

みなみちゃんの健康ニュース



南高井病院

元気が高井!



March

3

2018
月号

通巻143号



医療法人 天真会

ISO9001:2015 認証取得

診療情報

生活習慣病と夜間頻尿

今

年の冬は特に寒い日が続き、予防接種したにもかかわらずインフルエンザに罹った人も多いと思います。寒くなると困るのが夜間頻尿です。夜間頻尿とは夜寝てから朝起きるまでに1回以上トイレに行くことを意味します。男女とも夜1回トイレに行く割合は50歳代で60%、60歳代で70%、70歳代で90%です。夜2回以上は50歳代で15%、60歳代で30%、70歳代で50%です。中には夜5回以上の方もおられます。高齢になると膀胱が小さくなり、尿を我慢するための神経物質が減少します。また、昼間の食事や飲み物の水分が体に蓄積し、夜寝てから尿

として水分が排出されるためです。

以前、「黄金の水」と称して、寝る前に水分を取って脳梗塞の予防をしましょうという話がありました。まったく効果がないことが10年前に判明しました。のどが渇いていたら水分を取る程度で良いのです。

さて、生活習慣病（メタボリック症候群）（糖尿病、高血圧、肥満、脂質異常症）が頻尿、排尿障害を悪化させることがわかってきました。男性では肥満の方に前立腺肥大症が多く見られます。肥満女性では運動療法、食事療法にて減量することにより腹圧性尿失禁（重たいものを持ちたり、笑ったりしておなかに力が入ると尿が漏れる状態）が改善することとも判明してきました。糖尿病、高血圧による動脈硬化症があると排尿障害の程度が悪化します。高齢者の病気は突然発症するのではなく、若いときからの生活習慣病に老化が合わさって発症することが多いとされます。生活習慣病に気を付けると70歳になっても排尿障害、夜間頻尿で苦しむことはないかもしれません。

そのほか、夜間頻尿をきたす疾患として睡眠時無呼吸症候群（寝ている時に長い時間呼吸が止まっている）、心不全、睡眠障害、腎不全、認知症があります。すでにこれらの病気で治療している方は主治医と相談して

みてください。

女性の下部尿路症状（頻尿、尿失禁などの症状）診療ガイドラインでは、

- ① 重度の便秘を改善させる
- ② 長時間の座位・下半身の冷えを避け適度な運動をする
- ③ リハビリの先生の下で骨盤体操をする
- ④ 喫煙を控える

ことなどが排尿状態を改善するとされています。

男女とも夕方（可能なら夜）に30分以上の散歩が夜間頻尿を改善させます。安全に歩ける道を探してから楽しく運動しましょう。



南高井病院
院長 西尾 俊治

医療介護情報

このコーナーでは南高井病院が届出している施設基準についてご紹介していきます。
今回は医療病棟におけるリハビリに関してご紹介していきます。

脳血管疾患等リハビリテーション料(I) 245点～133点

医療保険でのリハビリは「疾患別リハビリテーション」という考えの中で脳血管疾患、運動器疾患、呼吸器疾患、心大血管疾患の4種疾患に分けられており、リハビリが必要となった原因疾患によって、上記のうち受けることができるリハビリが決まります。それぞれ点数や要件が異なり、病院によって受けることが可能なリハビリは違います。南高井病院では「脳血管疾患等リハビリテーション料(I)と運動器疾患リハビリテーション料(I)」を届出しています。

脳血管疾患等リハビリテーション料の対象患者

- ① 脳梗塞・脳出血等の急性発症した脳血管疾患の患者
- ② 脳腫瘍・脊髄損傷等の急性発症した中枢神経疾患の患者
- ③ 多発性神経炎・多発性硬化症等の神経疾患の患者
- ④ パーキンソン病・脊髄小脳変性症等の慢性神経筋疾患の患者
- ⑤ 失語症、高次脳機能障害の患者
- ⑥ 聴覚・言語機能の障害を有する患者
- ⑦ 顎、口腔の先天異常に伴う構音障害を有する患者
- ⑧ 舌悪性腫瘍等の手術に伴う構音障害を有する患者※

※はH30.4.1以降追加



180日が訓練期間

原則的に対象の疾患が発症又は急性増悪してから180日が訓練の対象期間です。一部の例外を除き、期間を過ぎた場合は1単位20分として月あたり13単位に回数が制限されます。

