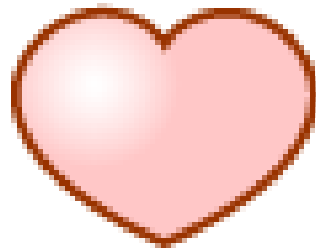


生活のしおり



one for all , all for one

平成27年11月1日 改訂

養護老人ホーム檜の里



目次

1. 生活日課表	}	3ページ
2. 相談ごと		
3. 食事について	}	4ページ
4. 飲酒について		
5. 給湯器、電子レンジについて	}	5ページ
6. 冷蔵庫の使用について		
7. 居室の使用について	}	6ページ
8. トイレの使用について		
9. 掃除について	}	7ページ
10. ゴミの分別について		
11. 洗濯について	}	8ページ
12. 寝具について		
13. 入浴について	}	9ページ
14. 衣類、履き物について		
15. 支給品について	}	10ページ
16. 郵便物について		
17. 金銭、貯金、居室の鍵について	}	11ページ
18. 外出、外泊について		
19. 面会について	}	12ページ
20. 電話について		
21. 連絡先に変更があった場合	}	13ページ
22. 防火と災害について		
23. 医療について	}	14ページ
24. 通院について		
25. ホーム内での買い物	}	15ページ
26. 理髪について		
27. 衣類クリーニングについて		
28. 補聴器の相談について		
29. 眼鏡、時計の相談について		
30. 重要事項		

ホームでの暮らし

- ①ホームは、共同生活であることを自覚し、お互いに助け合い、ゆずりあって生活しましょう。
- ②毎日を健康で生きがいのある生活を心掛けましょう。
- ③居室、廊下・風呂場など共同で使用する場所の掃除などは出来る限り自分の手で行いましょう。


 ☆1. 生活日課表☆

起床 午前6時00分 (年末年始を除く)
消灯 午後9時00分 (年末年始を除く)

※消灯から起床までは居室でお過ごしください。

※消灯時間後は、周囲の利用者様の迷惑にならないように
イヤホンを使用し、ラジオ、テレビ等の音量等に配慮して下さい。

朝のラジオ体操 午前8時30分から 1階食堂
みんなの体操 午後3時10分から 1階食堂

 ☆2. 相談ごと☆

- ・生活上の相談、その他些細なことでも、遠慮なく職員にご相談下さい。
- ・施設の職員に相談しにくい場合には、苦情解決第三者委員に相談することが出来ます。



☆3. 食事について☆



《朝食》

テーブル(午前7時30分～) 1班(午前7時40分～) 2班(午前8時～)

《昼食》

テーブル(午前11時30分～) 1班(午前11時40分～) 2班(午後12時～)

《夕食》

テーブル(午後5時30分～) 1班(午後5時40分～) 2班(午後6時～)

お食事の順番は毎月フロアごとの変更となります。

・食堂から食べ物、食器の持ち帰りはおやめください。発見時は回収します。

食器の持ち込みもお控えください。

・食堂への食品(調味料)の持ち込みは禁止しています。 ※衛生管理上の理由

・利用者間で食事、食べ物のやり取りは行わないで下さい。

(食事形態の違い、病気や薬によっては、食事の制限を受けている人もいるため)

・食事を不要にされる際は、食堂の確認ボードに、ご自身でもしくは職員に依頼してマグネットをはめて下さい。

間違い防止のため他利用者の名札は動かさないようご注意ください。

・体調不良の際には、他の入居者様への感染防止のため、居室配膳やテーブル席の移動をしております。予めご了承下さい。

・食中毒予防のためにも、栄養士の指示はお守り下さい。

・服薬都合や医師所見によって、食事内容や量が制限されている場合は、体調管理のため厳守して下さい。



☆4. 飲酒について☆

- ・飲酒時間は、午後3時30分から午後9時まで(消灯時間)
(外出先で飲酒をする場合には、事前にお声掛け下さい。)
- ・医師より飲酒を制限されている方は、医師の指示に従って頂きます。。
- ・飲酒後の入浴は、**行なわないで下さい。**



