



ひまわり

2025.10.1 発行
編集・発行/
社会福祉法人 網走愛育会
老人保健・福祉複合施設「いせの里」

VOL 36



早いもので2025年も残り3ヶ月。

1年があっという間ですね。

老健では、10月1日から1ヶ月と短い期間ではありますが、各階での面会が再開予定です。
短時間での面会となりますが、ご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。

介護老人保健施設



いせの里の夏の恒例行事といえば「いせの里祭り」

新型コロナウイルス拡大前は、毎年盛大に行われていましたが、2023年以降は規模を縮小して開催しています。

今年も、7月16日に無事に開催することができました。

たくさんの笑顔であふれた「いせの里祭り」

一部ではありますが、写真でご紹介させていただきます。



ご飯、おいしいね。



初めて参加するよ。
ご飯・カラオケ・花火楽しみだね。



皆の前で歌うのは照れくさいけど
頑張って歌うよ♪
曲は「リンゴの唄」



ビール
最高!!!



楽しいね☆

外は気持ちがいいね！



花火師達、頑張れー！

今年もきれいに打ち上がるかな？



娘と2人仲良くにっこり笑顔 ^□^





ケアハウス ハーモニーヴィレッジ



昨年から今年にかけてまだ面会・外出禁止が続いていますが、クリスマス会や餅つき、節分行事など、ケアハウスの中は笑顔がたくさんあふれていました。



市内の桜の名所をバスで観光しました



いせの里祭りでは、皆さん外に出て、焼きそばや焼き鳥、おしるこやかき氷など笑顔で味わいました。カラオケ大会では、出場者の美声に拍手喝采、最後は打ち上げ花火やナイアガラ花火で締めくくり、拍手と歓声が響く心温まる夏のひとときとなりました。



就任挨拶



通所リハビリテーション
支援相談員

小田桐 光輝

初めまして、小田桐 光輝と申します。

3月より宮田の後任となりました。よろしくお願いいたします。

就任前は、老健いせの里で介護士として10年以上働いていました。介護現場の経験は十分にありますが、事務所の管理や相談員としての経験は全くありません。就任してからは、わからないことばかりで毎日が勉強です。法人本部を始め、他事業所からのサポートや指導のもとに日々成り立っています。

不安も多くありましたが、新しい学びや気づきも多くありました。この機会に感謝をし、サービスに繋げることができたらと思っています。

通所リハビリテーションをご利用いただいている皆さま・ご家族様に、より良いサービスをご提供できるよう全力で頑張っまいります。

今後ともより一層のご指導、ご支援をお願い申し上げ、就任の挨拶といたします。

いせの里 通所リハビリテーションでは、毎週職員が考えたレクリエーションを行っています。

個人競技やグループで行う競技もあり皆さん真剣に参加されています。応援も熱く皆さんで競技を行ってくれています。



湿布薬について

湿布薬は、患部の痛みや腫れを和らげるために使用される貼り薬です。
「湿布薬＝薬」という意識をもって、用法・用量を守りましょう。

種類

ハップ剤

- 水分が多く含まれている
- 厚みがある
- 皮膚への刺激が少ない
- はがしやすい
- 大きいサイズもある

テープ(プラスター)剤

- 水分が含んでいない
- ハップ剤より薄い
- 粘着力があり、はがれにくい
- 伸縮性がある
- 肌色のタイプもある

＝ 温湿布と冷湿布 ＝

成分・作用の違いによって **温湿布** と **冷湿布** の2種類に分けられます

- 温湿布は
- 入浴30分前にはがす
 - 入浴後はほてりがなくなってから貼る
 - 寝たきりの人には使用を控える

保存方法

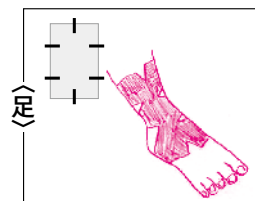
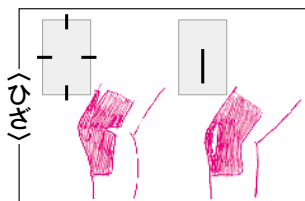
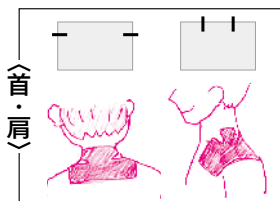
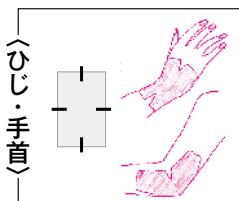
密封して冷所（1～15℃）で保管

