

「ご自由にどうぞ」 牧の原

牧の原には本の寄付があります。「蝉しぐれ」はK様。「いと昔の物語」はU様のご家族様より頂きました。皆様にもぜひ読んで頂きたく、テーブルにさりげなく置いてみたところ読まれる方がチラホラ・・・最近では雑誌や脳トレ問題集も仲間入りしました。休憩の時や、物療室でくつろぎながら読まれる方もいますが、「家でゆっくり読みたい」とのお声からヒントを頂き早速貸し出し表を作成しレンタル本を開始しました。①名前②借りた日にち③返却日ととても簡単な表です。自己管理で行って頂いていますが紛失や返却忘れもなく責任を持って取り扱って下さっています。まだ本の数は少ないですが皆様のお役に立てるような本を用意していきますので楽しみにして下さいね！（辻浦）



「花のお便り」 北小金

春になり、気温も上がり過ごしやすい季節です。春は桜やつつじ等綺麗な花が咲く時期で「桜を見ると春になったなあ」と感じる方も多いかと思いますが、いきいき舎でもご利用者が季節の花や花瓶を持ってきてくださり、施設の中でも季節を感じることが出来ます。お花は空間の雰囲気やイメージを変えてくれるインテリアとして眺めているだけで気分をリフレッシュさせてくれる効果があります。皆さまも花を見ると心が和み、笑顔になるかと思えます。北小金のご利用者様も「〇〇とても綺麗ですね」「昔は主人とよく〇〇を見に出かけた」と花が置いてあるだけでご利用者様同士の会話も自然と増えていきます。もし、ご利用者様の中で「家にあるこのお花をデイに飾るときれいなのになあ」とか「私が作ったこの作品を施設に飾ってほしい」と言う方がいらっしゃいましたら気軽に職員に声を掛けてください。（花井）



「常盤平マスコット？」 常盤平

「ひよこちゃんマスコット作り」をご紹介します。直径5センチくらいの毛糸のポンポンに、目とフェルトのくちばし・足を付けたもので「ポンポンメーカー」という器具に毛糸を巻きます。一定の大きさにし、毛糸で結び、輪になっているところを切り、きれいな球形になるよう切りそろえます。「毛糸を巻く」だけの動作でも人それぞれの個性が表れ、端からきっちり・無造作・きつく・ゆるーく巻く方・・・。「丸く切る」ことも几帳面な方、途中で「これぐらいでいいや」とあきらめる方など様々です。利用者さんの意外な一面が見れるところが手芸のおもしろいところです。「難しい！できない！」と言いつつも目とくちばしを付けると一気に「ひよこ」の完成です。たくさん作って並べてみると一つ一つ違う表情がかわいく、作った方も見ていた方もみなさん笑顔になりました。できあがった「ひよこちゃん」はいきいきコンビニに並べました。奥様へのプレゼントにされた方、お孫さんの人数分買われた方、自分用だったけど「カバンにつけてたら孫が持って行ってしまった」方などがいらっしゃいます。自分で作ってもよし、いきいきコンビニのを買われてもよし、常盤平のマスコットを目指して「ひよこちゃん」は少しずつ広まっています。（藤森）



自立支援の取り組み

洗濯たたみ

北小金の事業所では朝から写真のような光景がみられます。前日に洗濯して干したタオルなどを、朝早く到着したご利用者が丁寧にたたんでくださいます。最初は声かけして協力を仰いでいたのですが最近ではすっかり定着しており、ご利用者が自ら洗濯物の山に近づいて洗濯たたみに取り組んでくださいます。車椅子の方などは「そのタオルちょうだい」と催促して下さる方もいるほどです。この「洗濯たたみ」はデイ内でのお手伝いの一環として協力していただいておりますが、実はリハビリ活動としてもとても役に立っているのです。まずたたむ衣類をつまむため物を把持する手の力が必要です。また、衣類の端と端を揃えるのも細かい手の動作が必要であり、物の大きさや向きをしっかり捉えられなければなりません（構成能力）。故にこれらは手や頭の運動に効果的なのです。その後たたんだ衣類は、タンスにしまわれ次の人が気持ちよく使用できますし運動にもなる、一石二鳥です。また、「洗濯たたみ」は座ってできる作業ですし、タオルなどは慣れれば片手でも可能な作業です。普段の生活にも役立つ自分の運動にもなるこの「洗濯たたみ」を是非ご自宅でも実践してみてください。（横山）