☆5. 給湯器、電子レンジについて☆

- ・2階、3階、4階の中央棟に給湯器があります。
※99℃の熱湯が出ますので、火傷には十分に注意して下さい。
※直接コップに注ぐのは危険です、必ずポットに注いでご利用下さい。
- ・各階の談話室に給茶器があります、お湯、お茶、冷水が出ますので
ご利用下さい。
- ・各階の談話室に電子レンジあります、「あたため」機能が使用できます、
卵や金属(アルミホイル)等の中に入れて下さい。
※火事になるおそれがあります。



☆6. 冷蔵庫の使用について☆

- ・冷蔵庫は共同で使用しています。他者に配慮して使用して下さい。
- ・乳製品やなま物、腐りやすい果物等を買ったら、居室内に置かずに
冷蔵庫を活用し、賞味期限内に食べるようにして下さい。
夏季期間は冷蔵庫に入れるのであっても生物の購入はお控えください。
- ・共同で使用するため、冷蔵庫の中に入れる物には、必ず日付、名前を
記入して下さい。

- ・日付、名前のない物、賞味期限の切れた物は、食中毒を防ぐため、職員の判断にて処分させていただきます。予めご承知下さい。
- ・毎月、1日は衛生の日です、冷蔵庫や居室にある食品の賞味期限の再確認をして下さい。

☆7. 居室の使用について☆

- ・居室内に個人購入のイス、棚、台などを置くことは禁止されています。
- ・居室の鍵をご希望の方にはお渡しします。（紛失時は弁償して頂きます）
入院時は居室の鍵は職員にお渡しください。
- ・施設内、居室の内装や備品を損傷、汚染、破壊、紛失させた場合には、修理、弁償して頂きます。
- ・居室内の備品に不具合が生じた際は、職員にお知らせ下さい。
- ・居室内の壁やクローゼットには直接テープを貼らないで下さい。
※剥がす際に壁紙がはがれてしまうことがあります。
※貼るには専用のテープがありますので職員にお声かけ下さい。
- ・毎月10日は定期清掃日です。居室、クローゼット内等を掃除をしましょう。
- ・午前10時30分と午後3時に換気のお知らせをしています。
居室の空気を入れ替えて換気をしましょう。（冬季期間のみ）

☆8. トイレの使用について☆

- ・居室のトイレはこまめに掃除を行ない、清潔にご使用下さい。。
- ・トイレットペーパー以外の物は、故障の原因になるので、流さないで下さい。また、トイレットペーパーは大切に使いましょう。
トイレのつまり、故障の際は、早めに職員にお知らせ下さい。
- ・共有のトイレは、後で使用する人の事を考え、綺麗にご利用下さい。

☆9. 掃除について☆

- ・居室の掃除は、ご自身で行なって下さい。また共有スペースの掃除当番もお互いに協力しましょう。
- ・共有場所は、お互いきれいに使用しましょう。

☆10. ゴミの分別について☆

- ・カン・ビン・ペットボトル・危険物・燃えるゴミ・燃えないごみ・生ゴミの分別にご協力下さい。ゴミを捨てる場所は、東、中央、西にそれぞれあります。
※カン・ビン・ペットボトルを捨てる際には、軽くゆすいで捨てて下さい。
- ・新聞紙は、所定の場所にまとめて下さい。
- ・ペットボトルキャップのリサイクル活動をしております。各階のスタッフルーム、玄関に回収箱を用意していますのでご協力お願いします。

☆11. 洗濯について☆

- ・洗濯は、基本的に自己にて行って下さい。
- ・体調の悪い時などは、遠慮なく職員まで、申し出て下さい。
尚、寝具類などの大きな洗濯物は、職員にて行いますのでご相談下さい。
- ・洗濯機に不具合が生じた場合には、職員に速やかに報告して下さい。
- ・職員に洗濯を依頼する場合には、衣類に名前を記入して下さい。
- ・洗濯時間は、午前6時から午後6時までです。
※時間前に使用したり、洗濯物を放置するのはやめましょう。
- ・洗剤は月に1度詰め替え用をお渡しできますが、それ以上使用する方は自己購入をお願いします。

