あそびうた
- ・つばめになって グーチョキパー
- ・お母さん



10歳 おめでとう!

す
き
ま
時
間



発達に特性のある子どもたちは、「みんなと遊ぶことが難しい場合がある反面」、独特な感性や集中力がみられることもあります。遊び方は自由で、正解はありません。その子の工夫やアイデアを認めて、達成感と意欲を引き出しましょう。

1. 点つなぎ 2. ぬり絵 3. 型はめパズル 4. 迷路 5. うつし絵 6. 探し絵
- ※いずれの遊びも集中力や運筆力を育み、達成感と自信を持ってもらい意欲を高めます。おひさまでも取り組んでいます。



ひゅーまんだより 令和6年5月号



日に日に暖かくなり、春の訪れを実感します。

青い空を悠然と泳ぐこいのぼり。
江戸時代から日本で親しまれてきた文化が
令和の現在でも大切にされ、子供を大切に思う
親の願いは変わることなく受け継がれています。

5月は寒暖差が激しく、暑い日には熱中症が
発生することもあります。

「まだ5月だから」と安心せず、気温など自身の環境にも
注意を払いながら元気に過ごしましょう。

ヒューマンホールディングス株式会社

〒820-0082 福岡県飯塚市若菜256-77

もみの木ケアプランセンター
シニアコミュニティーもみの木
もみの木相談支援センター
電話：0948-26-8338

シニアコミュニティーつばき
電話：0948-29-5366

〒820-0001
福岡県飯塚市鯉田1140-2

おひさま
電話：0948-21-0777

もみの木 つばき

検索

VOL.154

靱井柔道整復師のリハビリ講座



こんにちは、柔道整復師の靱井です。本日は上肢（肩口から先の手）の血液やリンパの循環を良くする「手指の運動」を紹介します。これを行うことで手指のむくみがとれ、拘縮や癒着を予防できますので毎日実践してみましょう。

1



手首と指の関節をまっすぐ伸ばす

2

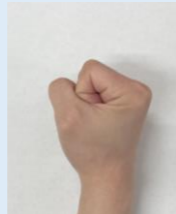


①の状態から指の付け根の関節だけ曲げる



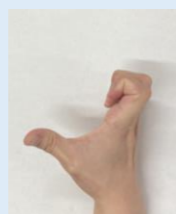
①～④
5回実施

4



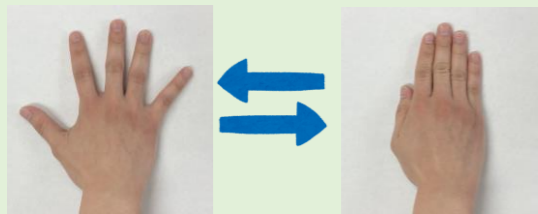
指を全部にぎりこむ

3



指の第一・第二関節を曲げる

5



5本の指を伸ばしたまま開く&閉じる。
10回×2セット

6



親指の指腹を人差し指→中指→薬指→小指と順番に合わせる



5回実施

※負荷をかけすぎると、熱っぽくなったり痛むことがあります。
記載している回数は参考程度に、ご自身で無理のない負荷と回数で行ってみましょう。

シニアコミュニティつばき 新職員紹介



介護職員 鶴岡 紀子

4月より働かせて頂いています、鶴岡 紀子です。週3回で、主に入浴のお手伝いをさせて頂いています。まだまだ皆様に教えて頂く事が多く、早く利用者様のお役に立てる様頑張ってお参りますので、よろしくお願い致します。

2024年4月勉強会

もみの木ケアプランセンター



令和6年4月に介護保険制度の改正が行われました。居宅介護支援事業所のみならず、その他のサービス事業所に関しても変更点が多くあります。それらの変更点をしっかり把握しておかないと、法律違反や誤った請求を行ってしまう可能性がありますので、全職員で「介護保険改正による変更点」の勉強を行いました。ケアマネジャーという職業は、利用者様・ご家族様・サービス提供事業所・医療機関等の間に立ち、橋渡しする役目を担っています。そのため必要な知識