ご注意

施設基準には非常に細かい告示や通知が存在し、
ここで説明した以外のルールがあります。
お気づきの点やご不明な部分があれば、
平日の8:30～17:30で医事課へお問い合わせください。

母の介護がきっかけで、自宅から近い所に就職を考

え、ご縁があり南高井訪問看護ステーションで働かせていただくことになり、6年目に突入しました。

利用者様のお宅に伺い、必要な支援を行ったり、コミュニケーションをとったり：仕事としてのお宅訪問は、それまで働いていた保育所での家庭訪問以来（笑）。最初は道を覚えるのも大変で不安でしたが、慣れていくと本当に仕事が楽しくなっていました。病院では、ナースコール等で話が途切れることもありますが、在宅ではそれが無く、一人一人と向き合える時間が持てます。以前働いていた病院で患者様が亡くなった時、一緒に泣いていると「プロなんだから」と注意されたことがあります。でも今は、いろいろな思いを利用者様・家族様と共有することが出来ます。

私は昨年4月に母親を亡くしました。在宅で介護して約10年。その間、何度も入退院を繰り返し、最期は自宅で迎えることができました。余命1年程と言われてから5年以上生き延びてくれました。後悔をしていないわけではありません。本当に

キラッと光る

日々、南高井病院で頑張っているスタッフをご紹介します。

看護師

ふじむさ ゆうこ
藤久 裕子

5月22日生まれ（双子座）
松山市出身 入職6年目

休日は甥っ子や姪っ子と遊んでいることが多いです。かわいい笑顔にいつも癒されています。



「家にいたい」「住み慣れた自宅で過ごしたい」という希望がある方々の願いを叶えられるよう、利用者様・家族様に寄り添っていききたい



これで良かったのかと思うこともたくさんあります。母のことになると、自分は看護師ではなく、判断ができなくなりました。

介護は大変だと口で言うのは簡単ですが、自分の体力・精神力・家族間のすれ違い、様々な問題が起これば、何度も修羅場を迎えました。病気になるにたてなつたわけじゃないのに、母に八つ当たりをしたこともあります。その都度乗り越えてこられたのは、在宅医の先生・看護師さん・ケアマネジャーさん・訪問看護のスタッフ等、私たち家族に関わってくれた方々のおかげです。最期の時、一緒に泣いて「頑張ったね」とずっと背中をさすってくれた看護師さんの温もりを今でも覚えています。私たち家族を支えてくれた全ての方々に感謝しています。ありがとうございました。

次は私の番です。今関わっている方々、そしてこれから出会う「家にいたい」「住み慣れた自宅で過ごしたい」という希望がある方々の願いを叶えられるよう、そして利用者様・家族様に寄り添い支えられるように、これまで以上に頑張っていきたいと思っています。



身 体拘束とは、安全を確保するためにミトンを使用したり、転落しないようにベッドを柵で囲んだりと身体の動きを制限することをいいます。身体拘束による事故防止の効果は必ずしも明らかではなく、逆に無理に柵を乗り越えようとしてベッドから転落したり、ミトンを噛み切ろうとしたり、といった行動もみられます。何より問題なのが、身体拘束を行うことにより、人としての尊厳を侵し、筋力の低下、関節の拘縮などをきたすことです。

私たち身体拘束廃止小委員会では、患者様の安全を一番に考え、人としての尊厳を大切に、その人ら

しい入院生活を送っていただけるような取り組みを行っています。また研修では、実際に身体拘束をしてみて、身体拘束を受ける側の気持ちを体験してもらっています。

南高井病院では、2015年度より、年2回「身体拘束ゼロの日」を設定し取り組みを行っています。地道な取り組みによって少しずつ、身体拘束のない看護・介護を行っていただけるように考えています。



身体拘束をしての研修の様子

今回も嚥下障害についてのお話の2回目です。

食事の時などに正しい姿勢を意識したり、

食べる時のルールを設けることで回避することもできます。

摂食・嚥下障害（中編）

顎が上がらない姿勢を保とう

- ☐ 前屈する姿勢により誤嚥のリスクを減らします。
- ☐ 椅子などに座って食べる時は、顎を引き気味にします。
- ☐ 座る姿勢がとれない時は、タオルなどを挟み、首を少しだけ前へ曲げて背部と後頭部が直線にならないようにします。
- ☐ 股関節・膝関節を曲げ、足の底がついて安定するようにします。