「実践講座」 中和倉

いきいき舎には、毎日テーマを変えて行う講座があります。テーマは季節によって内容を変えていますが、数年前より、『実践型』や『体験型』といった話を聴くだけではない講座も用意されています。中和倉ではロングセラーになりつつあるテーマのひとつに『床からの立ち上がり』講座があります。近年椅子やベッドでの生活が主となり、畳や布団で生活されている方は少なくなってきていますが、床に物を落としてしまった時や、お寺に行った時、または転んでしまった時など、床からの立ち上がりが必要な場面が度々訪れます。そんな時、床から立つ事が負担にならないよう、日頃から立ち上がりやすい手順を知っておくことが必要です。講座に参加された方は、1回で手順を覚えてすぐに実践できる方もいますが、やはり回数を重ねて繰り返し行う方が、いざ必要な場面でも怖がらずに落ち着いてできるようです。また、5月からは新たに『グループワーク講座』を始めました。グループワーク講座では、『転倒予防のために』をテーマにご自分の経験談を一人ずつ発表し、改善策を話し合いました。ご自身の体験だけでなく、他者の経験を聞くことで、「こんなこともあるんだな。」や、「こういうところに気をつけよう。」といった意識の改革に繋げることが出来ます。今後もテーマを変えて行っていきます。ご自身に必要な講座をみつけて、是非参加してみてください。（村田）



「動作と生活」 松戸新田

S様はご自宅で柵を引っ張りながら起きているため、柵のないデイサービスのベッドでは介助を要していました。体が固いことからストレッチを行い、寝返りと起き上がり動作を10の動きに分解してそれぞれの動きに必要な運動を行いました。3カ月を経過したところから効果が出始め、現在では介助なしで寝返りと起き上がりができるようになりました。さらに、一連のリハビリを通して体の柔軟性や筋力などが向上したことで、姿勢が良くなり、歩行が安定してご自宅での転倒が減り、車の乗り下りもスムーズになりました。1つの動きができるようになったことで、一見関係ないような動作にも良い影響があり、できることが増え、生活の幅が広がりました。1つの動きができるようになるためには時間も努力も要し大変ですが、楽で安全な生活のために今日も頑張っています。（佐藤）



自立支援ランチ MENU (11:00~12:30)



～常盤平～

～北小金～



～中和倉～



◆昼食（有）・常盤平 ・中和倉 ・北小金
◇昼食（無）・牧の原 ・松戸新田 ※お食事と入浴サービスはございません。予めご了承下さい。

職員紹介

今月は“中和倉”の
“大久保貴子”を紹介いたします。

Q1 出身地は？

A.東京都江東区

Q2 趣味は？

A.読書

Q3 最後の晚餐？

A.トマトクリームパスタ

Q4 最近の喜怒哀楽は？

喜：失った物が出てきた事

怒：娘の期末テストの結果

哀：買い物をしていて何をかうのか忘れてしまった事

楽：娘が家事を手伝ってくれる



お知らせ

新規事業所開設

この度株式会社いきいき舎は北総線「北国分駅」徒歩8分の場所に「中重度者リハビリテーション強化型1日型デイサービス」を6月1日(木)にOPEN!の運びとなりました。

名称・・・リハビリデイホームいきいき舎松戸二十世紀

住所・・・松戸市二十世紀丸山町76-1F

電話・・・047-308-7001 (開設準備室)