点眼薬と一緒に保管すると湿布の揮発成分が点眼薬に吸収されてしまうことがあるので別々に保管しましょう。

湿布薬の貼り方

しっかりと密着することで湿布薬の効果が得られる。密着しはがれにくくする。

切り込みを入れて貼る方法→





いせの里指定居宅介護支援事業所



ケアマネジャーがやってはいけないことは どんなこと？

ケアマネジャーは、介護が必要な人（利用者）に介護保険サービスが受けられるようサポートする専門職です。多くの利用者や家族と関わりを持つことから関係性が深くなり、業務範囲外のことを頼まれたりすることもあるのではないのでしょうか？そこで今回はケアマネジャーの仕事内容を紹介するとともに、利用者やそのご家族から頼まれてもやってはいけないことを解説します。

こんにちは

いせの里には『在宅で生活されている要支援・要介護の方を支援する仕事』についているケアマネジャーが4人います。どうかよろしくお願いします。



① 利用者への説明や同意確認をしないで物事を進めること

ケアマネジャーが利用者やその家族に説明や同意確認が必要となる場合の多くは、ケアプランの作成時です。ケアマネジャーは利用者やその家族から介護サービスを提供するためのヒアリングを行い、それを基にケアプランを作成しますが、その案を必ず利用者やその家族に説明し、同意を得なければなりません。

② 正当な理由なくサービスの提供を拒否すること

ケアマネジャーは原則として利用者やその家族から依頼されたサービスの提供を拒否することができません。ただ、人間的な理由で利用申し込みに応じきれない場合は、利用者の居住が事業の実施地域外である場合、利用者が他のケアマネジャーにケアプランを作成してもらっていること（もしくは作成を依頼しようとしていること）が明らかな場合は、サービスの提供を拒否することができます。

③ 利用者にとって必要な手助けをしないこと

利用者にとって必要な手助けをしないのは、ケアマネジャーとしては問題外。要介護認定の申請支援や利用者の受給資格などの確認作業は、ケアマネジャーの主業務であり、絶対に行う必要があります。

④ 利用者をクルマに乗せて病院に連れていくこと

「ケアマネジャーが病院に行くのならついでに連れて行って欲しい」と依頼をされることが多々あります。しかし、通院するために介助が必要になると「通院介助」のサービス適用になり、あらかじめケアプランの中に入れておかねばなりません。

⑤ 買い物の付き添いや家の掃除をすること

買い物の付き添いや、家の掃除をすることは、ケアマネジャーの業務範囲外です。軽い仕事なら…とつい引き受けてしまうと、次から次へと業務範囲外の仕事を依頼され、ケアマネジャーの本来の業務を圧迫することになりかねません。

⑥ 介護保険に関係のない行政手続きを行うこと

ケアマネジャーは業務の特性から「住民票を取ってきてほしい」、「印鑑証明が欲しい」といった書類取得や手続き代行を頼まれるケースも多々あります。しかし、これも介護保険以外の業務であるため、行ってはいけません。



業務の種類	主な事例	対応例
ケアマネジャーの本来業務として対応している業務	● 利用者からの相談対応 ● 関係機関との連絡調整 ● ケアプラン作成	—
保険外として対応している業務等	● 郵便・宅配便等の発送、受取 ● 書類作成・発送 ● 代筆・代読 ● 救急搬送時の同乗	保険外サービスとしてケアマネジャーが対応、または他の地域資源について対応
他機関につないでいる業務	● 部屋の片付け・ゴミ出し、買い物などの家事支援	自費サービス、NPO団体、ボランティア団体等
	● 福祉サービスの利用や利用料支払いの手続き ● 預貯金の引き出しや振込 ● 財産管理	市町村、地域包括支援センター、社会福祉協議会と連携（→地域福祉権利擁護事業や成年後見制度の利用へつなぐ）等
	● 入院中・入所中の着替えや必需品の調達	● 病院や施設等と打合せ、体制を整える（社協や知人の協力を仰ぐ） ● 自費サービスやサポート事業者
	● 徘徊時の捜索	● 行政、地域包括支援センター、民生委員等と連携（→見守りネットワークを構築） ● 家族、友人・知人、近隣住民などに捜索への協力を仰ぎ、その後の対応は警察等へつなぐ ● 介護保険の徘徊感知器等や民間のGPS
対応することが難しい業務	● 死後事務 ● 医療同意	● 高齢者等終身サポート事業者等