飲食物は重力によってのどの奥の壁をつたい、食道から胃へと送り込まれます



テーブルは高すぎないものを



椅子はかかとが床につく高さのものを

椅子には深く腰掛ける。前屈みになれるよう、クッションなどを間に置いてもいい

食事の時に心掛けること

- ☐ 盛りつけを工夫し、食欲を引き出します。
- ☐ 食器の滑り止めシートや、握りの太さや角度が工夫されたスプーン、ふちが斜めにカットされたコップ等を利用し、できるだけ自分で食べられるよう援助します。
- ☐ テレビを消す等して食事に集中させ、しっかりと飲み込んでから声かけをするようにします。
- ☐ 介助する際は、声をかけて食べる意識を引き出してから口に入れます。
- ☐ 片麻痺がある人は、麻痺のない健康な側から口に入れて介助し、食べ物が健康な咽頭を通過するようにします。
- ☐ 一口量はティースプーン一杯程度にし、「一口、一嚥下」のペースを守りましょう。

多目的ホールには常時掲示していますので、ぜひご覧ください！

おひとつ
ください♪



ソースは
お好みで
かけてね



焼きたて
あっつあっ



第17回
たこ焼き・アン
～みなみちゃん市～

リトルみなみちゃんの ウキウキ ウオツチング!



まさか院内で焼き立ての美味い takoyaki が食べられるなんて! ぜひ一度ご賞味ください!

みなみちゃん市の方から何やら美味しそうな匂いがします♪ 実は2月から毎月、第一月曜日の11時に「たこ焼き・アン」さんに来て頂き、たこ焼きの実演販売を行っているんですね! 美味しそうな匂いにつられて次々とお客さんがやってきます。8個入りでなんと300円なのでとてもリーズナブルです。しかもびっくり! メインのたこも大き目です。肝心の味付けは出汁が効いているのでソースなしでも美味しいです! これぞなにわの家庭の味! ぜひ一度みなみちゃん市まで足を運んで頂いて、ご賞味くださいませ。早速私も買ってみようっと!! う～ん! アツアツで美味しい♪



材料(5ヶ分)

ホットケーキミックス	 200g
☆ 水	 65cc
マヨネーズ	 大1
塩	 小1/2
残りのカレー	 大6程度
パン粉	 適量

レトルトカレーでもあんこでも美味しくできます。パン粉がつきづらい時は溶き卵にくぐらせてからまぶしてください。

作り方

- ① ビニール袋の中に☆を全部入れて混ぜて、少しこねる。
- ② ①を5つに分けて丸めてラップの上に置き、上からラップをかけて丸くのばす。(2～3mm程度の厚みに)
- ③ ②の半分にカレー(大1)をのせて、ラップごと半分に折る。
- ④ 端をフォークで押さえる。
- ⑤ ビニールにパン粉を入れて、④を入れ、そっとパン粉をつける。5個全部同じ要領で作る。
- ⑥ 油を160℃にして1分半、返して1分半。180℃に上げてきつね色に色よく揚げて出来上がり。



四季折々、季節の野菜や魚など、旬の素材を使った簡単レシピをご紹介します。

HMで簡単カレーパン



熱量
195kcal(1ヶ)



調理時間
15分

私の問診票

南高井で働くスタッフの皆さんのプライベートを、編集部員がズバリ聞き出します！ 意外な一面が見られるかも！

カルテ No.11

リハビリテーション科
田之内 沙織さん

聞き手: 自称編集長



スキューバダイビングは泳げなくてもできるスポーツです！

編集部 (以下、編) スキューバダイビングをされていると聞きました。

田之内 (以下、田) はい。趣味で7年ほど前からしています。

編 きっかけは何ですか？

田 友達から突然電話があって、「空飛ぶのと海潜るのと、どっちが好き？」と聞かれました。空は怖いから潜る方かな、と答えたのがきっかけです。その頃買っていた雑誌にちょうどスキューバのライセンスのことが書いてあって、タイミングばっちりでしたね。結局誘ってきた友達は新婚旅行で取るから1人で取っというと言われ、1人で取りましたが(笑)。

