

きらっとサンスマイル



第157号

発行:令和 7年 8月



介護老人保健施設
サンスマイル三木

～理念：陽光（ひかり）と緑あふれる空間で、ともに”いつも”の生活を～



2月から始まりました「サンスマイル三木の特長と魅力を皆さまにお伝えする」企画。これまで「リハビリ部門」を皮切りにシリーズでお伝えしていましたが、来月の「相談員」の紹介で最終回となります。残りあと2回となりました今月は看護師の井上愛子が担当します。

介護老人保健施設は、在宅復帰を目指してリハビリを受けながら生活をする場を提供するところと考えています。このため利用者さまに直接関わるのは主にリハビリ担当者（理学療法士や作業療法士）と介護福祉士ですが、私たち看護師も関わらせていただいています。

サンスマイル三木では、隣接する三木山陽病院と異なり看護師はそれほど多く配置されていませんが、総勢10名（ユニットに8名、デイケアに2名）の看護師が多職種と協力しながら利用者さまの医療的サポートを行っています。サンスマイル三木の看護師として、他の施設よりも頑張っているかなと皆さんにアピールできるのは主に以下の3点です。

- ・病院併設型という利点を生かし、体調に変化があれば医師の指示のもと検査や処置（点滴や投薬）が速やかに行えるよう心がけています。
- ・透析科での透析、眼科、皮膚科、泌尿器科、整形外科や外科への受診が必要なときも速やかに受診できる環境が整っているため、遅滞なく医療サポートが受けいただけるよう心がけています。
- ・施設で看取りを行う際には、看護師が中心になり「その人らしさ」を大切に、より良い最期を迎えていただけるよう知恵を絞って対応してきました。

通常、介護老人保健施設では病院ほど十分な医療サポートは提供できません。しかしサンスマイル三木は三木山陽病院に併設された施設であるため、他の施設よりも少しは手厚い医療サポートが可能です。

私たち看護師は、この利点を生かし利用者さまに安心して施設をご利用いただけるよう頑張っています。



新シリーズ 知りたい！自宅で簡単！タオルで筋トレ術 ～肩こり予防編～

肩や首の付け根についている筋肉を鍛えることは肩こり予防に効果的です。是非試してみてください。



・椅子に浅めに腰かけてタオルを足で踏む。足の位置は肩幅より少し内側に置く。



・タオルの端を持ち、上に引っ張った状態で10秒間数える。

ワンポイントアドバイス！

・息を止めず、数を数えながら実施しましょう。

※10回を2セット行います。
※痛みが出現したときは、直ちに中止して下さい。

※右のQRコードをカメラで読み込んで頂くと簡単に動画が視聴できます。



食レク ～夏の風物詩 かき氷～



壁画制作 ～ひまわり～



リリース情報

サンスマイルの情報を動画にて配信しています。以下のQRコードを読み込んでみてください。

・「笑顔と感謝」に合わせたリハビリ体操 ・利用者さまのリハビリ体操のご様子 ・サンスマイルのお部屋などを紹介



編集後記

毎日うだるような暑さが続き、私は少々夏バテ気味です。

「夏の風物詩」といえば皆さま、何を思い浮かべますか。「海水浴」「盆踊り」「スイカ割り」などたくさんあると思いますが、私は「花火大会」を推したいと思います。

私の地元加東市では、毎年8月に「花火大会」が開催されています。今年は万博の影響で警備員、バスの確保が困難だったらしく、来年3月に延期になりました。毎年、会場近くの沿道から花火を鑑賞するのが長谷川家の夏の恒例行事だったので、夏に見れないのは少し残念ですが仕方ありません。ちなみに三木市は23日に「みっきい夏祭り」のなかで午後8時から花火があがるそうです。

当施設でも夏の恒例行事「サンスマイル夏祭り」を26、27日に開催します。「花火大会」に負けないような楽しいゲームや屋台など用意しています。是非、楽しみにお待ちください。

長谷川 悠吾

《ショートステイのご案内》

ご家庭での事情等でご自宅での介護が一時的に困難になった場合、ご利用いただく短期間の入所サービスです。ご利用に関してのお問い合わせ、何かお困りのことがございましたらお気軽にご相談ください。

ショートステイ担当：中張・奥本・丸山



介護老人保健施設 サンスマイル三木
(三木山陽病院隣り)

住 所：三木市志染町吉田1213-1

電 話：0794-87-8720

FAX：0794-87-8707

<http://www.hoyukai.or.jp/sunsmile/>

※右のQRコードをカメラで読み込んで頂くと
ホームページにアクセスできます。