☆12. 寝具について☆

- ・毎週シーツと枕カバーの交換、**第1、第3の週で布団カバーの**交換を行っています。
※交換日はフロアによって異なります、各フロアのカレンダーをご確認ください。
※衛生管理のために、寝具交換は毎回行なって下さい。
- ・年間に**2回**、ベッドマットの乾燥を行なっています。 ※全室対象としています。
- ・シーツ、カバー類は全てリースになっていますので、名前等は記入しないで下さい。

☆13. 入浴について☆

【入浴時間】

- ・入浴日は、原則として日曜日を除き毎日です。
必ず、週に2回以上、入浴して下さい。
- ・男性 午前は10時～11時30分、午後は3時～8時までです。
- ・女性 午前は10時～11時30分、午後は3時30分～8時までです。
- ・毎週土曜日は薬湯(入浴剤)を使用しています。

【介助入浴について】

- ・月曜日から土曜日になります。
- ・男性 午後1時30分～3時までです。
- ・女性 午後1時30分～3時30分までです。
- ・**なお、毎月第2水曜日、第4土曜日は男性の介助入浴は中止、
女性の介助入浴は午前10時～午前11時30に変更させていただきます。**

【入浴についてのお願い】

- ・体調がすぐれない時(めまい、頭痛、ふらつき、等)は、入浴を控えて下さい。
- ・入浴中に気分が悪くなった際には、ナースコールを押すか、近くにいる利用者に助けを求め、職員を呼んでもらって下さい。
- ・脱衣所、浴室内では、次に利用する人の事を考え、綺麗にご利用下さい。
- ・脱衣所には、靴のまま出入りしないで下さい。
- ・浴槽に入る際は、体を洗ってから入浴して下さい。
- ・浴槽内には、タオル等は持ちこまないで下さい。
- ・シャワーをご利用の際には、他者にお湯がかからないように注意して下さい。

※安全確認の為、職員が定時に浴室内の確認をさせて頂いています。

※行事等により入浴時間の変更や入浴を中止にさせて頂く場合もあります。
予めご了承下さい。

☆14. 衣類、履き物について☆

- ・春と秋に衣類購入を実施しています、衣類購入の際に決まった金額の中で、日常生活に必要な衣類(身に着ける物、履物)を購入することが可能です。
- ※新入所された方は、当年に限り年に2回の参加が可能ですが、その他の利用者様は、春と秋どちらに参加されるか希望をとります。
- ・衣類を捨てる際は、所定の場所がありますのでご確認下さい。
- ・利用者間で衣類品のやり取りはしないで下さい。 ※トラブル防止のため

☆15. 支給品について☆

- ・日用品等の支給については、日常必要と思われる品物を考慮し、支給しています。物品によって1ヶ月間にお渡しできる数が決まっています。前回支給したものがなくなってから、新しいものをお渡しします。
- ・日用品を希望される方は、担当職員までお声掛け下さい。
- ・足りない場合は自己購入をお願い致します。
- ・日用品、支給品は他の人に譲ることはできません。ご注意ください。

【日用品、支給品を渡す時間帯】

- ・午前:10時～11時15分
- ・午後:1時30分～4時30分

☆16. 郵便物について☆

- ・福祉事務所からの措置関係書類、自己負担金、その他、事務手続き管理依頼のあった方の年金、介護保険料、国民保険料等に関わる郵便物については、事務所で先に開封確認させて頂く事がございます。ご自分で開封されたい方に関しては、事前にお知らせ頂ければ、開封せずにお渡しいたします。
- ※開封後に内容を確認させて頂く場合もございますので、ご了承下さい。

☆17. 金銭、貯金について☆

- ・事務所では両替を行っていません。
- ・トラブル防止のため、居室に多額の現金は置かないで下さい。
- ・払い出しを希望される方は、土曜日までに各フロア職員に伝票を提出下さい。出金の準備をしたのち、火曜日に金融機関からお金をおろし、お渡しします。

