

あしべつし

社会福祉事業団だより


令和5年7月1日発行 第37号



1年3ヶ月ぶり! 面会再開

令和5年5月8日に新型コロナウイルス感染症分類が5類へ変更となりました。これに先立ち、4月3日より対面での面会が再開されました。事前予約制により平日午後で短時間という条件付きではありますが、念願のご家族様との面会が叶いました。涙を浮かべるご家族様もいらっしゃり、感動の再会となりました。

今後、感染症の流行状況により、現在の対策が強化もしくは緩和する場合がございますが、ご理解の程、宜しくお願い致します。

HPはこちら
[ 芦別市社会福祉事業団]
施設の情報が閲覧できます。



《通所リハビリテーション♡おやつ作り》



利用者様の目の前でおやつ作り♪

おやつは、「あんこ巻き」「たこ焼き」「お好み焼き」「アメリカンドッグ」を作りました。「なつかしい!」「昔よく子供たちに作ってあげたわ」など、思い出話とともに大変喜んでいただきました。



【パワーリハビリ】

パワーリハビリ機器 4台稼働中

通所リハビリテーションでは現在パワーリハビリ機器を用いた運動を行っております。パワーリハビリには「老化による体の弱まり」を防止する効果があり、使われていなかった筋肉を再び活動（再始動）させ、体の機能を改善させることが出来ると言われております。体の動きも良くなり、体力もついてくると、自分の体が楽になり心も楽しくなります。



① ローイング

肘を後方に引く運動。
背筋が伸び姿勢が良くなり、呼吸が楽になります。



② トorso FLEX

椅子に座った状態でおじぎ運動を行う。
立ち座りの動作を楽になります。

パワーリハビリ機器説明



③ ヒップAB

股を開いたり閉じたりする運動。
立ち上がり動作を安定させ、歩行時のふらつき軽減を図ります。



④ ホリゾンレックプレス

脚の伸縮運動。
立ち上がりの動作と歩行を安定させます。



みなさんこんにちは!!

今回、皆さんにご紹介するのは「肩関節周囲炎」についてです。一般的には四十肩、五十肩とも呼ばれています。

40～70歳の年齢層に発症し、人口の2～5%がかかると言

われており、特に40～60歳の女性に多いとされています。

関節を構成する骨・軟骨・腱（筋肉の一部）などが老化して肩関節周囲の組織に炎症を起こすことが主な原因と考えられています。肩関節の動きを良くする袋（滑液包）や関節を包む袋（関節包）が固くなるとさらに動きが悪くなります。

症状としては、

- ① 痛み：肩を動かすときや、夜中にズキズキする痛みが出現する。眠れないことも。
- ② 動きが悪い：肩の動きが悪くなり、手を上げたり服を着替えるなどの動作が不自由になる。

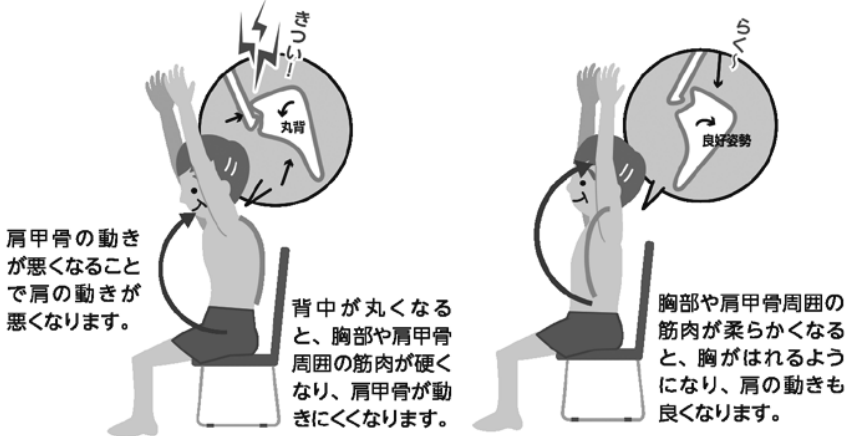


そこで今回は椅子に座って周囲炎を予防出来る運動をご紹介します。

※痛みがあるときは行わず、痛みが出ない範囲で運動を行ってください。また痛みが増す場合は速やかに中止してください。

肩と姿勢は仲良しです

姿勢と肩の動きはお互いに影響し合っているため、悪い姿勢によって肩に負担をかけている可能性があります。肩に痛みがある方でも実際には姿勢の悪さから肩甲骨や肩まわりの筋肉がしっかり動かないことが影響して、痛みにつながっていることがあります。



