

はるかぜ 11月号

ネットワーク

Vol.356

2025年10月28日発行



更衣動作のポイント／秋を彩る紅葉作品	4
脳トレで老化予防／勤労感謝の日	5
健康サポート隊 137／お薬の話	6, 7
第 311 回 春風狂句	8
寒い冬に負けない体を作りましょう	9
看多機活動日記／サ高住だより	10
第 109 回 おりひめの会報告	11
管理栄養士からレシピが届きました	11
心を磨く 美化委員	12



◆ お知らせ・ニュース ◆

※ 受診の際は、マスクを着用・手指消毒を励行し、検温と問診に引き続きご協力をお願いします。

- ・11月 1日(土) 清田院長が日本女性医学学会(東京)にてシンポジストを務めます。(院長不在)
- ・11月15日(土) 14:00～はるかぜホールにて第110回おりひめの会が開催されます。
- ・11月29～30日(土日) 清田院長が更年期と加齢のヘルスケア学会で発表を行います。

(写真掲載につきましては、ご本人・ご家族のご了承を得ています)



清心会 未来設計2025 これから3年間に進む道

2025年9月24日（水）午後、毎年恒例となっている「未来設計2025」がはるかぜホールにて開催されました。期の締めくくりと、来期以降に向けた法人全体の在り方を職員全員と共有する大切な場。今年もはるかぜホールには、当日業務で参加できないスタッフを除いた約70名のスタッフが集いました。理事長・院長・各事業所リーダーの話を聞き、熱気に包まれた当日の様子をお伝えします。

これから3年後 2028年を見据えて

今回の未来設計2025は、清田理事長・院長の講演と、各事業所リーダーの討論会、という二本立てで行われました。

まず初めに「2028年を見据えて これから3年間に進む道」というテーマで清田理事長から講演がありました。2028年、この年は春日クリニックグループにとって1つの節目ともいえる年になります。1つ目は春日クリニックが今の場所に移転してきて丸20年を迎えるということ、そしてもう一つが杏心の丘が開設15年目を迎える年、ということです。また、清田理事長も75歳という後期高齢者を迎える年でもあります。あらためて、法人としてどのような取り組みをしていくのか、また職員一人ひとりがどのような取り組みをしていきたいのか、どのように生きていきたいのか、問いかけられた講演となりました。

今年2025年は国の制度改革の中でもターゲットイヤーであったことは、はるかぜネットワークでもお伝えしました。国が目指す次のターゲットイヤーは2040年、団塊ジュニア世代が後期高齢者となり、高齢者人口がピークを迎える年です。労働力不足や社会保障制度の持続可能性についての課題がより深刻となる年とされ、すでに次の段階への準備が進められています。「今までの延長に未来はない、新しい視野・目線の先にこそ未来が拓ける」という理事長のあついメッセージに、職員一同背筋が伸びる思いでした。

こつこつと積み上げてきたもの

理事長につづき、清田院長の講演も行われました。タイトルは「こつこつと積み上げてきたもの 今それがまさに先進医療」。今までの医療は、さまざまな研究に基づき、病気の解明や新薬の開発などが進んできました。現場よりも研究機関や専門機関の方が医療として先端を行っている、ということが多かったのです。しかし、近頃問題になっているのは、「机上で学ぶ医療・介護と、現実には大きなずれが出ている」ということです。臨床現場での発見が、研究論文として取り上げられることもあります。臨床現場こそが医療・介護の最先端、とも言えるのです。



清田院長は、長年取り組んできた「性差医療」を例に挙げ、私たちが日々コツコツ取り組み、気付き、行うことがいかに大切なことなのか、職員に熱いメッセージを送りました。年を重ねてもいまだパワフルで勢いのある清田院長。「2025 年、燃やせ、使命感！」という言葉に、スタッフ一人ひとりが鼓舞されました。

理事長・院長の講演の後は、理事長を座長として、リーダー討論会も行われました。各部署のリーダーが、講演内容を聞き、自分の事業所の動きとも照らし合わせ、思いを言葉にしていく時間となりました。

