

～ ユニットリーダー実地研修再開に辿りついた 今 ～ 実地研修施設としてあり続ける事の再認識

沖縄県(東雲の丘)でもユニットリーダー実地研修が約3年振りに再開されました・・・

令和2年2月からの約3年半の期間、コロナウィルスの影響により、入居者様にはご家族様との面会制限や外出制限等、職員は不要不急の外出自粛生活を強いられました。東雲の丘で推進してきたユニットリーダー実地研修までも停止する事態になりました。

『閉鎖的な施設生活＝入居者へ我慢を強要る生活』は、日々の生活に大きな環境変化をもたらしていました。

ユニットケアを推進する施設(ユニット型特養)として、ユニットリーダー実地研修は、入居者様のケアの質の維持・向上に欠かせない『柱』と言える大きな取り組みの一つでした。

入居者(職員)の命をまもるべく、コロナ感染症の幾度もの波を乗り越え、一人一人が自身を守る術を身につけ、感染症と共存する事を理解していく中で、全国のユニットリーダー研修施設でも徐々に受講生受け入れ再開の兆しが見えてきました。

令和5年5月 コロナ感染症も2類から5類へ移行、それと同時に東雲の丘でもユニットリーダー実地研修が再開されました。

入居者様にとって『大事にしている事』、日々の生活の中で支援していく重要性を再び施設職員全員が共有し合い、東雲の丘は『理念』に再び歩み始めた瞬間でもありました。

実地研修施設としてあり続ける事は、施設職員一人一人が『理念』を十分に理解し、入居者様一人ひとりの思いを理解し、日々生活の中で『幸せ』と感じる事を支援していく事です。

研修が再開されて、県内・県外からは多くのユニットリーダーが実地研修受講生として東雲の丘へユニットケアを学びに来ています。

これからも東雲の丘では、『個別ケア』を展開し、一つでも多くの事を学んでいただける研修地としての努力が必要だと考えています。

最後に・・・これからも、施設全員で目指す目標『理念』に向かい、努力しつづける事が研修地としての『使命』です。

それは、『お一人お一人の入居者様(ご家族様)が幸せと感じてもらえる生活に近づくための必要不可欠な『柱』となっているからです。

記事 課長兼統括ユニットリーダー 大嶺 博



2023年
8月

し
の
め
ラ
イ
フ

第140号
令和5年
8月15日発行

東雲の丘では各企業とコラボレーションし職員の育成と地域貢献に努めてます(研修事業)

研修名	研修の特徴	実施日	コラボ企業
1 実務者研修①	・通信学習3ヵ月間+通学学習8日：保有資格によっては免除科目もあります。 ・通信学習はEラーニング対応：空き時間にスマホでのご受講が可能です。	令和5年 7月 開講	株式会社 ガネット 日本総合福祉アカデミー
2 実務者研修②	介護力=人間力。介護は人と接する仕事で、利用者の 思いに寄り添い、利用者の尊厳を大切にすることが大事です。介護技術だけでなく、利用者との円滑なコミュニケーションが図れるよう人間力アップのこころをサポートします。	令和5年9月開講(予)	株式会社 沖縄タイム・エージェン ト 沖縄人材カレッジ
3 介護支援専門員試験対策講座	・施設職員が講師となり共に受験する職員対象に実施(希望により地域住民の方も参加可能)	令和5年8月～10月(予)	施設職員対応
4 介護福祉士国家試験対策講座	・施設職員が講師となり共に受験する職員対象に実施(希望により地域住民の方も参加可能)	令和5年11月～1月(予)	外部講師 補足講義予定
5 ユニットリーダー研修(座学・実地)	・ユニットリーダー座学は(オンラインで受講ができます) ・実地研修開催は未定(コロナウィルスの状況をみて開始)	令和5年4月～3月(予)	一般社団法人 全国個室ユニット型施設推進協議会

