

私たちは 地域のみなさまの 良質で安心・安全な 医療・介護への求めに「技」と「心」で応え  
 全ての人々が満足し納得できる 医療・介護を提供いたします。

# あおきだより

Vol. 29

2021年9月 発行



青木会

## 入所施設紹介特別号！

### 各施設の特徴を紹介します！

**リハビリの家 西浦和**  
 (サービス付き高齢者向け住宅)  
 施設長 大岩 良



さいたま市南区松本2-18-14  
 TEL:048-711-6691

**リハビリの家 北浦和**  
 (特定施設)  
 施設長 長野 広樹



さいたま市浦和区木崎2-25-20  
 TEL:048-711-6812

**リハビリの家 川口柳崎**  
 (サービス付き高齢者向け住宅)  
 施設長 仙道 清二



川口市柳崎3-6-3  
 TEL:048-423-3967

**リハビリの家 川口元郷**  
 (サービス付き高齢者向け住宅)  
 施設長 近藤 秀行



川口市元郷5-24-7  
 TEL:048-229-7641

**あおきさん家 浦和南**  
 (グループホーム)  
 施設長 蓮實 昭尚



さいたま市南区大字円正寺519-6  
 TEL:048-762-8835



サービス付き  
 高齢者向け住宅

### リハビリの家 西浦和

定員40名(うち二人部屋 6室)  
 介護職員 19名(常勤 13名 非常勤 6名)

リハビリの家西浦和では、ゆったりと家庭に近い生活が送れるよう、その人にあった日常支援と生活リハビリの提供に努めております。介護保険とは別に、本人の意向や状態を確認しながら、自主リハビリの支援も強化しています。認知症状や介護度合に応じた必要な介護を提供し、安心な生活が送れるよう努めております。



サービス付き  
 高齢者向け住宅

### リハビリの家 川口柳崎

定員50名 介護職員 26名(常勤 15名 非常勤 11名)

川口柳崎は青木中央クリニックに近い立地と、24時間看護師常駐により、中重度の要介護の方、医療依存度の高い方にご入居いただいております。終の棲家としてご利用いただくことも可能である一方、リハビリや日常生活動作を通して自立度が向上し、自宅へ帰られる方もいらっしゃいます。医療・介護の連携が取れているため、安心・安全に過ごすことができます。



サービス付き  
 高齢者向け住宅

### リハビリの家 川口元郷

定員39名 介護職員 16名(常勤 9名 非常勤 7名)

リハビリの家川口元郷では、終の棲家として入居している入居者様の生き生きはつらつとした生活が送られるように支援しております。また、リハビリ特化型のサービス付き高齢者住宅として病院から退院後、自宅復帰が困難な方に対してリハビリを行い、ご本人、ご家族が安心して自宅復帰ができるよう支援いたします。



特定施設

### リハビリの家 北浦和

定員29名 介護職員 15名(常勤 10名 非常勤 5名)

リハビリの家北浦和ではケアマネジャー、相談員、看護師、介護職、機能訓練指導員と各専門職を配置しており、施設にお住まいになりながら各種サービスをお受けになる事ができます。満床29床の小規模な施設であり、入居者様同士の団らんや職員との関わりも多い施設です。



グループホーム

### あおきさん家 浦和南

定員18名(うちショートステイ部屋2室)  
 介護職員 17名(常勤 11名 非常勤 6名)

あおきさん家浦和南では薬にできる限り頼らない認知症ケアとして、「認知症情動療法」を取り入れています。また、ショートステイ専用の部屋があり、2日~10日程度のお泊まりサービスとしてのご利用もできます。



**サービス付き高齢者向け住宅、特定施設、グループホーム は、どう違うの？**

『サービス付き高齢者向け住宅』(通称:サ高住)は外部サービスが受けられる住居型の介護施設です。サ高住で受けられる主なサービスは、安否確認と生活相談などの生活支援サービスです。お部屋を賃貸物件として契約していただき、その他の必要なサービス(介護、看護、リハビリなど)は外部と別途契約していただきます。入居者様の生活スタイルに合わせて、選択性の自由度が高いことが特徴です。

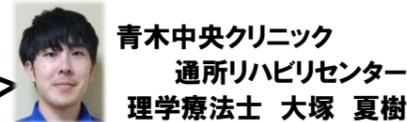
『特定施設』はサ高住でありながら24時間体制の介護サービスが受けられる介護付き有料老人ホームと同じ扱いとなり、介護、看護、リハビリ等のサービスを一括して受ける事ができる施設です。青木会内ではリハビリの家北浦和が該当し、他のリハビリの家と比べて小規模であり、より手厚いサービスを必要とされる方にも適した施設です。

『グループホーム』では、認知症の高齢者が介護ケアを受けながら共同生活を送ります。1ユニット最大9人と小規模な設定であり、おひとりおひとりに職員が寄り添える環境を提供いたします。認知症の方は新しく出会った人や、新しいものを覚えたり認識することが難しいと言われていました。小規模のグループホームであれば、長く生活するうちに職員やほかの入居者を認識し、お互いに理解しあえる関係を築きやすくなります。

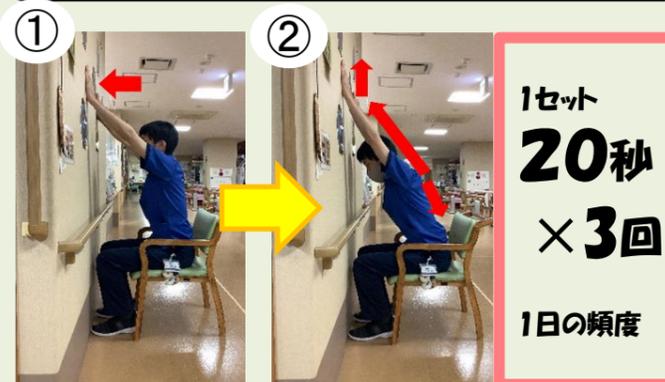
# 健康教室 壁を使って運動してみましよう!