私たちは「こう動く！」

未来設計 2025 が終了した後は、会場を移して、ワンステーションホテルで第 2 部の懇親会も行われました。事業所単位のテーブルを基本として、美味しい食事を楽しみながら、「これからの新しい期に向け、実際自分たちがどう動いていきたいのか」について語り合う場となりました。懇親会の合間には、各テーブルにマイクを回し、テーブルを取りまとめるリーダーから一言ずつコメントも発表。第 1 部に負けない熱のこもった話に、会場から大きな拍手が送られていました。

昨年のテーマは「安心ネットワーク」でした。各事業所が網目のように繋がって、患者さん・利用者さんを支えていくというイメージを今年の未来設計 2025 では更に深め、ネットワーク（網目）の担い手となる職員がそれぞれどのように網目を繋ぎ、補強し、強化するのか、より具体的な話ができたように感じます。1 事業所でできることは限られますが、多くの事業所が集まり、力を結集すれば、できることは無限に広がっていく。いろいろな展望を胸に、新しい 34 期に向けてのスタートを切ることができました。

各事業所による「未来設計」

10 月 1 日、春日クリニックグループは新しい期、34 期を迎えました。未来設計 2025 の熱気そのままに、今度は火曜日と金曜日の朝の時間を使って、事業所ごとの「未来設計」の発表を行っています。リアルタイムで参加できない職員も多いため、ライブ配信と、事後視聴もできるようになっています。

第 34 期、自分たちが具体的に何を目指して動いていくのか、部署としての目標だけでなく、今回は職員一人ひとりの個別目標や実施スケジュールを具体的に発表する部署も多く、思いの込められた発表に、他事業所からも力強いエールが送られています。

各事業所の発表は、10 月 31 日まで続きます。未来設計 2025 の思いを胸に、これから 1 年間、また各事業所がしっかり取り組みを続けていきます。



④ 更衣動作のポイント

はるかぜ通所リハビリテーション

「片手が使えないだけで、服を着るのってこんなに大変なんだ」そんな声を、ケガや麻痺のある方からよく耳にします。たしかに、普段何気なくやっている“着替え”も、体が思うように動かないと一気にハードルが上がります。でも大丈夫。ちょっとしたコツや順番、服の選び方を工夫するだけで、ぐっとラクに、安全にできるようになります。

今回は、服選びと更衣動作のポイントについてご紹介します。

《 服選びのポイント 》

- ① 伸縮性のある衣類を選ぶ
- ② 被り物ではなく、前開きの物を選ぶ



《 更衣動作のポイント 》

「着る時は動かしにくい側から、脱ぐ時は良い側から」

- ① 動かしにくい方の腕から袖を通す。



- ② 肩まで上げる。



- ③ 首の後ろから良い側の手をまわす。



- ④ 良い側の腕を通す。



- ⑤ ジッパーを上げる。



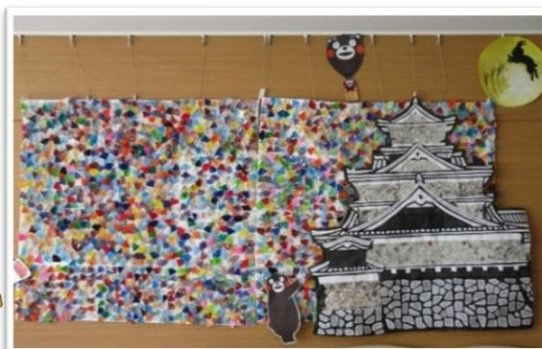
秋を彩る紅葉作品

デイサービスセンターはるかぜ

デイサービスセンターはるかぜでは、利用者の皆さんで秋の紅葉壁画を作成しました。今回の作品の題材は「熊本城」です。熊本城は新聞紙を切り貼りし、背景には銀杏や紅葉をイメージして、色彩り豊かな折り紙を扇形に折り、貼り付け、中秋の満月とくまモンをコラボした作品に仕上げました。