東雲の丘 配食サービス事業

高齢者福祉施設のこころ配りを念頭に、栄養士による献立で栄養バランスの良い美味しい食事を朝食、昼食、夕食と一年365日ご自宅へ配達致します。

・朝食・・・530円(07:00～08:30)
・昼食・・・670円(11:00～12:30)
・夕食・・・670円(16:00～17:30)



普通食



キザミ食



流動食

※ 特別食を利用される場合は別途100円加算されます。
※ 特別食・・・柔菜食・キザミ食・ミキサー食・腎食・糖尿病・食物アレルギー、制限食
※ 離れて暮らすご家族様にもご安心して頂けますよう配達時に安否確認サービスを実施しております。

【サービス提供範囲】 南城市及び一部近隣市町村

※ 南城市 食の自立支援事業については、南城市からの助成があります。



高齢者介護・保育・学習塾・運動・食事に関することは、お気軽にご相談下さい

1 特別養護老人ホーム 東雲の丘	(定員100名)	完全個室ユニットケアが特徴です
2 東雲の丘 グループホーム	(定員9名×2棟)	完全個室の認知症ケアが特徴です
3 東雲の丘 グループホームデイサービス	(定員3名×2棟)	認知症の専門的ケアが受けられるのが特徴です(現在休止中)
4 住宅型有料老人ホーム Newマチュビチュ	(定員24名)	完全個室の要支援から要介護の方まで入居できる施設です
5 東雲の丘 デイサービスセンター	(通常規模)	リハビリ、レク等を行い在宅生活継続を支援
6 東雲の丘 ショートステイ	(12床) 完全個室	年中無休で「泊り」と介護ができる事業所です
7 サービスタ付き高齢者住宅 ハナミズキ	(定員18名)	60歳以上の虚弱な方から利用できます
8 しなのめ小規模多機能型居宅介護事業所	(定員25名)	「通い」を中心に「自宅訪問」「事業所泊り」のサービスです
9 居宅支援事業所 東雲の丘		介護保険に関することを利用者の立場でケアプランを作成し在宅生活を支援します
10 東雲の丘 配食サービス事業		管理栄養士の献立のもと朝・昼・夕と毎食弁当をお届け致します
11 東雲の丘学習クラブ		小学生・中学生・高校生の授業と受験をサポートする学習塾
12 しなのめnursery school (Ⅰ・Ⅱ) 保育園	(Ⅰ事業所内保育所19名)(Ⅱ企業主導型保育所:地域枠15名:従業員枠15名)	
13 地域包括支援センター 東雲の丘		保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員が在籍。高齢者やご家族様等の「総合相談窓口」

編集後記

住所:〒901-1203 沖縄県南城市大里字大城1392番地

電話:098-946-2051 ホームページ:<https://www.kenshoukai.or.jp/>

暑い暑い夏が連日続っていますが、読者の皆様はいかがお過ごしでしょうか？また、先日の台風は非常に長く、台風被害も少なからずありましたが、少しずつ復旧できています。また、機能訓練員の金城さんの記事でもあるように、猛暑が続く中で水分補給には十分に注意し、熱中症にならないよう日々気を付けて対策していきたいと思います。皆様も暑さ対策を行いながら楽しい夏休みを過ごしてください

編集者:石島 恭介

8 栄養士のひとこと

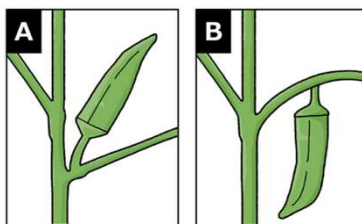
野菜はビタミンやミネラル、食物繊維が多く含まれ、身体の調子を整えてくれます。いろいろな野菜をたくさん食べましょう♪



食べているのはどの部分？ それぞれの野菜は、植物のどの部分なのかを見てみましょう。

花・つぼみ	実	葉	茎	根
ブロッコリー	トマト	レタス	アスパラガス	ごぼう
カリフラワー	きゅうり	ほうれんそう	たけのこ	だいこん
みょうが	ピーマン	にら	れんこん	にんじん

