

新施設・建設始まる

老朽化した熊本光洋台病院・老健施設 光乃里を
建て替え、敷地内に病院・老健の一体型施設を建設
することになりました。

令和五年十二月竣工予定です。



- ・病院（52床）、老健（72人）の一体型施設
- ・眺望豊かな現在地に整備



完成予想図

新施設建設（令和5年12月竣工予定）

新施設概要

- ・病院（52床）老健（72床）の一体型施設
- ・眺望豊かな現在地に整備
- ・ZEBを導入した、省エネルギー施設

鉄骨構造【地下1階・地上4階】

延床面積 6769.19㎡



1F エントランス・ホール イメージ図

各階の主な用途

- ・地上1階 受付（病院・老健）病院外来・検査・調理・管理部門
- 2階 熊本光洋台病院 病棟 52床
- 3階 老健 光乃里 療養棟 36室
- 4階 老健 光乃里 療養棟 36室
- ・地下 機械室・洗濯室



病室 イメージ図

ZEB（ネット・ゼロ・エネルギー・ビル）とはZEBの定義は国内外で様々な議論や検討がされています。経済産業省資源エネルギー庁「ZEBロードマップ検討委員会とりまとめ」（平成27年12月）では、ZEBを「先進的な建築設計によるエネルギー負荷の抑制やパッシブ技術の採用による自然エネルギーの積極的な活用、高効率な設備システムの導入等により、室内環境の質を維持しつつ大幅な省エネルギー化を実現した上で、再生可能エネルギーを導入することにより、エネルギー自立度を極力高め、年間の一次エネルギー消費量の収支をゼロとすることを目指した建築物」と定義しています。現在、ZEBの実現・普及に向けて、4段階のZEBを定性的及び定量的に定義しています。



ナースステーション イメージ図

2F ナースステーション
東側病室前廊下から

光乃里だより

皆さん、こんにちは。

今年5月から介護老人保健施設光乃里に勤務している岩山由香と申します。

私は、国立療養所再春荘病院付属看護学校卒業後、済生会熊本病院に就職しその後透析病院勤務を経て光乃里に入職しました。光乃里への入職のきっかけは、前看護部長の incoming 部長との出会いがきっかけです。incoming 部長とは同じ大学の社会福祉学部で学んでいました。社会福祉士の資格を取得したあと資格を活かした仕事をやってみたいという思いがあり今回の入職を決めました。しかし、実際に勤務してみると日々の業務を終えるのが精一杯でまだまだ自分に課せられたことの半分もできていないと感じる時があります。そんな毎日でも入所者さんやご家族の笑顔を目にすると心が癒され、再び頑張ろうという気持ちになります。また、私は看護師となって約25年になりますが今まで勤務してきた病院で一貫して教えられ私自身も大切にしている言葉があります。

それは、「我々はワンチーム」チーム医療を実践し患者さんのケアにあたるという事です。これは、介護施設でも同じ事が言えると思います。医療職・介護職が一つのチームとなって利用者さんや地域の方々に介護サービスを提供していく。それはまさしく、チームプレーだと思います。井上会の理念の下、医療と介護が一つのチームとなってより良い看護・介護が提供できるように頑張ります。よろしくお祈りします。

2022.07.08 岩山由香

☆消防避難訓練

6月22日午後から南消防署の立会いの下、光乃里2階サービスステーションから出火したと想定した避難訓練を行いました。利用者の方を守る事を第一に、火災の発見、通報、避難経路、避難誘導等を確認しながら行いました。訓練後は防災設備のスタッフより消火器・消火栓の取り扱いの説明と実践があり職員も参加することにより防災設備の使い方を学びました。



☆イベント便り

現在、新型コロナウイルス禍が続きご家族との面会も制限があり入所の方々も窮屈な思いをなさっていると思います。そういった状況の中で皆様方の施設生活が少しでも楽しく安心して過ごして頂けるようにスタッフ一同で色々季節の行事を考え工夫して行っています。



☆笑顔でサクラの花見



☆七夕飾り「何てお願いしようかな」



☆「きれいね」雑祭り会で



☆映画の日です。今日は【水戸黄門】



☆職員による踊りに大笑い



☆車窓からの花園見学

【事務連絡】

先月より郵便等でもお知らせしています、介護保険負担限度額認定証（食事）の更新を7月31日までをお願い致します。

光乃里リハビリテーションより

当施設では地域貢献活動の一環として、今年度より城南老人福祉センターで健康教室を行っています。活動内容は講話、基本運動、脳トレ体操、手話歌を実施しています。

このような活動を通して、地域住民の皆様には当施設の事を知って頂く良い機会となり、リハビリ専門職としての知識を地域の皆様に還元させていただくことで、地域全体の健康維持の一助になればと願っております。

日時 第4週木曜日 10:00~11:30

場所 城南老人福祉センター



～リハビリ風景～



みんなの光だより

グループホームみんなの光は、9名のご高齢者が共同で生活されています。自宅と同じような環境で過ごして頂く事を目標にしています。「認知症」という病気を皆さん抱えられています。

「忘れ」が入居者の皆さんを不安にします。その不安が表面に出て、予測のつかない行動で、周り



を混乱させることが「問題行動」「行動障害」と以前は言われてきました。

少し前は、「なじみの環境」や「寄り添うケア」などの言葉で、認知症の人に合わせたケアのあり方が紹介されました。(BPSDは英語で認知症の行動・心理症状の頭文字を示します)