折り紙を“折る人”と“貼り付ける人”のグループに分け、皆さんそれぞれ細かい手作業に集中して取り組まれていました。皆さんの協力で、秋を感じられる素晴らしい作品が完成しました。

出来上がった作品を見て、皆さん『綺麗ね〜』と笑顔で喜ばれています。今後もたくさんの方が楽しく喜んでくださるような作品を考え、利用者の皆さんと一緒に作品作りに取り組んでいきたいと思ひます。





脳トレで老化予防！

脳トレで、脳を元気にしましょう！



問題) 左のリストの中の漢字を組み合わせて、①～④の口にあてはめ、4つの熟語を作りましょう。一つの空欄に漢字1文字が入ります。一度使用した漢字は使えません。

疑 遊 品 半
子 明 地 園
半 犬 発 信

①				
②				
③				
④				



脳トレのこたえはページの下に

新企画★

はるかぜコール相談室



一人暮らしで足が弱く、ゴミ置き場まで遠いので、ゴミ出しが難しくなりました。介護度は“要介護1”ですが、支援してもらえるところはありますか？



熊本市では、ゴミ出しが困難な方に対する支援として「ふれあい収集」というものを実施しています。自宅の玄関前などの事前に取り決めた場所に出されたごみを収集します。



《 対象となる方 》

要介護1～5の方をはじめ、加齢や傷病等によりごみを収集場所まで出すことが困難と認められる方
☆詳しくは市役所ホームページをご確認ください

申請受付後、訪問調査にて申請者の身体状況調査とゴミ出し場所の確認などを行います。申請書類と訪問調査の結果により、開始の決定をします。詳細は、区役所、またはケアマネジャーにお尋ねください。



※ 介護保険サービスの利用や申請などもお気軽にご相談下さい。(はるかぜ居宅 山田)

勤労感謝の日インタビュー

はるかぜ介護福祉ステーション

11月23日は勤労感謝の日。互いの勤労に敬意を払い、感謝をしようこの日にちなんで、ご利用者の合志正子さんにお仕事をされていた頃のお話を伺いました。



⇒ 大好きなご主人とのツーショット



合志さんは専門学校卒業まで佐賀県にお住まいでした。卒業後、家族で熊本県へ引越してこれ 20 歳で鶴屋へ入社されました。初めは事務職に配属されていましたが、その後総合受付へと異動。デパートの顔としてお客様の案内をされていたそうです。「綺麗に化粧して制服を着て、いらっしゃいませとお辞儀してたよ」とその時の様子を再現してくださいました。それから花形のエレベーターガールを務められ、お仕事に励まれました。5、6年働かれた後、結婚のため退職されたそうです。