編 スキューバライセンスを持っているんですね。

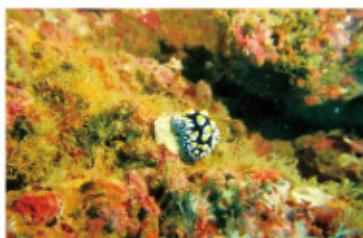
田 私が持っているのはアドバンスド・オープンウォーターダイバーというランクです。初心者ライセンスであるオープンウォーターダイバーのランクでもダイビングを楽しむことができますが、かなり制限されます。潜れる水深も違いますし、船からのダイビングも楽しめるのでいろいろな所へ行けますよ。



愛用のスーツ

編 スキューバの魅力は何ですか？

田 最初はわからないことが多くて怖さもありましたが、それ以上に魅力的な世界です。地上とは世界が全く違います。ほぼ



無音の世界です。何とも言えない不思議な感覚です。水の透明度や景色も素敵です。個人的にはウミウシが大好きで良く写真を撮っています。すごくカラフルで綺麗ですよ！

編 今まで訪れた場所で、一番良かった所はどこですか？

田 高知県の竜串や柏島の海が素敵でした！

編 注意すべきことは？

田 基本2人1組で潜ります。相手のことをバディといいます。バディとお互いに問題が無いかなを注意しながら楽しむようにしています。後は、口

からしか息が吸えないのでパニックにならないようにすることです。私も最初なりかけました。

編 今後の目標はありますか？

田 ダイビングは良い位置で止まることがとても難しいです。中性浮力といいます。中性浮力が上手くコントロールできるようになりたいです。

編 最後に読者の皆さんに一言ありますか？

田 スキューバダイビングは泳げないからどうしようと困っている人でも全然大丈夫なスポーツです！ なぜならカナヅチの私でもできますから(笑)。

編 今日は楽しいお話ありがとうございました！



図書だより

このコーナーで紹介している本は、図書室に置いてあります。ぜひご利用ください！

（ 敏感すぎて生きづらい人の明日からラクになれる本 長沼 睦雄 著 ）

HSPという気質をご存知ですか？ 小さなことが気になってしまう・悩みがあると堂々巡りの思考になる・自分を責めがち・大人数の集まりや飲み会が苦手・頑張りすぎてしまう…等、敏感で疲れやすい方に知ってほしい本です。辛い時に本を読むなんて無理…でもこの本は一例毎にたった2ページにイラスト入りで助言が書かれているので、とても見やすくお勧めです。

(教育委員会)





- 南高井居宅介護支援事業所
- 南高井訪問看護ステーション
- 南高井デイサービスセンター
- 南高井ホームヘルプステーション
- ショートステイみなみ
- 小規模多機能ホームつよし
- サービス付き高齢者向け住宅みなみの杜
- みなみの杜デイサービスセンター

通巻204号

Hidamari

お知らせブログ【みなみちゃんだより】見てね!

みなみちゃんだより ブログ

検索

随時見学受付中!!

南高井

デイサービスセンターの

あれこそ見せます!

聞かせます!ココが魅力だよ!全員集合!!

春来い♪福来い♪椿祭りが過ぎて、ようやく花のつぼみもほころび始めました。
節分では童心にかえって豆を投げたり、春を感じるひな飾りを作ったりと、
寒かった日も元気一杯デイで活動されたご利用者様の様子をご覧ください!

節分メニュー



黙々と食べます
恵方巻き

恵方巻き、
じゃこカツ、
節分そば汁、
果物、五目大豆煮



鬼さんとも仲良く

それ! 当たれ!



やった〜! 鬼は外〜!



みんな頑張つて〜

豆まき



どれも
美味しいよ♥

美女にタジタジ



笑顔で福を
呼び込みます!

好き♥

そんなに
近づくなよ〜

福

きれいに
丸くなりました



おだいり様と
おひな様

真剣なまなこで



うまいこと
いった!

どちらも紙粘土に
和紙を貼ってから
おめかししています



おもちゃを
感じる

よく見て



力仕事は
任せよう!

ひな
な
工
作



つよしびより

【小規模多機能ホームつよし】

つよしの庭から見える木々や花の景色も少しずつ変わり、春の訪れを感じる頃となりました。お散歩中につくしを探してみたり、地域の方に頂いた梅の花を眺めたりと季節を感じています。さて、今回はそんな「小規模多機能ホームつよし」のサービスについてご紹介したいと思います。

訪問 家のお困り事引き受けま〜す!



スワンダツツが勢ぞろい!!

宿泊 いつも顔なじみのスタッフだから夜も安心!

