



### ●交通のご案内

#### ■JR荻窪駅北口からバス5分

荻窪駅北口より関東バス  
下記乗り場をご利用ください。  
0番 乗り場・北裏・武蔵関駅・南善福寺  
1番 乗り場・青梅街道営業所  
4番 乗り場・立教女学院・プロムナード荻窪※  
日産自動車前、もしくは荻窪警察前下車  
※プロムナード荻窪行きは終点下車

#### ■JR西荻窪駅から徒歩15分

JR西荻窪駅北口からバス4分  
西荻窪駅北口より関東バス  
下記乗り場をご利用ください。  
3番 乗り場・荻窪駅  
日産自動車前、もしくは荻窪警察前下車

#### ■お車でお越しの場合

《駐車場は、地下にございます。》  
《新宿方面より》  
青梅街道を進み、桃井3丁目交差点を右折。  
一つ目の十字路を右折。  
※青梅街道から施設横の道への右折はできません。  
《西東京方面より》  
青梅街道を進み、桃井3丁目交差点を通過。  
一つ目の路地を左折。  
《荻窪方面より》  
桃井3丁目の信号を右折。

#### ■西武新宿線上井草駅からバス約5分

上井草駅より西武バスをご利用ください。  
荻窪駅行き(荻14) / 「荻窪警察前」下車

#### ■西武池袋線石神井公園駅からバス約20分

石神井公園駅より西武バスをご利用ください。  
荻窪駅行き(荻14) / 「荻窪警察前」下車

### ●施設概要

名称：介護老人保健施設 シーダ・ウォーク  
住所：〒167-0034 東京都杉並区桃井3-4-9  
代表電話：03-5311-6262 FAX:03-5311-6180  
開設日：2004年10月1日

事業内容：●介護保険サービスにおける  
介護保健施設サービス、短期入所療養介護  
112床(全室個室)  
●介護保険サービスにおける  
通所リハビリテーション(デイケア) 45名/日



シーダ・ウォーク



採用サイト



財団 face book



 社会医療法人 河北医療財団

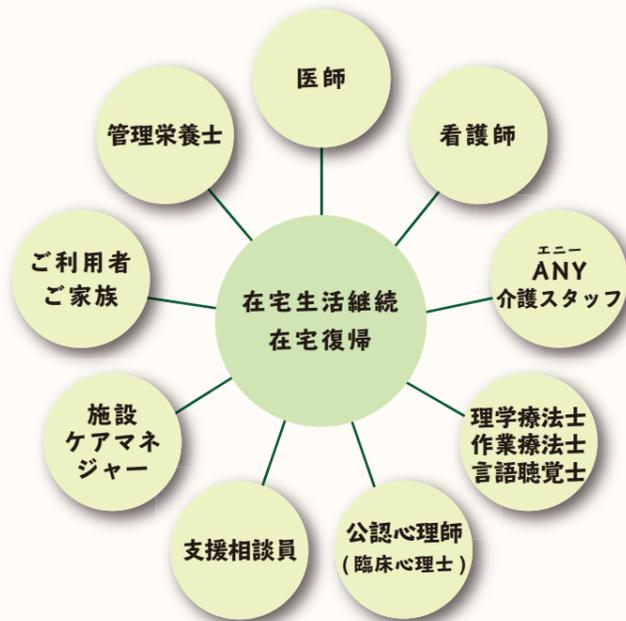
# 介護老人保健施設 シーダ・ウォーク



介護老人保健施設(老健)とは、病状が安定していて入院治療の必要がない方に、医師による管理のもと、看護師・介護福祉士等が看護・介護のケアを提供する施設です。

施設にはリハビリテーションをおこなう理学療法士・作業療法士・言語聴覚士、栄養状態を管理する管理栄養士、支援相談員、ケアマネジャーなど、多職種の専門職スタッフが在籍しています。

これらのスタッフが、入所中の生活を円滑に送れるよう、また、自宅での生活に復帰する、あるいは自宅での生活を継続できるように支援します。



ANY(エニー) = always next to you  
当施設では、介護スタッフを“いつもあなたのそばに”という意味の英語の頭文字をあわせて「エニー」と呼んでいます。