- ・施設お小遣い(生活保護費の支給)は、毎月1日に対象の方にお渡しします。
※1日が日曜、祝・祭日・年始の場合には、日程の変更があります。
- ・怪我や体調不良などで入院すると、交通費(タクシー代、介護タクシー代)入院費自己負担(差額ベッド代、衣類リース、オムツ代など)が掛かります。
日頃から貯金をして、緊急時に備えて下さい。
- ・利用者間でのお金の貸し借りは絶対に行わないで下さい。

☆18. 外出・外泊について☆

- ・外出される際は、各階スタッフルーム内にある外出届へ必ず記入し、提出してからお出掛け下さい。(職員にもお声掛け下さい)
- ・ホームに入所後、慣れるまでは、外出・外泊は急用以外はお控え下さい。
※基本的には、入所後1ヶ月間です。
- ・午前7時に正面玄関が開きます。時間外で外出を希望される方には事前に担当職員に教えて下さい。
- ・原則として午後5時までにお帰り下さい。午後8時には玄関が閉まります。
遅くなる場合には、外出先より必ず連絡を入れて下さい。
午後8時まで連絡がなく、お戻りにならない場合には警察に保護願いを提出させていただきます。※個人情報に関係機関と共有することがあります。
- ・外出・外泊の際には、必ず身分証、薬を持ってお出掛け下さい。
- ・外泊を希望される方は、外泊先・日時等を担当職員までお伝え下さい。
また、健康状態によっては、看護職員と相談の上、必要があれば、主治医の診断により判断させて頂く場合もありますのでご了承下さい。
- ・外出時には、居室の電気、テレビ、エアコンを消してから
外出をするようご協力をお願いします。

☆19. 面会について☆

- ・面会の方は、必ず事務所にお声かけ下さい。
来訪者名簿に記入して頂き、面会証をお渡しいたします。
時間は、原則、午前9時から午後5時までです。

※予めご連絡を頂ければ、上記時間以外でも可能です。

※感染症が発生した場合は、面会をご遠慮いただく場合があります。

☆20. 電話について☆

- 1階の事務所前に公衆電話があります。
- 携帯電話をお持ちの方は深夜、早朝、食事中のご使用はご遠慮下さい。
- 外から利用者様宛に電話があった際は、各階のスタッフルームにある電話につながることができます。原則、午前9時から午後5時までです。
それ以外の電話は公衆電話をご使用ください。

☆21. 連絡先に変更があった場合☆

- ご家族(緊急時の連絡先の方)の住所、電話番号などが変わった場合には職員までお知らせ下さい。

☆22. 防火と災害について☆

- くわえタバコ、タバコの投げ捨て、吸いかけを居室に置いておくなどの行為、焚火や自炊は禁止しています。
- 灰皿には、必ず水を入れておき、お互い注意し消火の確認をしましょう。
- 地震等の災害時に備えて、居室内に物を積み上げないで下さい。
- ベランダは避難経路に指定されています。ベランダには物は置かないで下さい。
- 緊急時、すぐにベランダに避難できるよう、ベランダ前に荷物は置かず、各自、居室の整理整頓に努めて下さい。
- 居室内で電熱を発する電化製品の所持は禁止されています。
(例:コンロ、電気ポッド、ドライヤー、アイロン、ホットプレート、等)
- 万が一、火災などの非常事態が起きた時は、慌てず放送等を聞き、職員の指示に従って下さい。
- 基本的に毎月1回防災訓練があります。職員の指示に従い避難して下さい。



☆23. 医療について☆



- ・体調が優れない時には、早目に職員までお伝え下さい。
医務室まで職員が付き添いますので、看護職員にご相談下さい。
- ・他の利用者に薬をあげたり、もらったりすること、代行しての購入は禁止です。
- ・体調不良の際に、通院が必要と判断された方には、看護師の判断の上、通院していただく場合もありますので、予めご了承ください。
※体調悪化を防ぎ、集団感染防止を目的としております。
- ・診察日には、ホームドクターの相談を受ける事が出来ますので、担当職員または、看護職員までお伝え下さい。
- ・健康診断を年に2回実施しています。協力病院以外で健診を希望される場合には、自己負担になりますのでご承知下さい。