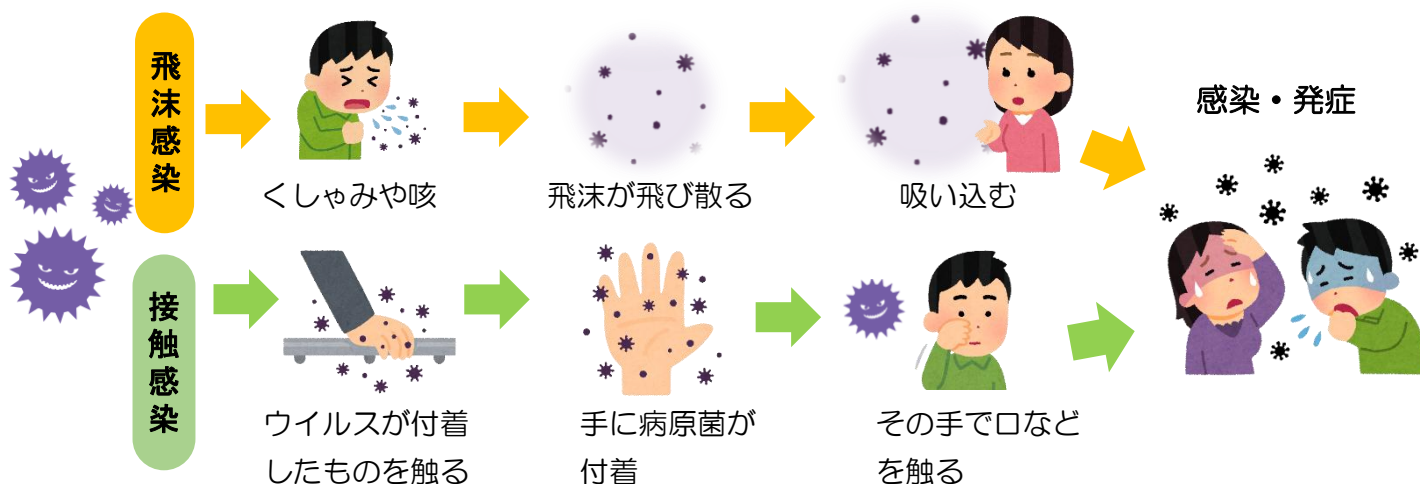
いつも笑顔で迎えて下さる合志さん、鶴屋でのご経験が原点であると感じました。大変努力家で脳トレ、運動に頑張っておられます。美意識も高く、お肌のお手入れの仕方も教えてください。これからも元気で過ごせるよう、近くでしっかりサポートしていきます。



今年もインフルエンザのワクチン接種が始まりました。近年は、冬だけではなく、1年を通して発症しています。特に今年は猛暑が続き、連続したエアコンの使用による換気不足などにより、早い時期からインフルエンザの発症や学級閉鎖というニュースが伝えられています。

2020年以降、新型コロナウイルスの影響で、インフルエンザの流行は一時的に抑えられていましたが、ここ数年で急速に増加しています。近年は「インフルエンザ+新型コロナ」「インフルエンザ+RSウイルス」などといった複合感染の報告も増えており、症状が重くなるケースもありますので、これからの季節を乗り切るための生活ポイントについてお伝えします。

インフルエンザの感染経路・症状は？



* インフルエンザの主な症状

通常 1～3 日の潜伏期間を経て症状が出現し、急速に進行していく。

- ・ 38℃以上の高熱
- ・ 激しい倦怠感や疲労感
- ・ 強い頭痛や全身の筋肉痛・関節痛
- ・ 喉の痛み、鼻水・鼻づまり
- ・ 寒気、場合によっては吐き気や下痢など

* もしかして、インフルエンザかも？ と思ったら・・・

自己判断で市販薬に頼らず、医療機関で迅速検査を受ける事が推奨されています。ただし、症状の発症から時間の経過が短い場合は、検査キットでも陰性となる事もあります。受診の際は、まずお電話でお問い合わせ下さい。



感染予防を徹底する生活習慣

① 手洗い・うがい

「石けんを使って流水で
15秒以上洗いましょう」

これにより、手指に残るウイルス数は100分の1以下に減少するとされている。



② マスクの正しい着用

自分を守り他者にうつさない為のマナー。正しく着ける事で、飛沫の飛散は7割以上減少するとされる。顎にずらして使ったり、鼻を出したりする「不完全着用」は効果が激減する。



③ 無理をしない

インフルエンザは発症初期が最も感染力が強く、体調が優れない時は無理をして出勤・登校することは避ける。



正しい知識と生活習慣を身につけましょう

正しい知識と生活習慣を身につければ、感染リスクを大幅に下げることができます。

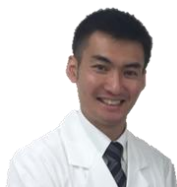
- 感染経路（飛沫・接触）を理解し、対策を徹底しましょう。
- 手洗い・マスク・湿度管理の日常化
（湿度 40%以下になると、空気中の飛沫が乾燥して長時間漂いやすくなります。
加湿器などを使い、湿度 50~60%に保つのが理想です。）
- 家庭内では除菌習慣を徹底し、タオルなどの共有を避けましょう。
- 食事・睡眠・運動で免疫力を高めましょう。
（免疫力は「腸内環境」と「栄養状態」に大きく左右されます。）