## 「住み慣れた地域で安心して生活する」



施設長  
吉田 晴彦

介護老人保健施設シーダ・ウォークは2004年10月に開設いたしました。シーダ(Cedar)は杉、ウォーク(Walk)はここでは並木道の意味で、もちろん「杉並」にかけた命名ではありますが、杉のように長寿な人生の並木道として、住み慣れた地域での生活を支える場でありたいという願いも込められています。

健康生活を地域で支える地域包括ケアシステムへ向けた方向性のなかで、介護老人保健施設は病院と在宅生活との橋渡しとなる中間施設として、また在宅生活を支えるショートステイや通所リハビリテーションをご提供することにより、中心的な役割をはたすことが期待されています。

シーダ・ウォークでは同じ河北医療財団に属する河北総合病院、河北リハビリテーション病院、河北家庭医療学センター等との連携はもとより、地域の保健・医療・介護の連携による包括的ケアシステムの一環として、皆さまの「家で療養したい」「地域で生活したい」を支えていきたいと考えます。

### 理念

「地域の人々の期待」である「住み慣れた地域で安心して生活する」ことを支援する。個人の尊厳と復権を優先し、保健・医療・福祉の連携による継続的ケアをご利用者とともに施設機能と居宅機能を持って創造する。

### 方針

- ①「個人の尊重」・・・グループユニットケアの提供  
ご利用者の尊厳と復権を優先し、ご家族が気兼ねなく訪問できるよう「全室個室」、日常生活は7名のご利用者をグループとした「ユニット・ケア」をご提供します。
- ②「継続的ケア」・・・トータル・ホーム・ヘルスケア  
在宅での生活を常に念頭に置き、医療機関および在宅サービス機関と連携した個別リハビリテーションに取り組みます。
- ③「地域との交流」・・・コミュニティ・ケア  
地域での生活継続に必要な「デイケア(通所リハビリテーション)」「ショートステイ(短期入所療養介護)」の地域在宅支援サービスを重視し、さらに地域の「在宅支援サービス機関」との連携を深め、ご利用者のみならず介護者であるご家族への支援にも積極的に取り組みます。また、地域との触れ合いを大切に、地域の方々の参加の機会を推進します。
- ④「ケアの質の向上」・・・ケアの質の継続的改善を図る品質マネジメントの運用  
ご利用者には「施設介護計画」による「個別ケア」をご提供します。また、「第三者機関」による「品質評価」の受審を含めて「ケアの質の向上」に努めます。
- ⑤「地球環境」・・・環境マネジメントシステムの運用  
次世代へ引き継ぐことができる地球環境をつくっていきたくと考えております。「あたたかく やさしく 人にも 地球にも」というメッセージにはそんな思いが込められています。「緑豊かな杉並」を守るために、当施設では、地球にやさしい「環境マネジメントシステム」を運用しております。



# 施設入所<ロングステイ>

快適な環境で、日常生活動作を中心としたリハビリテーションをおこない、在宅生活への復帰、在宅生活の継続を支援します。

要介護の認定を受けている方を対象に日常生活に必要な介護や健康管理をおこないます。また、在宅生活の復帰をめざしたリハビリテーションを提供します。

## 【サービス内容】

- ・回復期から維持期のリハビリテーション
- ・在宅復帰をめざした生活リハビリテーション
- ・食事、入浴、排泄などの介護・看護サービス
- ・診察、投薬、処置の医療サービス
- ・娯楽等の日常サービス
- ・施設ケアマネジャーを中心に多職種で施設総合ケアプランを立案します。

## 【対象】

- ・病状が安定しており、特別な治療を必要としない方。
- ・介護保険の要介護認定で、要介護1～5の認定を受けた方。

## 【お申し込みの手順】

### ① お問い合わせ

ご利用・ご見学希望の方は、相談室あてにご連絡ください

TEL 03-5311-6184

### ② 必要書類の準備・提出

- 診断書  ADL・生活状況確認シート
- お薬情報  検査データ

### ③ 利用前面談・ご見学・申し込み手続き

月～土 9:30～16:30 事前予約制

### ④ 判定会議

ご状態を確認し、ご希望に応えられるか検討します

### ⑤ 利用可否決定

判定会議の結果をお伝えし、入所日をご相談します



## 1日のスケジュール

下記のような1日のスケジュールを目安に、お一人おひとりに合わせたリハビリテーション計画、ケアプランを作成し、個別・集団リハビリテーション、個別ケアをおこないます。