☆24. 通院について☆



- ・感染症の時期には、マスクを着用し通院して下さい。(感染防止のため)
施設に戻った際は、うがい手洗いを必ず行ってください。
- ・単独で通院されている方は、帰園後、受診結果、薬の情報を必ず医務に提出して下さい。 ※救急対応時に、医療情報が必要になるため。
- ・医療券の方で、通院を予定している場合には、事前に手続きがありますので、早めに担当職員までお知らせ下さい。
- ・状況により職員の付添いが必要な場合には、基本タクシーを使用しますので、予めご了承ください。
※その際の交通費は自己負担となります。
- ・通院の付添につきましては基本的にご家族のご協力をお願いします。
やむを得ない場合のみ、職員付添とさせていただきます。

☆25. ホーム内での買い物☆

- ・三橋商店〈果物・お菓子〉

毎週金曜日 午後3時30分から午後4時 多目的ホール

- ・イトーヨーカードー出張販売〈食品・衣類・日用品など〉

毎月1回 午後から 食堂

☆26. 理髪について☆

- ・床屋 毎月来園しています。

※毎月1回無料にて受けられます。

※各階ごとに理髪日が決まっておりますので、職員にご確認下さい。

- ・美容室 毎月来園しています。

※ご希望者は自己負担にて、髪染、カット、パーマが受けられます。

- ・園外理髪について

園外理髪を受ける際には、事前に事務所にお声掛け下さい。

園外理髪のファイルに記入をして頂く必要があります。

※施設の理髪を受けず、園外で理髪を受けた場合、補助金を受けられます。

(詳細は職員にお聞きください)

☆27. 衣類クリーニングについて☆

- ・毎週水曜日 午前中に 多目的ホールにて集配、配達にきます。

☆28. 補聴器の相談について☆

- ・毎月業者が来園します。 ※補聴器についてご相談できます。

☆29. 眼鏡、時計の相談について☆

- ・毎月第二木曜日に業者が来園します。 ※腕時計の電池交換できます。

※業者の都合により来園日時、場所の変更もあります、予めご了承下さい。



★☆☆30. 重要事項☆☆

- ・居室内での喫煙は絶対に禁止です。必ず所定の喫煙所で吸って下さい。
※喫煙後の火の始末、確認を徹底して下さい。
- ・金銭の貸し借りや品物のやりとりは禁止です。(トラブルの原因になります)
- ・ご自身の心身状況変化等で、現在生活されている居室から他の居室に、移動して頂くことがあります。ご理解とご協力をお願いいたします。
- ・身体機能が著しく低下した場合や常時医療や看護が必要な場合等、他施設(特別養護老人ホーム、老人保健施設、グループホーム)など生活環境についてご相談させて頂くことがございます。
- ・他者への迷惑行為、暴言、暴力等の発生時には施設長の判断により、福祉事務所、警察等へ連絡する場合があります。
集団生活を維持、継続できない場合には、福祉事務所と連絡をとり、退所の相談をさせて頂く場合もあります。※個人情報を関係機関と共有することがあります。
- ・入院等で不在時の場合、居室入室について、事前にこれらの事柄につきましてはお知らせをし、了承の上実施させて頂きます。
防災点検や居室のワックス清掃、及びマット乾燥等など、基本的に職員管理のもと実施させて頂く場合もございますので、ご理解下さい。
- ・風邪症状等で個別対応が必要と看護師が判断した場合には、別席での食事、居室静養、検温や血圧測定、マスク着用等のお願いを申しあげますが、予めご了承下さい。
- ・東京都の指導により、週に2回以上の入浴を施設が義務付けられております。
- ・異性の部屋に入室する際は、必ずドアを開けておくようお願いいたします。
- ・安全確認のため職員の判断で入室する事があります。ご了承下さい。