当院でもインフルエンザのワクチン接種を行っています。ワクチンは、完全に感染を防ぐものではありませんが、重症化や合併症を防ぐ効果があります。ウィルスの型は毎年変化するため、毎年の接種が推奨されています。特に妊婦・高齢者・基礎疾患のある方は早めに接種しましょう。



看護師 山下



甲斐先生のおくすりのはなし。

もしインフルエンザにかかってしまったら・・・



上の記事ではインフルエンザの特徴と予防について触れられていたので、ここでは万が一かかってしまった場合について、あらためて原則を確認しておきましょう。

1 移さないように注意する

インフルエンザは主に飛沫感染で広がります。特に、「5歳未満の乳児・幼児」「65歳以上の高齢者」「妊婦」「慢性的な疾患がある人」などは肺炎など重症化のリスクが高いため、このような方が周りにいてワクチン接種をしていない場合はいっそう注意するようにしてください。マスクは不織布のものを使用しましょう。

症状が出る 1 日前から発病後 5~7 日間は他の方に感染する可能性があり、とくに発病後 3~4 日間は最も感染力が高いといわれています。保育園や学校に通園・通学している場合は、法律で出席停止の期間が明確に提示されていますが、大人の場合、このような明確な規定はありません。

しかし、このようなインフルエンザの特性を踏まえたうえで責任のある行動をとるようにしましょう。



2 安静にして、休養をとる

インフルエンザであれコロナであれ、比較的症状が軽症な感染症であれば、水分をしっかりとって、体を温めて静養することが最も大切です。症状止めの薬はもちろん服用して構いませんが、熱を下げすぎないように注意しましょう。かえって治りが悪くなるおそれもあります。

3 必要に応じて医療機関を受診

病状や症状について不安なことがあれば、専門家（かかりつけ医）に頼りましょう。ご存じの方も多いと思いますが、検査キットでインフルエンザを診断する際、発症直後では偽陰性（本当は陽性なのに検査では陰性と判定されてしまう）のおそれがあります。原則、「発症後 12 時間から 48 時間以内」の検査が望ましいことを抑えておきましょう。48 時間以内としているのは、抗インフルエンザウイルス薬が発症後 48 時間以内に服用することが目安だからです。抗インフルエンザ薬は、もらったらすぐに服用を開始してください。そして最後まで飲み切りましょう。

※お薬について分からないことは、気軽にお尋ねください。

第311回 春風狂句

12月号の望は

「応援しとる」「ときめいた」です。

お一人三句以内で11月15日(土)までに
受付にお出ください。お待ちしております。

選者 国府 良貝



ふざけんで あまりに多い コマアシル

森 益代

(評釈) ほんなこつ 丁度よかところで 切れて 次から次に
コマアシル。いよいよかと思たら また コマアシル。
前よつか 確かに 長過ぎ。せつかくの 盛り上がり
興ざめよ。

ふざけんで 高か吊り橋 ゆするのほ

島 藤子

(評釈) おるおる こがんやつが。おそろおそろ こわがつて
渡つとるとば見て わざとゆすつて おもしろがつて
自分な 笑いよる。必死の思いで 渡りよつとに あとで
見ときなつせよ。

ふざけんで さつきおやつ 食べたでしよ

富田 敬子

(評釈) 認知症だけん 仕方なかと わかつとるばつてん
やつぱ 腹の立つ。あがしこ タごはんまで おやつは
これだけよと言つたでしよ。あるなら あるしこ
食べてしまわす。心配して 言いよるのに あゝあため息。

ふざけんで 足ふみはずし けがするばい

杉野 裕志

(評釈) 今でん 所々 側溝に ふたの してなかつところのある。
小学生が ようと 足許ば 見らんで ふざけながら
帰りよつたけん つい 注意した。
昔 おれが つこけたつたい。