おやすみなさい♡



くーちゃん♡

「小規模多機能ホームつよし」ってどんなところ??



「通い」「宿泊」「訪問」のサービスを柔軟に組み合わせることにより、利用者様やご家族の状況に合わせたサービスを24時間年中無休でご提供します。

施設見学随時受け付け中☆
今回は一日の流れをご紹介します♪



通い 自然に囲まれた環境の中で
のびのびで自分のペースで
過ごしていただきます。



地域交流スペース 「純喫茶 津吉」では地域の方が気軽に立ち寄ってくださり、カラオケやイベントが行われます♪



おじゃましますヘルパーステーション

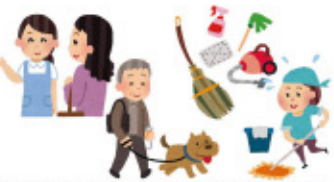
訪問介護（ホームヘルプサービス）は、ホームヘルパーが自宅を訪問し、食事・排泄・入浴などの介護や、家事などの援助をおこない、在宅支援を支えていくサービスです。支援する中で「できること」「できないこと」があります。

介護保険でヘルパーができること	
健康・生活管理	顔色や様子を見て健康チェック・体温測定・電子血圧計測定 軽い切り傷・切り腫れ・やけどの簡単な処置・ガーゼ交換 自宅から病院までタクシーや公共交通機関で付き添う 軟膏を塗る・湿布を貼る・日傘をさす・薬を渡し服薬を見守る 受診の手続きの代行・病院での支払い代行・薬の受け取り 車いす・リフトへの乗降
掃除・洗濯	本人が通う場所の整理整頓 日常着の洗濯・お風呂・トイレの掃除・洗濯機の手入れ 洗濯物を干す・たたむ・しまう 洗濯機・乾燥機の手入れ・乾燥機の手入れ・洗濯機の手入れ
調理・食事	日常の調理・配膳・後片付け 買い物など日常的な外出への付き添い 本人分の日常的な買物の代行 車への乗降・移動 郵便物や宅配の受け取り（訪問時間内） 移動や食事・家事の間の見守り・声かけ
入浴・排泄	お風呂の手洗い・体位変換・移動・お風呂の手洗い・体位変換 お風呂の手洗い・体位変換・移動・お風呂の手洗い・体位変換 お風呂の手洗い・体位変換・移動・お風呂の手洗い・体位変換
その他	介護技術・介護用品・施設などに関する質問や相談に情報提供する わからないことは、ケアマネがサービス提供責任者に聞いてください

ヘルパーができないこと	
健康・生活管理	病気の診断 たんの吸引 自宅から病院まで利用者やヘルパーの自家用車を運転 車に装着したパウチの取り換え カテーテルの洗浄 T字カテーテル及びカテーテルによる処置 お風呂の手洗い・体位変換・移動・お風呂の手洗い・体位変換 お風呂の手洗い・体位変換・移動・お風呂の手洗い・体位変換
掃除・洗濯	お風呂の手洗い・体位変換・移動・お風呂の手洗い・体位変換 お風呂の手洗い・体位変換・移動・お風呂の手洗い・体位変換 お風呂の手洗い・体位変換・移動・お風呂の手洗い・体位変換
調理・食事	お風呂の手洗い・体位変換・移動・お風呂の手洗い・体位変換 お風呂の手洗い・体位変換・移動・お風呂の手洗い・体位変換 お風呂の手洗い・体位変換・移動・お風呂の手洗い・体位変換
入浴・排泄	お風呂の手洗い・体位変換・移動・お風呂の手洗い・体位変換 お風呂の手洗い・体位変換・移動・お風呂の手洗い・体位変換 お風呂の手洗い・体位変換・移動・お風呂の手洗い・体位変換
その他	お風呂の手洗い・体位変換・移動・お風呂の手洗い・体位変換 お風呂の手洗い・体位変換・移動・お風呂の手洗い・体位変換 お風呂の手洗い・体位変換・移動・お風呂の手洗い・体位変換

「できないこと」大きく3点

- ① 直接本人の援助に
該当しない行為
例：家族の調理・来客の接待
- ② 日常生活の援助に
該当しない行為
例：庭掃除・ペットの世話
- ③ 日常的に行われる家事の
範囲を超える行為
例：大掃除



同居家族がいる場合や、何か気になっていることなどあれば、
ケアマネがサービス提供責任者に聞いてみてください。

お問い合わせ 089-976-7791 南高井ホームヘルパーステーション



- 南高井居宅介護支援事業所
- 南高井訪問看護ステーション
- 南高井デイサービスセンター
- 南高井ホームヘルプステーション
- ショートステイみなみ
- 小規模多機能ホームつよし
- サービス付き高齢者向け住宅みなみの杜
- みなみの杜デイサービスセンター

南高井

ティサービスセンターの

あれこそ見せます!