※ いずれの体操も、無理をせずにおこなってください。痛みが生じる場合は医師にご相談ください。

立っても座ってもおこなえる、体を遠くに伸ばす肩周りの運動です。  
おこないにくい方は、手の位置を変えてみましょう。



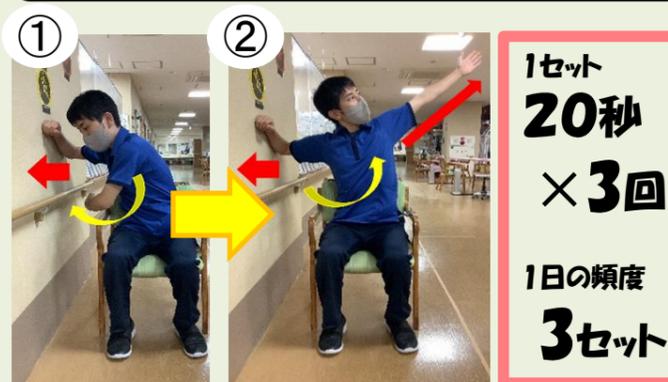
## 肩周りのストレッチ



1セット  
**20秒**  
× **3回**  
1日の頻度

- ①壁に両手を当て立ち(座り)ます。
- ②両腕の間に頭を入れるように、軽く体を前に倒します。  
(4秒吸って、4秒吐き、2秒止める深呼吸を3回)  
※肩が痛い方はテーブルに少し離れて座り、身体を前に倒し両手を伸ばしておこないます。

## 肩と体幹の回旋運動



1セット  
**20秒**  
× **3回**  
1日の頻度  
**3セット**

- ①壁の横に立ち(座り)肘から先の腕を壁につけ、もう一方の手を壁と身体の間に差し込みます。
- ②息を吐きながら身体を開き、腕を斜め上へ伸び上がるように動かします。  
(4秒吸って、4秒吐き、2秒止める深呼吸を3回)  
※肩が痛い方は手すりに手を置き、おこないます。

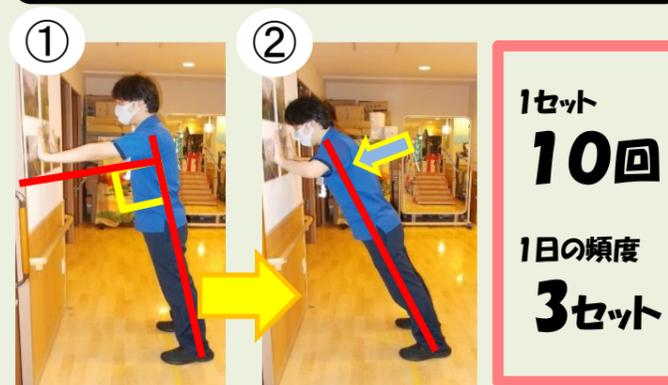
## 腰椎と骨盤のストレッチ(横)



1セット  
**5秒**  
× **3回**  
1日の頻度

- ①壁の横に立ち(座り)肘から先の腕を壁につけ、もう片方の手を腰に当てます。
- ②息を吐きながら腰を壁に近づけます。座っておこなう方は、壁と反対側のお尻を持ち上げます。左右ともにおこない、違和感がある側を伸ばしましょう。  
※左右できつい側をおこない、左右差を減らしましょう。

## 壁立て伏せ



1セット  
**10回**  
1日の頻度  
**3セット**

- ①壁の前に伸ばした腕よりも、少し離れた位置に立ち(座り)ます。両手両足を肩幅程度に開き、両手を壁の肩の位置に付きます。
- ②息を吐きながら肘を曲げて壁に身体を近づけ、吸いながら肘を伸ばし元の位置に戻ります。  
※お腹が真っ直ぐになるようにしておこなしましょう。

# お知らせ

■発行:医療法人青木会 ■発行人:青木悟  
■編集者:中原 大輔 ■編集:広報委員会  
■内容に関するお問い合わせは地域連携室まで  
TEL:048-423-0293

## 氷あおき夏祭り祭

感染防止に十分に取り組む中、通所系事業所・入居施設にて  
屋内外で季節を感じるプログラムを実施しております。  
※ 撮影用に一部マスクを外しております。

## 施設入居者様の新型コロナワクチン接種をおこないました。

新型コロナウイルス感染症対策として、7月から8月にかけてワクチン接種(ファイザー製)を各施設にて実施しました。青木中央クリニック在宅支援室・訪問看護リハビリステーションあおぞらの職員が訪問し、入居者様のご協力のもと、円滑におこなうことができました。

引き続き、入居者様・職員の日々の体調管理、感染対策に努め、安全安心な環境でお過ごしいただけるよう取り組んでまいります。ご理解ご協力のほど、よろしくお願いいたします。



## 新入職員(常勤)のご紹介

### 介護事業部

仙道 清二 (次長兼施設長)

### 青木医院

松本 咲子 (介護福祉士)

### 青木中央クリニック

根岸 真梨奈 (歯科衛生士)

### さいたま青木

合使 周一 (介護支援専門員)