今年も暑い日が続く、皆さん体調を崩していませんか？

さて、今回は誰もが経験している「肩こり」についてお話します。そもそも「肩こり」とは、首すじや首のつけ根から、肩又は背中にかけて、張った、こった、痛みがある等の症状の事をいいます。

これらの症状の起きる原因は、筋肉疲労と血行不良が考えられます。首のまわりの筋肉には、たくさんの血管が通っています。筋肉の伸び縮みは血液の循環を促しています。しかし、肩の筋肉に負担をかけると筋肉が硬くこわばって血管を圧迫し、血行が悪くなってしまいます。すると、疲労物質が蓄積し、これが神経を刺激して、だるさや重さ等の症状を引き起こします。

日常でできる予防法がありますので参考にしてください。

リハビリ便り

作業療法士 成澤 和彦

- ①体を動かして血行を良くする
肩甲骨や肩関節を動かす事で僧帽筋などの筋肉の血行が良くなります。
- ②首や肩を冷やさない
エアコン等による冷やしすぎは身を縮める筋肉の緊張を伴い、首こりの原因になります。
- ③同じ姿勢を続けない
同じ姿勢を続けていると、首や肩に負担が増えます。
- ④ストレスを減らす
ストレスにより自律神経が乱れて、筋肉の緊張や血行不良が生じます。

最後に簡単な体操を紹介しますので、無理の無い範囲で行ってください。

- ①首の前後屈
首を前に曲げて後頭部の筋肉を伸ばします
- ②首の側屈
首を左右へゆっくり曲げて横の筋肉を伸ばします
- ③首の回旋
首をゆっくりとまわします
- ④肩の上げ下ろし
両肩を上にあげてゆっくりおろします
- ⑤肩甲骨回し
両肩を前方から後方へ回します。次に逆に回します



(参考・引用文献)
健康サイト <https://alinamin-kenko.jp>
痛みwith
<https://www.ssp.co.jp>

編集後記

10月です。一年があっという間に感じませんか？今年の夏は例年にないとても暑い夏でした。そんな中、今年もたくさんの思い出が出来ました。ほんの一部ですが紹介します。

また、感染症対策のため面会制限等ありました。皆さんにご迷惑・ご不自由をかけたと思いますが、ご協力ありがとうございました。

老人保健・福祉複合施設『いせの里』とは



いせの里祭りにて 103歳
中川 イセ

1901(明治34)年8月26日
山形県にて誕生
2007(平成19)年105歳で
逝去されました。どこまでも
すごいばっちゃんです。

網走の母として奮闘し、親しみを込めた愛称で呼ばれた『中川のばっちゃん(中川イセさん)』が、元々は夫と死別した女性が安心して生活できるよう医療と福祉の複合施設を建てることを考え、形にしたのが『いせの里(1997年)』です。創設者のイセの名前を取って『いせの里』と命名しました。



馬とのかかわり
(令和8年は馬年です)
能取湖の灯台付近で馬300頭を預かり飼育していました。イセさん、20代の頃の写真です。大正～昭和初期の頃でしょうか。とても凛々しい雰囲気です。

各種お問い合わせ・お申込みなどは下記へ

笑顔あふれる いせの里

老人保健・福祉複合施設

社会福祉法人 網走愛育会

- 介護老人保健施設いせの里..... ☎0152-43-7100 (代表)
- 短期入所療養介護(ショートステイ)..... ☎0152-43-7100
- いせの里通所リハビリ(デイケア)..... ☎0152-43-7100
- ケアハウスハーモニーヴィレッジ..... ☎0152-45-3796
- いせの里指定居宅介護支援事業所..... ☎0152-45-4018
- いせの里指定訪問介護事業所(ホームヘルパー)..... ☎0152-45-3686
- 網走市潮見192番地(〒093-0042) ☑共通FAX番号 ☎0152-45-3791

ホームページを
ごらんください

老人保健・福祉複合施設「いせの里」のホームページでは、施設の概要、職員採用情報などを掲載しています。
ホームページアドレス <http://www.isenosato.sakura.ne.jp/>

施設見学

各事業所の見学につきましては、随時受け賜いますのでご連絡ください。