聞かせます!ココが魅力だよ! 全員集合!!

春来い♪福来い♪椿祭りが過ぎて、ようやく花のつぼみもほころび始めました。
節分では童心にかえって豆を投げたり、春を感じるひな飾りを作ったりと、
寒かった日も元気一杯デイで活動されたご利用者様の様子をご覧ください！

節分メニュー



黙々と食べます
恵方巻き

悪方巻き、
じゃこカツ、
果物、五目大豆煮
節分そば汁



鬼さんとも仲良く

それ! 当たれ!



17-2-21

みんな頑張つて

やった～♪ 鬼は外～♪

どれも
美味しいよ♡

美女にタジタジ

好き♡

そんなに
よくだよ~

笑顔で福を
呼び込みます！

福

きれいに
丸くなりました

真剣なまなざしで

おだいら様と♪
おひな様♪

おもちゃを丸める
感じね♪

よくくねね

うまいこと
いった!

どちらも紙粘土に
和紙を貼ってから
おめかししています

任力仕事は
せてよ！

つよしびより

【小規模多機能ホームつよし】

つよしの庭から見える木々や花の景色も少しずつ変わり、春の訪れを感じる頃となりました。お散歩中につくしを探ってみたり、地域の方に頂いた梅の花を眺めたりと季節を感じています。さて、今回はそんな「小規模多機能ホームつよし」のサービスについてご紹介したいと思います。

訪問 家のお困り事引き受けま〜す!



今晚のおかずは何にしようかな?

「小規模多機能ホーム つよし」
ってどんなところ??



通い 自然に囲まれた環境の中で
のびのびご自分のペースで
過ごしていただきます。



宿泊 いつも顔なじみのスタッフ
だから夜も安心!

おやすみなさい♡



「通い」「宿泊」「訪問」のサービスを
柔軟に組み合わせることにより、利用
者様やご家族の状況に合わせたサービ
スを 24 時間年中無休でご提供します。



施設見学随時
受け付け☆
次回は一日の流れを
ご紹介します♪

**地域交流
スペース** 「純喫茶 津吉」では地域の方
が気軽に立ち寄ってくだ
さり、カラオケやイベントが
行われます♪



おじゃまします ヘルパーステーション

訪問介護（ホームヘルプサービス）は、ホームヘルパーが自宅を訪問し、食事・排泄・入浴などの介護や、家事などの援助をおこない、在宅支援を支えていくサービスです。支援する中で「できること」「できないこと」があります。

介護保険でヘルパーができること	
健康 管理	顔色や様子を見て健康チェック・体温測定・電子血圧計測定 軽い切り傷・切り傷・やけどの簡単な処置・ガーゼ交換 自宅から病院までタクシーや公共機関交通機関で付き添う 飲食を準備・保存を助ける・日課をさす・着せ替え・履き替え 受診の手続きの代行・病院での支払い代行・薬の受け取り 薬カレンダーへの書き込み
掃除 洗濯	本人が通う場所の整理整頓 定期的な家庭ごみを集積所に持っていく 日常着を洗う・干す・たたむ・しまう 洗濯によりお部屋の掃除・布団干し 押入れから布団出し入れ・押し入れにしまう・シーツ交換
調理 買い物	日常的な調理・配膳・後片付け 買い物など日常的な外出への付き添い 本人分の日常的な買物の代行 車への乗降補助 郵便物や宅配の受け取り（訪問時間内） 移動や食事・家事の補助・見守り・声かけ
身体 ケア	起き上がり補助・体位変換・移動補助 食事前の手洗い・エプロンの着用・食事介助・水分補給 トイレ指導・排泄介助・おむつ交換 更衣介助・洗面・入浴介助・手や足の部分浴・全身又は部分清拭 歯磨き・着脱などによる口腔ケア 電動カミシリによる髪切り・爪切り（爪や周りの皮膚に異常がない場合）
その他	介護技術・介護用品・施設などに関する質問や相談に情報提供する わからないことは、ケアマネがサービス提供責任者に聞いてください