一番乗り 優勝決めた タイガース

矢邊 義興

(評釈) 今年のタイガースは 確かに 強かつた。強すぎた。
長年の 巨人ファンながら 試合の中味も ワクワク
ドキドキで 盛り上がった。ちゃんとせんと タイガースに
乗りかゆつぞ。

一番乗り 正月初売りで デパートへ

田中 美智子

(評釈) なつかしか 昔 家族そろつて 鶴屋の 初売りば
買いに行きよつた。みんなで 買うた分ば 一人 見張つて
置いとつたら そつば 買いに 来た人のおつた。
恥ずかしかつた 思い出のある。

一番乗り しまった時間 間違えた

吉岡 広子

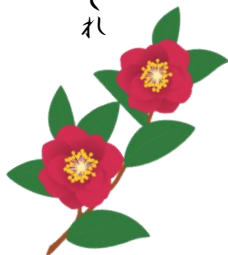
(評釈) まーだ 誰も 来とらつさん。いつも 一番乗りの
あん人が 来とらつさんということは……。
やつぱ 時間ば 間違うつた。遅るつとより よかばつてん
今から どがんで 時間ば つぶそつか。

たくさんの方の投稿をありがとうございます。

評釈は、勝手にイメージで書かせていただいて
おりますので、お気に召さない場合があるかもしれ
ません。お許しください。

来月は今年最後の春風狂句です。

初めての狂句参加もお待ちしております。



寒い冬に負けない体を作りましょう！

はるかぜ訪問看護ステーション



秋も深まり徐々に寒くなってきます。冬に負けない体を作るため、循環を良くしておきましょう。血行が促進されると酸素や栄養素が細胞に行きわたりやすくなり、体の代謝が向上します。疲労物質が効率よく除去され、新鮮な酸素や栄養素が供給されるため、疲労回復が早まります。

血液は酸素だけでなく、免疫細胞を全身に運ぶ働きを担っています。血行がスムーズになる事で免疫細胞の巡回が効率化され、ウイルスや細菌に対する防御機能が高まります。冷えやむくみが改善されると、免疫力がさらに向上する傾向があるとも言われています。

◆体の循環を良くするために簡単にできること ◆

【手指・足趾の運動】

手指や足趾をグーパーに動かし運動しましょう。

グーの時にしっかりと指先を曲げ、パーの時にしっかりと指を反らし広げます。

ゆっくりと10回、1日に2～3回実施してみましょう。

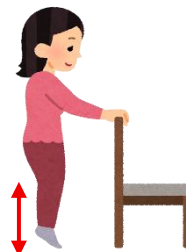


【踵上げ】

立っているのが不安定な方は座った状態で、立って出来る方は何かに掴まった状態で実施しましょう。親指を中心に指で床を掴むようにして踵をあげます。

10回を2セット（計20回）、1日2回実施しましょう。

☆ 浮腫み防止にも効果的です



【ウォーキング・椅子に座っての腕振り】

ウォーキングは全身運動です。循環も良くなり寒い日でもポカポカと体が温まってきます。無理なく、安全に10分間程度実施してみましょう。

歩くのに自信が無い時は座って、足踏み・腕振りをしましょう。テレビを見ているCMの間などでの短時間や3分間程度でも良いです。無理なく実施しましょう。

☆ 高血圧の方、心臓疾患のある方、歩くのが不安な方はスタッフにご相談ください。



【交代浴】

暖かいお湯と冷たい水に交互に手、足をつける事で末梢血管の収縮と拡張を交互に促し血流を促進します。冷え改善の効果が期待できます。

- ① バケツまたは洗面器などを用意し、片方には38～40℃の温水を入れ、もう片方に極端に冷たくない程度（10～15℃前後）の冷水を入れます。
- ② まずは温水に2～3分ほど浸けます。
- ③ 次に冷水に30秒～1分ほど浸けます。
- ④ これを4～5セット繰り返し、温水で終わらせます。

