

# 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

川口市木曽呂 1347 番地  
TEL 048-296-4973



2023年 6月号



## 生協10の基本ケア

皆さんがご自宅で安全に楽しく生活するために、医療生協では「生協10の基本ケア」という目標を掲げて皆様の所に訪問しています。皆様には基本ケアの目標をよりわかりやすいように、♪自分らしく、そのままに♪と謳ったパンフレットをお配りしています。

例えば、基本ケア①では「換気」を掲げました。かの有名なナイチンゲールは換気に強くこだわり、「新鮮な空気を吸う事が感染から身を守る事ができる」と言っています。

コロナ禍で私たちは換気の大切さを学びました。10の基本ケアはこんなことから始めていきます。できる事を少しずつ増やして自分らしい在宅生活を維持していきましょう。



訪問看護ステーション虹 城後奈都子 (看護師)

## 4/18 事例検討会を開催して

居宅介護支援事業所では、年3回事例検討会を開催しています。所内の職員、みぬまの職員、埼玉協同病院の職員、他法人の方などが参加し、1つの事例について多職種で意見を交換し、「ご本人の望む暮らしを実現するにはどのように支援したら良いのか？」を考えています。今回は、ご自宅とみぬま入所を定期的に繰り返し、在宅生活を継続されている方について、多職種の視点で話し合いました。自宅に戻ったら「ヘルパーと一緒に歩行器で買物に行きたい」という本人の希望に対し、屋外の歩行能力を維持するにはどうしたらいいのか？という課題を、多職種で活発に意見交換しました。その結果いくつかの解決策が見つかり、事例提供者だけでなく参加者全員が新たな気づきを得る事ができました。福祉用具の方からは、「意見交換で色々な考え方を知った。新しい発見もあり事例検討会の方法が参考になった。自分の事業所でも取り入れたい。」という感想を頂いています。これからも定期的に多職種が参加する事例検討会を開催し、「ご本人の望む暮らしを実現する」ために専門職としてどのように関わることかを考え、ケアの質の向上に努めていきたいと思っております。



ケアセンターきょうどう 渡辺真弓 (居宅介護支援専門員)

## 事務からのお知らせです

- ・国民健康保険証
- ・後期高齢者医療保険証
- ・介護保険負担割合証

をお持ちの方、有効期限が **7月31日** までとなっています。例年7月中旬頃より順次ご自宅に発送されているようです。訪問の際に確認させていただきますので、お手元に届きましたらお早めに中身をご確認下さい。また限度額適用・標準負担額減額認定証をお持ちの方・新しく取得されたい方はお手続きが必要になりますので市役所までお問合せください。

訪問看護ステーション虹 新藤美幸 (事務)

## 新職員紹介

4月よりケアセンターきょうどうに入職しました「畠山由紀子 (はたけやまゆきこ)」と申します。介護歴はまあまあ長いのですが一か所所で16年働いていたので外の世界を知らず全てが目から鱗です。自分の仕事としてはまだまだですが働く環境がとても素晴らしくここで働けることを幸せに思っています。とても良い出会いでした。これから関わる全ての人に「いい出会い」を提供できればと思います。よろしくお願ひいたします。



居宅介護支援事業所  
畠山由紀子 (居宅介護支援専門員)

## ちょこっとレシピ

**サバと香味野菜の梅和え**

**さっぱり風味で梅雨を乗り切ろう!!**

【材料】(2人分) ・サバ水煮缶 1缶 ・みょうが 1個 ・しそ 2~3枚 ・梅干し 1個

- 【作り方】① サバ缶の汁気をきる  
② みょうが、しそを小口切り、梅干しは細かくたたく  
③ ①、②をさっくり混ぜ合わせると出来上がり 簡単♥



(参考資料：へるぼる) ヘルパーステーションいぶき 樋口正子 (介護福祉士)

## 編集後記

6月に入りこれから気温が高くなりますね。気になるのは熱中症。私は暑さを感じたらペットボトルを握り、熱中症の「予防」をしています。適温(15℃位)のペットボトルを握るだけですが、手の平には体温低下機能があるそうで、暑さがスーッと引いていきます。熱中症の症状が出る前の「予防」に続けていきたいと思っております。今年度も隔月で「きょうどうだより」をお届けします。皆様のお役に立てれば嬉しいです。

ヘルパーステーションいぶき 樋口正子 (介護福祉士)