ヘルパーができないこと	
健康 管理	病棟の緊急 たんの吸引 自宅から病院まで利用者やヘルパーの自家用車を運転 車に装着したバウチの取り換え カテーテルの洗浄 T字カミシリ及びカミシリによる髪切り 香水などの香料した爪の爪切り 花火への水やり・苗木の植え替え・家庭用電器の移動や修理 本人が使わない・修理の依頼・お部屋の掃除・家具家電の移動や修理 自家用車の洗車・道路以外の屋外の掃除（雪など） 床のワックス掛け・換気扇の掃除・ベランダの掃除・大掃除にあたるもの 大まかなの掃除 家族の分の洗濯・手の込んだ調理 行事食（行事弁当・おせちなど）をつくる
掃除 洗濯	車庫・車庫・敷地目的の通行・地域の行事や冠婚葬祭への同行 非日常的な買物（デパートや遠方の店など）への同行・代行 車庫の分の買物・雑貨品（タバコ・酒）の買物代行 車の運転を代行・給油・高価な買物の代行 金庫開錠や取付に付き添う（金庫の引き出し・開錠） ペットの世話や散歩 生活費などの金銭管理・財産管理 英会話などが目的の通訳手・ヘルパーとの使用電話 会話や他の通訳・利用者の入退失への見舞い おしゃべりの手洗い お風呂の代筆 商品の販売・製作などの手伝い 公共料金の支払い代行・乗客や乗組員の対応・郵便物の投函・宅配便を出す 安拭き・サン拭き・屋内排水溝の掃除・本人が使わない日の浴槽掃除 クリーニング出しの代行・洗濯機・ボタ掛けや破れの補修 お仏壇の掃除 灯油の購入・配達を頼める 通帳・銀行印の預かり

「できないこと」 大きく3点

- ① 直接本人の援助に
該当しない行為
例：家族の調理・来客の接待
- ② 日常生活の援助に
該当しない行為
例：庭掃除・ペットの世話
- ③ 日常的に行われる家事の
範囲を超える行為
例：大掃除



同居家族がいる場合や、何か気になっていることなどあれば、
ケアマネがサービス提供責任者に聞いてみてください。

お問い合わせ 089-976-7791 南高井ホームヘルパーステーション

売店

インフォメーション

3月イベント

ひなまつりだよ!

和菓子祭
イベント開催!

開催日

3月15日(木)

- ぼたもち(こしあん)
- ぼたもち(つぶあん)
- ぼたもち(きなこ)
- 道明寺



※写真はイメージです。実際の商品とは異なります。

販売価格

全商品

100円(税込)

予約バチ 3月2日(金)

第3回 坊っちゃん劇場

南高井病院特別公演

土鍋売りからお侍



あらすじ

昔、むかしあるところに土鍋売りの八郎がありました。
八郎には夢がありました。それはお侍になること…。
次々に起こるハプニング! さて八郎の行く末は?
個性豊かな登場人物も必見!
みんなで楽しく笑っちゃおう!
さあ「土鍋売りからお侍」のはじまりだよ~!

2018年3月14日(水) 14:00~

南高井劇場(多目的ホール)



医療法人 天真会 南高井病院

愛媛県松山市南高井町333 〒791-1112

TEL(089)976-7777 FAX(089)976-6622

<http://www.tensinkai.or.jp/>

- 南高井居宅介護支援事業所
TEL(089)976-7791 FAX(089)976-7833
- 南高井訪問看護ステーション
TEL(089)976-7778 FAX(089)976-5505
- 南高井デイサービスセンター
TEL(089)976-7793 FAX(089)976-7740
- 南高井ホームヘルパーステーション
TEL(089)970-6160 FAX(089)960-1362
- ショートステイみなみ
TEL(089)955-7131 FAX(089)955-7132
- 小規模多機能ホームつよし
TEL(089)960-8353 FAX(089)960-8363
- サービス付き高齢者向け住宅 みなみの杜
TEL(089)976-7881 FAX(089)976-7882
- みなみの杜デイサービスセンター
TEL(089)970-7370 FAX(089)970-7372

心機一転!
新しい環境へ
ジャンプ!



看護師募集!

南高井病院 TEL:976-7777