6月1日以降は ⇒ 047-382-5120

担当・・・本澤 「受付開始しました！」

内容は・・・

- セラピストによる個別リハビリ
- 最新機器による物理療法
- 運動療法
- 活躍を目指したプログラム
- 看護師による脳卒中予防
- 高度主体的活動

その他です。

更に詳しい内容は“<http://www.ikiikisya.com/>”をご覧ください！

株式会社いきいき舎

ホームページアドレス <http://www.ikiikisya.com/>

〒270-2253 千葉県松戸市日暮1-1-1 八柱第2ビル6階C号室 TEL047-312-9050/FAX047-312-9053

◆通所介護◆

-生活総合リハビリテーション事業所- -介護依存度の高い方への支援サービス- -認知症支援サービス-

◆デイホームいきいき舎常盤平 ☎047-394-5110/FAX047-394-5111

◆デイホームいきいき舎中和倉 ☎047-309-6532/FAX047-309-6533

-生活期療養支援事業所- -中重度者リハビリ強化型-

◆リハビリデイホームいきいき舎北小金 ☎047-712-0321/FAX047-712-0322

◆リハビリデイホームいきいき舎松戸二十世紀 ☎047-382-5120/FAX047-382-5121

-セラピストによる短時間リハビリテーション事業所-

◆リハビリテーションいきいき舎牧の原 ☎047-394-7710/FAX047-394-7711

◆リハビリテーションいきいき舎松戸新田 ☎047-308-7001/FAX047-308-7002

◆デイホームいきいき舎中和倉(内) ☎047-309-6532/FAX047-309-6533

◆居宅介護支援事業◆

◆いきいき舎居宅介護支援事業所 ☎047-312-9051/FAX047-312-9053

◆訪問介護◆

◆いきいき舎訪問介護事業所びびっど ☎047-312-9052/FAX047-312-9054

◆サ高住◆

◆サービス付高齢者向け賃貸住宅イハナハウス ☎&FAX047-387-2030



生活総合リハビリテーション いきいき日誌



平成30年5月
116号

今月の笑顔

松戸新田の笑顔



生活総合リハビリ

日常の一コマ

常盤平では昼食後、調理の方が洗ってくれた食器を有志の方が拭いて下さいます。お茶碗拭きは、3~4名で行い、10分程で終わります。立位でできる方、椅子に座って行う方とさまざまです。この食器拭きには、多くのリハビリ要素が含まれています。

まずはきれいに手を洗い消毒します。濡れた茶碗は滑りやすい為慎重に拭き、拭き終わった茶碗はある程度の高さに重ねていき崩れないように注意します。食器の種類は様々で、同じ種類の食器を重ねていく為、どこに置いていくか判断もしていきます。拭く食器の数は利用者様、職員分もあり多くあります。食器は陶器の為、割らない、落とさないように力加減も気を付けて行います。作業の内容を大まかに記載しましたが、まずは10分程作業を遂行する力、立位・座位バランス、耐久性、注意力、筋出力の配分などリハビリ室で実施するリハビリの応用編となります。先日食器拭きを覗いてみると、片手で器用に食器を拭いているご利用者がいました。ご自身でやりやすい方法を考えながら立位のみまで実施していました。日常生活の中での作業は、リハビリ室だけでは見えない身体機能や能力がみられる良い機会であるということを改めて認識することができた一場面でした。(小口)



「最後まで主体的に生きる」ことを支援いたします。

私たちは、次の理念・基本方針に基づき、デイサービスにおいて最善の介護サービスを実践できるよう努力して参ります。そして皆様に「価値創造型ワクワク感」を共感して頂きます。

I. 運営理念

- 1.ご利用者様の自主性を尊重します。
- 2.デイホームでの生活全てをリハビリとして位置づけます。
- 3.介護・医療依存度の高いご利用者様をはじめ個別ケアを前提とします。

II. 基本方針

- 1.過剰介護をせず、ご利用者様の自主性を尊重し、残存機能の維持・向上・回復のための諸施策を通じてQOLを高め「自立して頂くこと」を目標とします。
- 2.デイホームにおける日常生活全てを社会参加や機能訓練の場であるとの考えに基づき、PT・OT・STによる機能訓練のほか様々なリハビリの仕掛けやアクティビティのプログラムを工夫・提供します。
- 3.ご利用様お一人お一人の身体状況に応じ個別的な処遇を行います。ご自身でできる事はできる限りご自身で行って頂きますが、介護・医療依存度の高い場合等は、ご利用者様の状況に応じた積極的支援を丁寧に行います。