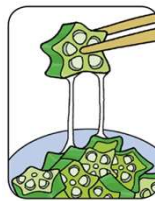
クイヌ オクラ



★答えは下にあります。

オクラのネバネバの正体

の食物繊維です。食物繊維は、腸内を掃除して身体に不要な物を外に出したり、血糖値の上昇を穏やかにさせる働きがあります。色々な料理にとり入れて、オクラの栄養を摂りましょう♪



記事 管理栄養士 比嘉 静香

～暑い夏の水分補給について～

※ 水だけじゃダメ？ 汗をかいたら塩分(ナトリウム)の補給も必要 ※

一般的に、人の1日の水分排出量は約2.5Lです(尿:約1,500ml、不感蒸泄※:約900ml、便:約100ml)。夏場は汗をかく分、意識して水分の摂取を心がける必要があります。※呼吸や皮膚から失われる水分

水分補給として一度に大量の水を摂取すると、かえって体内の電解質バランスを崩して体調不良を引き起こしてしまいます。飲む量は、かいた汗の量を目安にし、汗で失われる塩分(ナトリウム)もきちんと補給しましょう。

私たちの身体には、約0.9%の食塩水と同じ浸透圧の血液が循環しています。また汗をかいた肌をなめると塩辛い味がすることからわかるように、汗にはナトリウムが含まれています。

大量に汗をかいてナトリウムが失われたとき、水だけを飲むと血液のナトリウム濃度が薄まり、これ以上ナトリウム濃度を下げないために水を飲む気持ちがなくなります。同時に余分な水分を尿として排泄します。これが自発的脱水症と呼ばれるものです。この状態になると汗をかく前の体液の量を回復できなくなり、運動能力が低下し、体温が上昇して、熱中症の原因となります。

※ 塩分(ナトリウム)と糖分を含んだ水分補給が効率的 ※

熱中症予防の水分補給として、日本スポーツ協会では、0.1～0.2%の食塩(ナトリウム40～80mg/100ml)と糖質を含んだ飲料を推奨しています。特に1時間以上運動をする時は4～8%の糖質を含んだものを摂取しましょう。冷えたイオン飲料や経口補水液の利用が手軽ですが、自分で調製するには1リットルの水、ティースプーン半分の食塩(2g)と角砂糖を好みに応じて数個溶かしてつくることもできます。長時間運動を続ける場合には、ナトリウム濃度をやや高くすることが必要です。

引用元 効率的な水分補給 | 大塚製薬 (otsuka.co.jp)

記事 東雲の丘機能訓練員 金城 正竜

しのめナーサリースクール便り

暑い暑い夏が、やってきました。たくさん遊んで、いっぱい食べて、そしてしっかりと休息を取りながら、体の変化に気をつけつつ、暑い夏を元気に過ごしていきたいと思います。

記事 石島 京香 (保育園事務員・子育て支援員)



しのめ学習クラブ便り

夏休み明けは子供の自殺が増える時期

夏休みもいよいよ後半ですが、私は2学期が近づくにつれて心配事が一つ増えます。それは長期の休み明けは子供の自殺が増えるということです。特に春休み明けやGW明けよりも夏休み明けが最も多くなります。これを防ぐためにも我々大人はこどもから発せられる「サイン」を見逃さないようにしましょう。

サイン①【ネガティブな発言が増える】

学校に行きたくないという発言は大人に対して直接的に助けを求めている合図だと思っていいでしょう。受け止める側はすぐに否定せず、温かく寄り添ってあげて、原因を聞いてあげてください。

サイン②【体調不良が増える】

2学期が始まる前に腹痛などを訴える場合は、ストレスが原因であることも考えられます。ふだんと違った様子がないか見てあげましょう。

また悩んでいる子供たちは、相談することは恥ずかしくないもので、相談しやすい大人の人に話を聞いてもらいましょう。

記事 大城 功也 (学習クラブ講師)