- 7:00～ ● 起床
- 8:00～ ● 朝食
- 9:00～ ● 入浴(週2回)
- 11:00～ ● 体操  
※フロアにより、プログラムの内容や時間が異なる場合があります。
- 12:00～ ● 昼食
- 13:30～ ● フロア リハビリテーション  
フロア レクリエーション  
※フロアにより、プログラムの内容や時間が異なる場合があります。
- 15:00～ ● おやつ  
● 体操・レクリエーション・歌の会など  
※フロアにより、プログラムの内容や時間が異なる場合があります。
- 18:00～ ● 夕食
- 21:00～ ● 就寝・消灯



ご希望により、様々な活動に参加したり、サービスをご利用いただけます。その方らしく、お過ごしいただけるよう、取り組んでいます。一部をご紹介します。

## クラブ活動

- ・フラワーアレンジメント(別途実費)
  - ・書道クラブ
  - ・奏でる倶楽部(楽器演奏)
  - ・アニマルセラピー
- (外部から講師やボランティアさんを招いて活動しています)

## コンサート

ボランティアさんによるクラシック・ジャズ・オペラなどの歌や、楽器演奏、フラダンスなど、様々なジャンルのコンサートをお楽しみいただけます。

## フロアでのレクリエーション活動

- ・音楽活動(ピアノで歌う歌の会・カラオケ)
  - ・体操・塗り絵・脳活ドリル・園芸活動
  - ・おやつ作り・施設内の装飾づくり
  - ・職員によるお楽しみ会
  - ・季節ごとの行事(夏祭り・クリスマス会等)など
- レクリエーションに参加することで、日々の生活にリズムや楽しみが生まれます。



## シーダ祭

毎年開催される、シーダ・ウォーク最大のイベントが「シーダ祭」です。屋台やゲーム、踊りなどお祭り気分を味わえます。

## 理美容サービス

施設内でシャンプー、カット、パーマ、カラー、顔そり等の理美容サービスが受けられます。(別途実費、ステイの方のみ)

## 医療機関の受診・歯科診療について

### 【医療機関の受診について】

入所中は医師・看護師を中心に、健康管理をおこないます。ご状態により、施設の医師が他医療機関への受診(検査・処置など)が必要と判断した場合にはご家族に連絡いたします。また、他医療機関への受診を検討される方は看護師までご相談ください。

### 【歯科診療について】

ロングステイの方を対象に、毎週提携医療機関による歯科診療があります。



## 短期入所療養介護〈ショートステイ〉

ご自宅で生活している方にご利用いただける、短い期間の入所サービスです。  
ケアマネジャーさん経由でお申込みいただきます。

2泊3日から1週間程度の短い期間の入所です。日常生活のお世話や、身体能力の維持のためのリハビリテーションをご提供します。

ショートステイは、ご家族の一時的な不在や、休養の時などに気軽にご利用いただけます。また、ご利用者が毎月ショートステイを利用することで定期的・集中的なりハビリをおこなうことができます。

### 【サービス内容】

- ・施設入所（ロングステイ）と同様のサービスを提供します。
- ・ご自宅までの送迎サービス（送迎範囲についてはご相談ください）
- ・居宅サービス計画書（ケアプラン）に沿った宿泊サービスとなります。