☆ 温水に浸けている間に手指、足趾を動かすと効果的です。

浴室で実施すると準備も楽に出来ます。



寒い時期はついつい水分摂取を忘れてしまいがちですが、こまめに水分を摂りながら体を動かし、体の循環を良くしましょう。感染症に負けない体をつくっておきたいですね。

毎日笑顔で、いきいきと



看護小規模多機能型居宅介護では、「毎日を笑顔で、いきいきと！」をテーマに 10 月も活動に取り組みました。

レクリエーションでは、小さなボールを使ったゲームや、体を動かす活動に皆さん積極的に参加してくださいました。真剣な表情で目標を定める方、大きな青いボールを力いっぱい投げ返して笑う方など、皆さん楽しみ方はいろいろ。また、体を動かす活動以外にも、スタッフと協力して創作活動に取り組む方もおられ、10 月もそれぞれの「やってみたい」が詰まった時間を過ごすことができました。

手指を動かす作業や、軽い運動は、認知機能の維持・向上につながります。何より、仲間と笑いあうことで心が満たされ、生きる喜びを感じていただけることが私たちスタッフの願いです。これからも引き続き、利用者さんのいきいきとした笑顔を引き出せるような活動を続けていきたいと思ひます。



サービス付き高齢者向け住宅



杏心の丘

変わる災害に、変わらぬ安心を



少し遡りますが、9 月は防災月間でした。大正 12 年に起きた関東大震災の大惨事を忘れないため、9 月 1 日を防災の日とし、9 月の 1 ヶ月間が防災月間とされているそうです。皆さんは、万が一の再確認は行いましたか？

近年、これまでにないような災害が各地で発生しています。たとえば、狭い地域に突然大量の雨が降り、短時間で住宅が浸水してしまうようなケースも少なくありません。杏心の丘は、熊本地震でも無事でしたが、その後も「いつ、どこで、何が起きても安心できる暮らし」を守るために、日頃からさまざまな備えを続けて行っています。

- 飲料水の備蓄や生活用水の貯水
- 長期間保存できる食料の備蓄
- 自家発電機・非常灯の設置
- 非常時にも使えるガスタンク などです。



たとえ夜間に災害が発生しても、自家発電機により非常灯が点灯するため、真っ暗になることはありません。また、ガスタンクがあることで、停電中でも温かい食事を調理することができます。これらの設備は、非常時に確実に使えるよう、定期的な点検・メンテナンスも欠かしていません。「備えあれば憂いなし」。これからも安心して過ごして頂けるよう引き続き備えていきます。

第109回 おりひめの会 『むくみの正体』

9月17日（水）、第109回のおりひめの会がはるかぜホールで開催されました。テーマは『むくみの正体～その原因と対策を考える～』。

更年期を迎えると血管やリンパ管の老化、筋力の低下などが原因でむくみが起こりやすくなります。春日クリニックの外来でも足や顔のむくみのご相談は多く寄せられます。更年期世代の女性は自身の症状を後回しにしがちで、心臓病や腎臓病など、見過ごせない疾患に気づかず過ごすことも多いようです。清田院長の講演では、セルフチェックや受診のタイミングなど、早めの対策の必要性が話されました。

また、むくみの解消法を小川理学療法士が紹介、会場に参加された皆さんと一緒に身体を動かしました。理学療法士の運動を希望される参加者は多く、終了後のアンケートにも「帰って早速実践します」「今後も自宅で手軽に出来る運動を教えてください」とご感想をいただきました。

次回のおりひめの会は今年最後のテーマにふさわしく「自分らしく生きて、逝く～充実した人生を全うするために～」です。久しぶりに理事長も登壇されます。男性の皆さまも遠慮なくご参加下さい。



石井管理栄養士からレシピが届きました！

じゃが芋とピーマンの中華炒め

材料（2人分）

じゃがいも	3個
ピーマン	2個
人参	1/4本
ちくわ	2本
ごま油	大さじ1
★オysterソース	小さじ2
★醤油	小さじ1
★上白糖	小さじ1
★みりん	小さじ1

