

きょうどうだより

医療生協さいたま ケアセンターきょうどう
川口市木曾呂 1347番地
TEL 048-296-4973

2022年7月号



10 ケアの取り組み

10 ケアの各項目のカードを作成しました。
ケアプランの目標に記載した内容のカードをご自宅に
掲示させていただき、利用者様・ご家族様と共有でき
るようお声掛けいたします。
目標達成のために、看護師やヘルパーがどのようなお
手伝いができるかを相談しながら、カードに書き込ん
でいきます。
自立支援や在宅生活の維持のため、多職種で関わり合
いながら、一緒に取り組んでいきたいと思っています。

ケアセンターきょうどう 副主任
矢崎江美（居宅介護支援専門員）



虹のコーナー



6月より『リハビリスタッフ業務交流』が訪問看護ステーション虹と老人保健施設みぬまで
スタートしました！！

各事業所の1～2名が、毎週金曜日にお互いの働く場を入れ替えて半年間業務を行います。業
務交流を通して、業務内容や利用者様との関わり方など、事業所ごとの違いや共通点を理解し、
今まで以上に利用者様の生活に寄り添ったサービスの提案や提供を行えればと考えています。
業務交流は、みぬまから虹へは小林（作業療法士）、虹からみぬまへは静岡（理学療法士）と
菊池（作業療法士）が参加します。

実際の現場に立って業務を行うため、経験したことのない事や、不慣れな点もあると思いますが、
リハビリスタッフだけでなく、その他スタッフの方々や利用者様にもご理解とご協力をいただ
ければと思います。

虹主任 静岡大輔（理学療法士）

老人保健施設みぬま

通所、ショートステイ、入所での
リハビリを行い、在宅での生活の
維持向上を図っている。



訪問看護ステーション虹

リハビリが必要な方は看護師の代わりにリハビリスタッフが自宅へ
訪問し、リハビリを行います。個々の生活環境にあわせてリハビリ
を行い、生活の維持向上を図っています。



高齢者の皮膚注意報

高齢者の皮膚の特徴・・・かゆみ

★こんな症状はありませんか!!

皮膚が乾燥してかゆい、衣服が触れてかゆい、皮膚がかさかさ、白い粉がふく、ひび割れ、痛い、皮膚のシワが目立つ、表面がツルツル、傷ができやすく治りにくい・・・

★主な要因

- ・加齢とともに新陳代謝（皮膚の生れ変わり）が低下し、乾燥してかゆみが生じます。
- ・汗や皮脂分泌、体内の水分や栄養分が減少し、皮膚を保護する力が弱まり乾燥して外からの刺激も受けやすくかゆみを助長させます。

★皮膚の乾燥を予防するお手入れや栄養

- ・熱い風呂やシャワー、長湯は避けて皮膚表面を保護しましょう。
- ・ゴシゴシ洗いは止めて、低刺激の石鹸類を泡立てた泡で優しく洗いましょう。
- ・保湿クリームなどを塗りましょう。入浴後は30分以内に塗ることが保湿効果良好。
- ・おむつの場合は、蒸れや汚れの刺激から皮膚を保護する撥水クリームを塗りましょう。
- ・冬場は部屋の乾燥に気をつけて、加湿器などを上手に使いましょう。
- ・皮膚の乾燥を防ぐバランスのよい食事を心がけましょう。
- ・ビタミン類やたんぱく質、必須アミノ酸（特に亜鉛）を摂りましょう。



ケアセンターきょうどう

柳沼宏子（居宅介護支援専門員）

ちょこっとレシピ

柔らか鶏むね肉& 出汁スープ



【材料】

- ・鶏むね肉（1枚）・水（700cc）・酒（大さじ1）
- ・塩（小さじ1/2）・青ネギ（お好みの量）

【作り方】

- ①鶏むね肉を観音開きにし、酒と塩を揉みこむ
- ②鍋に水と青ネギを入れ沸騰させる
- ③沸騰したら、鶏むね肉を入れ1分茹でる
- ④1分経ったら火を止め蓋をして30分放置
- ⑤鶏むね肉を取り出し、お好みのサイズに切り、お好きなタレを付けて召し上がれ♡

【ワンポイント アドバイス】

鶏肉を取り出した出し汁に、野菜やコンソメ、鶏がらスープの素を入れると野菜スープになります。

一度に2品作れて、時短！鶏むね肉も柔らかくて食べやすい！タンパク質も野菜も両方摂れる！いい事づくし！お試し下さい♡



いぶき 樋口正子（介護福祉士）

編集後記

5月某日にヘルパーステーションいぶきでは、看護師指導によるPPEの着脱を実習しました。PPEとは個人用防護具の略で、医療や介護の現場において、コロナ等の重大な疾患から従事者を守る鎧のようなものです。手袋やマスク、ヘアキャップ、フェイスシールド等があります。付け方はもちろん特に脱ぎ方は、汚染された確率が高い箇所に触れずに脱ぐのになかなか注意が必要でした。また、



使用済みの物を入れるビニール袋の事前準備等、たった一点の不注意で感染、他者にも感染させてしまう。改めて予防に対して身の引き締まる思いでした。改めてコロナに立ち向かっている医療従事者の大変さを痛感しました。丁寧に指導してくれた看護師さんありがとうございました。

いぶき サービス提供責任者 望月佳奈恵（介護福祉士）