### 【対象】

- ・病状が安定しており、特別な治療を必要としない方。
- ・介護保険の要介護認定で、要支援1・2、要介護1～5の認定を受けた方

### 【新規お申し込みの手順】

#### ① お問い合わせ

ご家族から担当ケアマネジャーにご相談ください。ケアマネジャーより相談室にご連絡をください。

TEL 03-5311-6184

#### ② 必要書類の準備・提出

- 診断書  ADL・生活状況確認シート
- お薬情報

#### ③ 利用前面談・ご見学・申し込み手続き

月～土 9:30～16:30 事前予約制

#### ④ 判定会議

ご状態を確認し、ご希望に応えられるか検討します

#### ⑤ 利用可否決定

判定会議の結果をお伝えし、利用日程をご相談します



### 【再利用お申し込みの手順】

#### ① 毎月15～20日に3か月後の予約を承ります

(例) 4月の利用を希望する場合: 3か月前の1月15日～20日に受付

#### ② 担当ケアマネジャーが当施設に申込書を提出

(毎月15日～20日) 利用希望日程をケアマネジャーに早めにお伝えください

#### ③ ご利用希望日程の調整・決定

(毎月21日～25日) いただいた申込書をもとに、ご利用希望者の状態、状況、当施設の対応範囲等を総合的に判断して調整します

#### ④ 担当ケアマネジャーに利用可否、日程通知

(毎月25日頃) ケアマネジャーあてに結果を送付しますのでご確認ください

## 通所リハビリテーション〈デイケア〉

心身機能の活性化につながるプログラムで、一日を楽しくお過ごしいただきます。

在宅生活されている方を対象に、リハビリテーションや食事、レクリエーションなどのサービスを提供します。ご自宅まで送迎車で伺います。

### <6時間程度の1日コース>

- ・個別または集団でのプログラムにより、生活機能向上を目的としたリハビリテーション
- ・昼食、入浴、排泄などの介護・看護サービス
- ・体操、ゲームなどのレクリエーション
- ・ご自宅までの送迎サービス(送迎範囲についてはご相談ください)

### <2時間未満の短時間コース>

- ・昼食や入浴サービスがつかない、リハビリテーションプログラムみのコース

### 【対象】

- ・介護保険の要介護認定で、要支援1・2、要介護1～5の認定を受けた方。

※いずれのサービスも、介護保険制度による要支援または要介護認定が必要です。



### 1日のスケジュール

- 下記のような1日のスケジュールを目安に、お一人おひとりに合わせたリハビリテーション計画、ケアプランを作成し、個別・集団リハビリテーション、個別ケアをおこないます。

- 9:00～ **シーダ到着**   
※送迎車により到着時間が異なります。  
手洗いうがい  
バイタル確認  
脳活性化ドリル  
朝のテレビ体操  
個別リハビリテーション  
入浴 ※個別リハビリテーションと入浴はケアプランに基づいてのご提供となります。
- 11:00～ **朝の体操**  
起立訓練  
歩行練習  
排泄誘導  
手指体操  
嚥下(飲み込み)体操
- 12:00～ **昼食**  
口腔ケア
- 13:00～ **集団体操  
レクリエーション**  
※レクリエーションは音楽などの選択プログラムや、コンサートなどのイベントプログラムになる場合もあります。
- 14:30～ **おやつ**
- 15:00～ **帰宅送迎～  
余暇時間**   
※送迎車により到着時間が異なります。  
脳活性化ドリル  
個別リハビリテーション  
夕方のテレビ体操  
排泄誘導



# シダ・ウォークのリハビリテーション

理学療法士・作業療法士・言語聴覚士・公認心理師(臨床心理士)等の専門職を中心に、介護、栄養、看護などの他職種が協力して、ご利用者の心身機能の維持・回復、日常生活の自立を目的とした様々なリハビリテーションをおこないます。

## 【個別のリハビリテーション】

ご利用者それぞれの動作評価をおこない、ご希望に合わせて目標を設定します。1回あたり20分程度、1対1でリハビリテーションを実施します。

## 【認知・精神機能のリハビリテーション】

計算などの頭を使う課題のほか、作品づくりや歌を歌うなど、ご利用者に合わせたプログラムをおこないます。認知機能に関しては、作業療法士・言語聴覚士が検査と評価をします。

## 【コミュニケーション機能のリハビリテーション】

失語症や構音障害の他に、大きな声が出しにくい、人と話すことが億劫になったなど、コミュニケーションに関わる課題に取り組みます。

## 【食事動作・飲み込みの評価】

安全においしく食事ができるように、適切な姿勢の調整、食器や自助具の提案などをおこないます。また飲み込みの力の確認をし、管理栄養士、看護師、担当介護スタッフも一緒に観察・評価・提案をしています。