現在は、「BPSDは心のサインである」と言われるようになり、BPSDの背景を読み解く事が重要視されています。認知症の人の症状には、



行動に表われる症状があれば、介護者が特に困らなくても、心理症状として問題になる症状もあります。

今回より、認知症ケアの基本姿勢のいくつかシリーズでご紹介させていただきます。

①認知症の人の能力をとらえる。まず、その人の認知機能の程度を見極める事が大切。

その人にとってどのような行動が難しいのかを推測する助けになります。この様な知識が増えれば、



認知症の人の症状がなぜ起こったのか、原因について仮説を沢山考える事が出来ます。認知機能障害が生じるかを知っておくことで、その知識をもとにどのような行動になるかを推測する事でケアが良いものになっていきます。



お薬の豆知識 ～その5～

病院や薬局でもらうお薬は錠剤が一般的ですが、錠剤の中にもさまざまな種類があり、目的に合わせて工夫して作られています。今回は、錠剤の様々な形（剤形）についてご紹介します。

◇OD錠（口腔内崩壊錠）

口の中で速やかに水分を吸収して崩壊する薬
水なしで服用することができる



◇徐放錠

ゆっくり吸収されて、長時間作用が持続するように設計されている薬
噛んだり、砕いたりしないで服用する

◇腸溶錠

胃で溶けずに腸で溶けるように、錠剤の表面に工夫したものの
噛んだり、砕いたりしないで服用する

◇舌下錠

舌下に入れ、急速にお薬を口の粘膜から吸収させる薬
狭心症の発作時に使うニトログリセリンなど



◇チュアブル錠

かみ砕いて、だ液で溶かして飲む薬

◇バッカル錠

有効成分を口の粘膜からゆっくり吸収させる薬
薬を歯と歯ぐきの間にはさみ、飲み込んだりかみ砕いたりせず、だ液で自然に溶かす

錠剤以外にもカプセル剤、散剤、液剤、シロップ剤、ドライシロップなど様々なものがあり、形によって特徴が大きく異なります。

お薬の効果を最大限に発揮するため、医師や薬剤師の説明を聞いて、正しく服用しましょう。

夏バテ予防・解消する、疲労回復に効果的な運動！！

●夏バテとは

高温多湿の環境が原因で、体の働きが正常に機能しなくなって起こる体調不良のことです。

夏バテは交感神経が必要以上に優位になった状態なので、自律神経のバランスを整え、副交感神経の働きを助けなければなりません。そのためには、有酸素運動がおすすめです。激しい運動ではありませんので、手軽に安全に行えますが、休憩を取り入れながら無理なく続けることが大切です。

●有酸素運動とは

筋肉を収縮させる際のエネルギーに、酸素を使う運動のことをいいます。

▽効果

- ①脂肪燃焼
- ②心肺機能の向上(スタミナがつく)
- ③基礎代謝を上げる
- ④血圧安定
- ⑤認知症の予防

●運動

・立った状態での足踏み運動

1. 足を太ももが床と水平になるまで上げます
2. 腕は後ろ45度までしっかりと振ります

※体は前後左右に傾かないよう、まっすぐ姿勢を保ちます



・段差昇降

1. 背筋を伸ばして、段差の前に両足を揃え立ちます
 2. 息を吐きながら右足を1段昇ります
 3. 息を吸いながら左足を1段昇ります
 4. 息を吐きながら右足を1段降ります
 5. 息を吸いながら左足を1段降ります
- ※腕を振りながら行っていきます



・ハーフスクワット

1. 肩幅程度に両足を開いて立ちます
 2. つま先と膝は約30° 外側を向いているようにします
 3. 椅子に座るような感覚で、膝が60~90° になるところまで上半身を下ろします
- ※体の中心を意識して、かかととは浮かないようにします
4. 膝が60~90° になるところまで上半身下ろしましたら、3秒間ストップします
 5. 元の姿勢に戻します



●有酸素運動を行う時の注意点

有酸素運動で効果を得るためには、1回で長い時間運動するよりも、長期間続けられるメニューに取り組むことが大切です。初めに無理をして高い強度や長時間の運動を行うと、精神的につらくなり挫折してしまう恐れがあります。そのため、有酸素運動が習慣化されるまでは、低い強度や短時間の運動を行うようにして下さい。

地域連携室・相談の流れ

医療法人社団 井上会 熊本光洋台病院・老健施設 光乃里・グループホーム「みんなの光」では、地域の医療機関・福祉施設と相互に連携し、入院・入所・入居の受け入れを行っています。お気軽にご相談下さい。

地域医療連携室へ TEL0964-28-6000 (代)

相談員による聞き取りを行います

※情報提供書・看護サマリー等をご一緒をお願いいたします。

医師・看護師等による話し合い

※施設内にて、受け入れ可能かの話し合いを行います。

当法人にて対応が可能な場合には、入院日等の相談

入院・入所・入居になります



訪問診療・往診なども
お気軽に、ご相談下さい



医療法人社団 井上会

〒861-4211

熊本市南区城南町今吉野 1020

熊本光洋台病院 ☎：0964-28-6000

介護老人保健施設「光乃里」☎：0964-28-8000

グループホーム「みんなの光」☎：0964-28-7800

URL：http://inouekai.com/