【作り方】

- 1) じゃがいもは千切りにし、水にさらして水気を切る。
- 2) ピーマンと人参をじゃがいもの長さに合わせて細切りにし、ちくわは薄なめ切りにする。
- 3) ごま油を熱しじゃがいもと人参を入れ、火が通るまで炒める。
- 4) 野菜に火が通ったらピーマンとちくわを加え、★を入れてサッと炒めたら完成。

1人当たり：エネルギー 248kcal
タンパク質 6.7g 食物繊維 10.5g
塩分 1.8g ビタミンC 53mg



じゃがいも



りんごの9倍のビタミンCをもつじゃがいも。ビタミンCはでんぷんに保護されているため、熱の影響を受けにくいのが特徴です。カリウムも豊富で、余分なナトリウムを排泄して血圧を安定させむくみをとる効果があります。

ピーマン



品種改良によって辛味をなくした唐辛子。β-カロテンやビタミンC、ビタミンE、クロロフィルなど、抗酸化力の強い栄養成分を多く含みます。緑のピーマンはクロロフィルが、赤のピーマンにはβ-カロテンが多く含まれています。



栄養・食事指導は保健師にバトンタッチし継続して実施します。お気軽にお問い合わせください。

美化委員



企画・担当 経営管理部

また電子化が進んだことにより、以前より紙面で残すものも少なくなったように感じます。それでもやはり 1 年間分の書類は多く、保管場所を確保するのも一苦労。そのためきちんと保管期限を確認したうえで、廃棄するものと保管しておくものに分別して整理を行っていく必要があります。現在、まだ片づけ中のものもあるため、年末の大掃除へ向けて引き続き作業を進めていきたいと思います。

書類・倉庫整理



10 月に入り、法人の新しい期が始まりました。今回は、前期の書類の片づけや、書類を置く倉庫や棚に重点をおいて整理・清掃を行いました。

書類を出し入れする頻度が高い場所は、乱雑になっていくところが多くありました。各自がその都度「元あった所に綺麗に戻す」という基本を守ること、大掛かりな片づけをせずとも、常に整理された状態を保つことができます。今回の活動では、単に並べるだけでなく、古くなっているラベルの貼り直しやブックスタンドを利用するなど、より皆が使いやすいようになるよう工夫しました。



11 月のテーマは『コンセント周りの清掃』担当部署は サ高住 です。

医療法人社団 清心会

〒860-0047 熊本市西区春日3丁目25番1号

URL : <https://seisinkai.or.jp>

1階	春日クリニック (2階 薬局・診察室) TEL096(351)7151 / FAX096(351)7152 診療科目:内科・小児科・リハビリテーション科・麻酔科(清田 武俊) その他: 女性専用外来(水曜日午後 予約制)、各種健康診断、 相談業務(更年期・禁煙・認知症・肥満・在宅ホスピス) 健康増進事業(産業医・生活習慣病講話・出張指導) 春日クリニック訪問リハビリテーション はるかぜ通所リハビリテーション TEL 096(351)3551 / FAX 096(351)3559
2階	はるかぜ訪問看護ステーション TEL 096(351)6228 / FAX 096(351)6151 はるかぜ居宅介護支援事業所 TEL 096(322)7221 / FAX 096(351)6151
3階	法人本部(経営管理部) TEL 096(351)6225 / FAX 096(351)7154



地域包括ケア 杏心の丘

〒860-0047 熊本市西区春日4丁目18番28号

1階	看護小規模多機能型居宅介護はるかぜ TEL 096(352)1155 / FAX 096(352)2255 はるかぜ介護福祉ステーション TEL 096(323)5520 / FAX 096(352)2255
2階	デイサービスセンターはるかぜ TEL 096(326)1515 / FAX 096(324)5678
2階 3階 4階	サービス付き高齢者向け住宅 杏心の丘 TEL 096(326)2000 / FAX 096(324)5678
5階	杏心の丘売番館