胸部や肩甲骨周りを柔らかくして肩を楽にしましょう。

(公益社団法人 日本理学療法士協会 理学療法ハンドブック 第2版 プリンスは 肩関節周囲炎 より引用)

Y-W運動

【ポイント】首に力が入りすぎないように気をつけましょう。



①両手を斜め上45度に広げて「Y」にします。



②両ひじを脇につけるように肩甲骨をよせて「W」にします。



介護のことで相談したい



運動をおこないたい



掃除や買い物が大変だ



なんでもご相談ください!!

すばる居宅介護支援事業所 担当：早坂 TEL：0124-22-1816



● お知らせ ● 芦別市介護老人保健施設の各サービスをご利用される方の同世帯の前年度の収入が一定の水準以下の方につきまして、施設利用料の減免または免除が受けられる場合がありますので、お気軽に支援相談員にご相談ください。

職員紹介



准看護師
佐藤 和美
(さとう かずみ)

4月からデイケアで勤務しております。健康管理を中心に利用者様の笑顔がみられる毎日にしていきたいです。よろしくお願いいたします。



嘱託介護職員
松原 明日実
(まつばら あすみ)

利用者様が元気で楽しく生活していただけるよう、頑張っていきたいと思っております。これからもよろしくお願いいたします。



臨時介護職員
菅原 凌
(すがわら りょう)

6月から臨時職員となりました。利用者様が笑顔で安全に過ごし、身体機能の維持や向上のお手伝いをさせていただきたいと思っています。宜しくお願い致します。

役員紹介

- 理事長 荻原 貢
- 副理事長 稲場 厚一
- 常務理事 平吹 克美
- 理事 千葉 弘司
- 清澤 治夫
- 三浦 文盟
- 監事 松井 元
- 高橋 勝彦

求人募集

正規職員を募集しています!!

- ◆ 理学療法士又は作業療法士
- ◆ 支援相談員
- ◆ 介護福祉士

資格要件、勤務内容等については担当までお気軽にお問い合わせください。
担当・総務係 櫻田

電話: 22-1816 E-mail: soumu-4@rouken-subaru.jp

寄付・寄贈

高橋昭子様

オムツ類

匿名

座布団10枚

手作りイスマット12枚

ありがとうございます



令和4年度の決算状況 (単位:円)

事業活動による収支	収入	介護保険事業収入	391,568,106
		その他の収入	18,064,309
		事業活動収入計	409,632,415
	支出	人件費支出	258,924,932
		事業費支出	81,534,268
		事務費支出	59,996,276
		支払利息支出	37,047
事業活動支出計		400,492,523	
事業活動資金収支差額	9,139,892		
その他の活動による収支	収入	繰入金収入	80,000
		その他の活動収入計	80,000
	支出	積立資産支出	4,474,361
		繰入金支出	80,000
		その他の活動支出計	4,554,361
その他の活動資金収支差額	▲4,474,361		
当期資金収支差額合計	4,665,531		

令和5年度の予算概要 (単位:円)

事業活動による収支	収入	介護保険事業収入	411,560,000
		その他の収入	260,000
		事業活動収入計	411,820,000
支出	人件費支出	259,534,000	
	事業費支出	85,890,000	
	事務費支出	62,190,000	
	支払利息支出	40,000	
	事業活動支出計	407,654,000	
事業活動資金収支差額	4,166,000		
その他の活動による収支	収入	繰入金収入	4,065,000
		その他の活動収入計	4,065,000
	支出	積立資産支出	4,501,000
		繰入金支出	3,730,000
		その他の活動支出計	8,231,000
その他の活動資金収支差額	▲4,166,000		
当期資金収支差額合計	0		

編集後記

7月7日には「七夕」がありますが、北海道の一部地域では8月7日を七夕とする地域があるのだとか。私は今まで「七夕」についてあまり深く考えてきたことがないのですが、これを機に七夕について調べてみました。働き者であった織姫と彦星が結婚を機に遊んで暮らすようになり、怒った神様が二人を間に天の川を作り、二人を離してしまったが、一生懸命働いたら1年に1度だけ天の川を渡って会うことを許された。その日が「七夕」なのだとか(諸説あるそうです。)

芦別市は星がきれいにみえる街。七夕の日に素敵な星空がみえたらいいですね。(J・H)

