

# まいほ一むももその建設推進ニュース 第4号

## 建設予定土地売買契約終える！市の補助金内示後、建設進める



2023年11月16日に看護小規模多機能型「まいほ一むももその」の建設予定土地、3つのうち2つの土地の方と契約を終えることができました。残りの1つの土地については、畑かん撤去後、契約を行う予定です。市の補助金の内示(11月中の予定)が出次第、畑かん撤去と建設工事業者の入札・選定・工事を行っていきます。内示の遅れに伴い、開設時期が2024年7月にずれ込む予定です。

寄付金  
目標到達！  
↓↓↓

## 共立介護福祉センターももそのにて「ももその秋祭り」を初めて開催！ 巨摩エリアの事業所、健康友の会と共に建設成功のため力を合わせる！



11月12日に共立介護福祉センターももそのの開設して初めてのセンター合同の秋祭りを開催しました。今回は「まいほ一むももその」の開設や健康祭り中止に伴い巨摩エリア事業所、健康友の会の方々も協力していただきました。当日は、少し肌寒い日ではありましたが、地域の方、約50名ほどが来てくださり、太鼓の演奏やフラダンス、オカリナ等の演奏で大いに盛り上がりました。また、「まいほ一むももその」の建設の寄付コーナーブースも作り、地域の方や参加している方へ訴えさせていただきました。当日は、寄付も2件頂くことができました。売り上げについては、建設寄付に充てさせていただきます。



## 建設キーパーソン その4

～このコーナーは建設に関わる人の想いを紹介します～

訪問看護ステーションももその  
所長 樋口 よしみ



看多機は、今までは医療ニーズが高く退院困難だった方や、施設入所を余儀なく選択されていた方が安心して地域で暮らし続けることのできる施設です。私たち訪問看護師にとっても、住み慣れた地域での暮らしをあきらめることなくご支援できることをとても誇りに思います。地域の皆様にとってかけがえのない皆となるように一緒に頑張っていきます。



南アルプス市の特産  
サクランボ 100万円  
桃 10万円  
を表しています。

## ～寄付金目標700万円以上～

11月27日現在、5,058,963円  
寄付件数：674件の方からご寄付を頂きました



### 【寄付金の受付】

法人内の介護事業所、山梨勤労者医療協会、あすなろ薬局、健康友の会にて行っております。引き続きよろしく願いいたします。

# 福祉会の7つの基本ケアとは

福祉会の介護で、最も大切にしている介護の基本「7つの基本ケア」をご紹介します。

## 正しい姿勢

### ～基本ケア①「座ることは生活動作の基本」～

生活動作の基本は正しい姿勢で座る事です。福祉会では、しっかりと足底を床につけ股関節、膝関節、足の関節が90°で座ることを基本としています。正しい姿勢とは頭・体・骨盤がまっすぐになっている状態です。

足底を床につけ座ることで、血流がしっかりと循環し、脳の覚醒にも繋げることができます。

また、正しく座ることで体幹を使うことができ、食事の際の飲み込みや円背の予防にも繋がります。

また、姿勢がよくなることで視野も広がり、様々な刺激から自然と身体が動くことで利用者が個々に望む活動や参加を実現に繋げることができます。姿勢が猫背のようになっていると、呼吸はもちろん、飲み込みや立ち上がりもしづらくなるだけでなく、股関節の拘縮やお尻・背中に褥瘡ができてしまうこともあります。

私たちは、正しく座ることが生活動作の第一歩に繋がると考え、基本ケアの1つ目に位置付けています。



90° になっている

快適な座位姿勢とは、ただ座るという事だけではありません。利用者の特徴や個性をしっかりと捉えて、本人の持っている残された力や隠された力を最大限活かせるような椅子や車椅子、座位姿勢を考え、提供することが大切です。快適な座位姿勢を保つことで「立つ」というケアにも繋がります。少しでも立つことができれば生活動作の中で、立位を含んだケア（※生活リハビリ）が可能になります。

### ※生活リハビリとは

普通の生活を送ります。自分で出来る事は自分でして、普通のお風呂に入り普通のご飯を食べる。普通の生活を送り続けることがリハビリにもつながります。



六角形することで、とてもよい距離感お隣の方と顔を向き合わせながら会話ができます。椅子の高さが変わればテーブルの高さも変わります。車椅子からの座りかえにもスムーズです。



足を床にしっかりとつけて座るために、椅子の高さも床から34cm、36cm、38cm、40cmと一人一人の足の長さに合わせた椅子を使用しています。

正しい高さの椅子を使用することで座位も安定し椅子からの立ち上がりもしやすくなります。