量は膨大なものとなり、それらに変更になるこのタイミングでは多忙を極めます。各サービス事業所の加算などの変更に対応した計画の見直しや、それに伴う担当者会議の開催等で目まぐるしく時は過ぎていきますが、利用者様にとって最適な計画作成、充実したサービスのために必要な業務です。事業所全体で報連相を活用しながら、法改正に対応した新たな業務方法の確立や知識の構築を行っていきたく思います。

今回の勉強会では「病状に応じた計画の作成」について勉強をしています。もみの木相談支援センター

入院していた方が、病院でのリハビリ後にご自宅での生活を送れるようにする為にはどのような計画が必要で、それに最適な地域の資源は何か、などについて課題分析を行ってから計画を作成します。まずは本人やご家族からの情報収集、そして入院先の病院のリハビリ専門職から現在の身体・精神の状態について詳しく聞き取りを行い、利用者様の全体像を把握していきます。利用者様の希望していることと、実際に支援を受けると実現可能なことを明確にすると、支援内容がより具体的にわかりやすく表現できると学びました。計画作成後の説明時にも、段階的に目標を達成していくことで希望する生活を行えるようになるという流れが伝わりやすくなると思いますので、今回の内容を今後の支援に活かしていきたいと思っています。



今月は、5月から算定する「生活機能向上グループ活動加算」について シニアコミュニティもみの木

勉強しました。生活機能向上グループ活動とは、利用者様が日常生活の課題に応じて活動を選択できるように、日常生活に直結した活動項目で時間割を組み共通の課題の複数の利用者様で実施する活動のことです。



<活動項目の例>

- ・包丁で固い物を切る
- ・携帯電話の操作（写真を撮る・動画を見るなど）
- ・セルフレジの使い方を覚える
- ・ペットボトルの開け閉め練習 他

同じ悩みを持つ方々がグループで活動することで、利用者様同士の会話が生まれ、デイサービスに来る喜びにも繋がるのではないかと期待しています。利用者様が日頃から苦勞している日常生活上の困り事を解消するためにも、新たな楽しみに繋げるためにも、職員一同、日々努力していきたいと思っています。

シニアコミュニティつばき

デイサービスでは、常日頃から利用者様の状態を把握したり、医療職と連携したりするために、介護職員もある程度の医学知識を身に付けておく必要がありますので、今回は「現場で使える医学知識」をクイズ形式で学びました。



- ・体温が37℃以上でも入浴可能な場合がある
- ・排便時にも血圧の変動があることがある
- ・SPO2は測る指によって測定値が変わる
- ・肺炎や尿路感染などの感染症は心不全が悪化の原因となる

バイタルサインや高齢者に多い病気など、現場の実務で使える医学知識を学ぶことができました。今後も職員全体の知識の底上げを行い、利用者様のわずかな変化にも対応できるように努めていきます。

年度初めは新しく環境が変わるためか事故が多発する時期です。そのため今月は「もしもの時の応急手当方法」について勉強しました。

おひさま

- ★熱中症の応急手当・・・涼しい場所や日陰へ移動し、衣類を緩め、安静に寝かせる
氷のうなどで首、わきの下、太ももの付け根を冷やす など
- ★異物を飲み込み喉に詰まってしまった時・・・「背部叩打法」「胸部突き上げ法」
- ★打撲した時・・・傷口から出血しているときは傷口を閉じるようにガーゼで圧迫し
安静にして様子を見る。意識がない・出血がひどい・繰り返し嘔吐がある時は救急車を呼ぶか、至急病院を受診する



最近、りんごやウズラの卵などを詰まらせるなど、子どもに予期せず起こる事故が増えています。子どもたちの身のまわりの環境を整備し、対策を立て、正しい知識を身に付けて事故防止に努めていきます。