

# きらっとサンスマイル



第163号

発行:令和 8年 2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～  
新年度より見守り機器（eライブ）を導入することになりました

国が進めるIT導入による生産性向上、職場環境の改善を目的とする「介護テクノロジー定着支援事業」の一環として国や県からの支援を受け、当施設でも見守り機器を導入することになりました。

具体的には、職員間の情報共有システムである①インカム、利用者さまの転倒・転落事故の予防に役立つ②離床センサー、③モニタリングシステムを新たに導入します。

## ① インカム

・職員間の円滑なコミュニケーションが、居室へのより早い訪室に繋がります  
職員間の連絡が一斉に行えるようになり、スムーズに情報を共有できるようになります。利用者さまの居室へ、これまでよりも早く訪室できるようになると考えています。

## ② 離床センサー

・離床をタイムリーに検知することが転倒・転落の予防に繋がります  
ベッド上（シーツ内）に設置したセンサーは、利用者さまが起き上がると呼び出し音でそれを知らせてくれます。転倒・転落のリスクは今までより減らせると考えています。

## ③ モニタリングシステム

・巡回業務の効率向上に繋がります  
同意がいただけた利用者さまの室内の状況をカメラでモニタリングします。離床を知らせる呼び出し音を感知した際、リアルタイムで映像を確認し急いで訪室すべきかどうか判断ができるようになります。



モニタリングシステム



見守り機器導入により業務が効率化され、利用者さまの安全が確保されることが最大のメリットだと考えています。また余裕を持って日々の業務に臨めるため、今まで以上に利用者さまと関わる時間を増やせると考えています。

来月以降、利用者さまから同意をいただくため相談員が説明させていただく予定です。少々お時間をいただくこととなりますが、ご協力をお願いいたします。

## 知りたい！自宅で簡単！タオルで筋トレ術 ～肩甲骨編～

肩甲骨を動かすことで猫背の予防や姿勢の改善に繋がります。意識して動かさないと鍛えるのが難しいところなので、この機会にぜひチャレンジしてみてください。



①タオルの両端を持ち、前方に手を伸ばします。



②脇をあげながら、肩甲骨を寄せられるようにしてタオルを身体に近づけ、胸をはります。



**ワンポイントアドバイス！**  
肩甲骨の動きを意識しながら、呼吸を止めずにゆっくり動かしましょう。

※10回3セット行いましょう。



※右にある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。

## レクリエーション ～節分編～

「鬼は外～、福は内～！」見事、鬼退治に成功しましたよ。



## 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様子
- ・サンスマイルのお部屋などを紹介



## 編集後記

2月4日から「ミラノ・コルティナ冬季オリンピック」が行われています。日本代表選手の活躍に感動する日が続いています。

今までの冬季オリンピックでも沢山の感動が生まれてきました。その中でも特に印象的なのは「1998年長野オリンピック男子スキージャンプ団体、悲願の金メダル獲得」です。その前のリレハンメルオリンピックでは原田選手のまさかの失速があり、悔しい銀メダルでした。原田選手は4年前の雪辱を果たし、見事な大ジャンプで金メダルを獲得したのです。

じつはこの金メダル獲得にあるドラマが存在するのを皆さま、ご存じですか。1回目のジャンプ終了後、悪天候で競技続行が危ぶまれていました。この時点で日本は4位。ここで打ち切りなら、メダルを逃してしまいます。審判団からの続行条件は、テストジャンパー25人全員のテスト飛行成功でした。悪天候の中、25人全員が成功するのは相当なプレッシャーだったと思います。この25人の中には、けがの影響で代表を外れた西方選手も含まれていました。西方選手を中心にチームが一つになり、全員が成功。この結果、競技は続行され、金メダル獲得に繋がりました。テストジャンパーの陰の支えなくして、原田選手の名言「ふなきい～」も生まれなかったのです。

私の仕事の中には、この時のテストジャンパーのように縁の下の力持ちで職員皆が活躍できる環境を作ることも大切な役割だと考えています。そしてサンスマイル三木にとっての金メダルは「地域に開かれた施設」になることです。職員皆で金メダルを目指していこうと思います。

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。