## 【生活リハビリテーション】

それぞれのご利用者に必要な体操、歩行訓練、机上課題など、リハビリスタッフが作成したプログラムを、日常生活の中で介護スタッフが実施します。また、フロアごとに集団体操・発声練習、季節を感じられる作品づくりなどをおこなっています。

## 【日常生活動作の評価と練習】

ベッドからの起き上がり、歩行などの基本的な動作、トイレでのズボンの上げ下ろしやお風呂の入り方など、生活に必要な動作を少しでも自分でこなえるように、一緒に方法を考えて練習します。

## 【家屋調査】

退所前にご利用者とともにご自宅を訪問します。自宅での生活が安全で快適に送れるように、自宅の環境や日常生活の状況・必要な動作などを確認します。実際に自宅で動いていただくことで、退所後の生活のイメージをより具体的に持つことができます。手すりの位置や、階段昇降の方法の確認、福祉用具の提案もあわせておこないます。



## 各階のご案内

### 屋上庭園

ご家族と一緒に散策いただけます。



### 療養室

1ユニットは7名単位でお部屋は全室個室です。



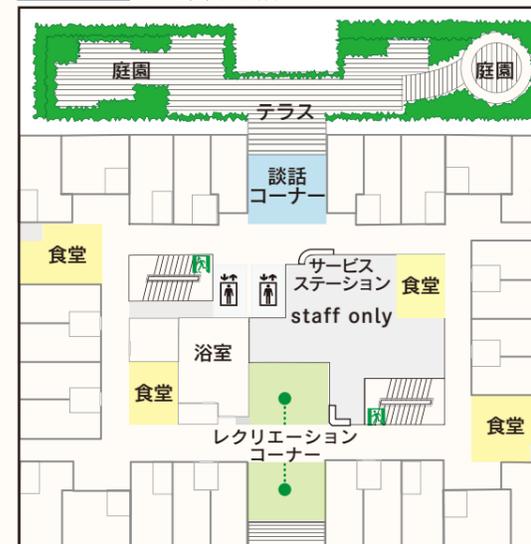
### お風呂

お身体の状態に応じて、個浴・機械浴をご用意。

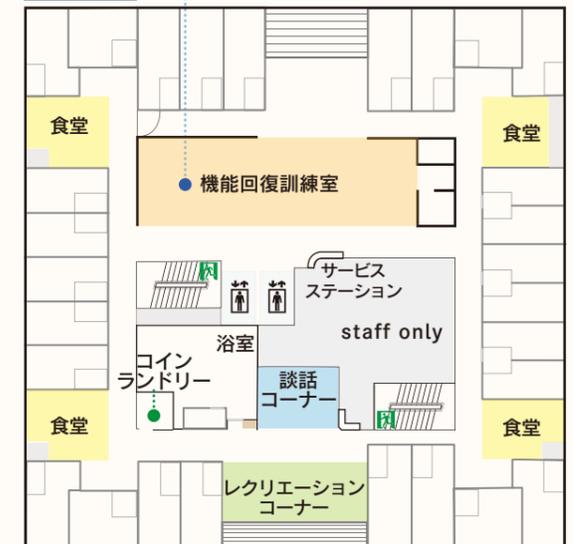


### 3-5階

※庭園は3階のみ



### 2階



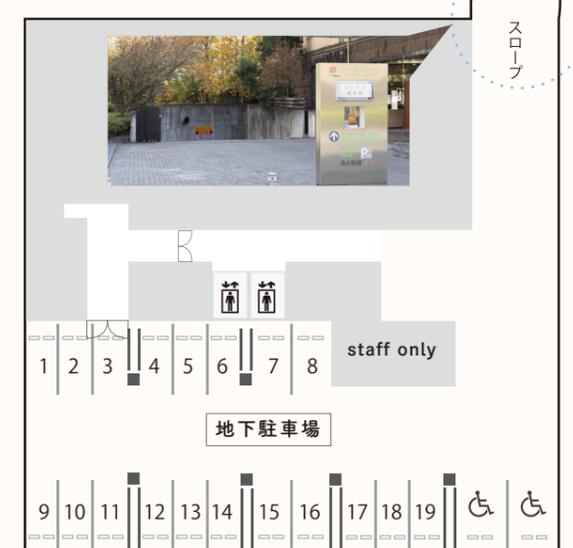
### 1階

1階ロビーで音楽活動やコンサートをおこないます。ロビーに喫茶コーナーがあり、コーヒー、緑茶、ココアの販売をしています。



### 地階

駐車場があります。入退所、ご面会時にご利用いただけます。駐車場へは正面玄関側のスロープをご利用ください。



## ご面会

■面会時間 10時～20時 入館時には窓口にて面会手続きをお願いします。

## お申込みの手順

### お問い合わせ

施設のご利用・ご見学などのご希望がございましたら、まずはお電話でお問い合わせください。

☐TEL **03-5311-6184** FAX 03-5311-6188

☐受付 月曜日～土曜日(日・祝日は除く) 9時30分～17時30分

### お申し込み

申込書等、必要書類をシーダ・ウォーク相談室あてにご提出ください。(必要書類は、利用サービスやご状態に応じてご案内いたします)

### 面談

お申し込みされた方には、相談員から面談日程についてご連絡いたします。ご利用者本人の状態について話を伺うほか、施設の見学、利用料金等の説明も合わせておこないますので、当日は60～90分の時間をご予定ください。

【持ち物】☐入所希望者の介護保険証・介護保険負担割合証

☐健康保険証・医療証などの保険証類

☐認印

### 利用判定会議

利用の可否について判定会議をおこないます。結果は、相談員からご連絡いたします。なお、判定会議の結果次第ではご利用いただけない場合もございますので、あらかじめご了承ください。また、状態により、訪問し、ご利用者本人に現状確認をさせていただく場合があります。

### 利用案内送付

利用が決定した方には、必要な書類(契約書等)をまとめた利用案内をお送りいたします。利用開始日までにご記入、捺印をお願いいたします。

### 利用日当日

ご案内した時間に、シーダ・ウォークまでお越しください。

ロングステイ・ショートステイについては入所日に諸々のお手続きがございますので、ご家族の同伴をお願いいたします。

※診断書は3ヶ月以内のほぼ同様の項目を調査した書類がございましたら代用可能です。

※過去にシーダ・ウォークのサービスをご利用になったことがある方は、他のサービスを利用される際、診断書の提出が不要な場合もございます。

※ショートステイ・デイケアは在宅サービスにつき、原則ケアマネジャーを通してのお申し込みとなります。

# Kawakita Health Support Network

● 杉並エリア ■ 多摩・稲城エリア

● 河北総合病院



● 河北総合病院 分院



● 河北サテライトクリニック



● 河北健診クリニック



● 事業所内保育事業

かわきたおひさま保育所

● 介護老人保健施設 シーダ・ウォーク



● 河北居宅介護支援事業所南阿佐谷

- あい介護老人保健施設
- あいグループホーム天の川
- あいグループホームどんぐり
- あい看護小規模多機能施設ほたる
- あい小規模多機能施設かりん
- あい小規模多機能施設おきな(サテライト)
- あい小規模多機能施設こもれび
- あいフィットネスサロンさくら

● 提携施設  
医療法人社団 三成会 河北前田病院



● 河北リハビリテーション病院



■ 天本病院



● 河北透析クリニック



● 河北ファミリークリニック南阿佐谷



● 河北訪問看護・リハビリテーション阿佐谷

● 杉並区委託事業 地域包括支援センター(ケア24阿佐谷・ケア24松ノ木)

■ 多摩市委託事業  
多摩市中部地域包括支援センター  
多摩市中部高齢者見守り相談窓口  
桜ヶ丘いきいき元気センター

- あいクリニック
- あいクリニック中沢
- あいクリニック平尾
- あい訪問看護ステーション
- あい訪問看護ステーション中沢(サテライト)
- あい訪問看護ステーションせいせき(サテライト)
- あい訪問看護ステーション平尾
- ケアプランセンターあいクリニック
- ケアプランセンターあいクリニック平尾