

「作品展」 松戸新田

今冬を皆様はどのようにお過ごしでしょうか。暖冬の為、例年より暖かい日が多いですが、朝晩は冷え込みますので、気温の変化にはご注意ください。

この度松戸新田では、物療室に新たに掲示板を設置いたしました。この掲示板には他の事業所を利用されている方々の様々な作品を、ご利用者様と配置などを考えながら共に掲示しています。作品は事業所内で創作した物だけではなく、ご利用者様の趣味や特技を生かし作成された物も掲示しており、掲示物を見て興味を示されたり、感心されるご利用者様も多くいらっしゃいます。今後も掲示板をご利用者様と共にリハビリや趣味が充実する一助にしていきたいと思っております。(岩永)



「特技を活かす」 中和倉

中和倉では月に数回、ステージにて行う自立支援ショーを開催しております。今回はスタッフと一緒にデュエットを披露して下さった、T様をご紹介します。ご自身の得意な事を披露という事は、楽しみはもちろん、どの曲を歌うか、どの様に演出していくかなど考えたりとご自身にとってプラス要素がたくさんあると思います。また、ステージに立つという事は、ステージに上がる段差を登る事、立位姿勢の維持などリハビリ面でも影響してきます。歌がお好きなT様。色々な歌を知っておられましたので、歌いたい歌を決めてもらい、練習を行っていただきました。中和倉にはカラオケの機器がありますが、今回はカラオケ機に入っていない曲でしたので、カラオケの動画サイトで探しました。時間の関係でデュエット曲以外にも、観客であるご利用者様も歌ってほしいとの事で、合唱曲も歌う事になりました。いよいよ、本番。一緒に出演するスタッフは緊張しておりましたが、T様は堂々とされておりました。ショー自体も無事に成功に終わる事ができました！ですが、ご本人様からは「練習が足りなかったね、もっと練習して次回も出演したいよ」と意欲的な感想が聞けました。次回は5月にやりたいとの事でしたので、歌決めや練習を重ねて、ご満足いただけるよう、サポートさせていただきます。中和倉ステージで披露された方々の募集を行っております！ (桑村)



「目標に向けて」 牧の原

Aさんは怪我をされて入院する前は1人で公共交通機関を利用して通院や仲間と囲碁を指しに行っていました。しかし怪我後は身体面の低下や精神的不安もあって1人で公共交通機関を利用することがなくなってしまいました。もう1度、以前のように1人で出掛けたいという目標を掲げてデイ利用がスタートしました。来所時は目標に合わせて提供したリハビリを熱心に取り組みされており、その甲斐あって身体機能はかなり向上したので再評価して実践リハビリを実行しました。

まずは路線バスで行きました。本人はとても不安そうな様子でしたが専門的な視点からのアドバイスをさせていただき、それを実行されて危なげなく実践リハビリを終えることが出来ました。その後、自信を取り戻し1人でバスを利用して通院することが出来たと喜びの声を頂きました。目標に向けて挑戦することで後のQOL(生活の質)向上につながります。皆様の目標に向けて職員、精一杯サポートさせていただきます。まずはお近くのスタッフに小さなことでもご相談ください。(庄司)



「目的別下肢の動作訓練」 松戸二十世紀

「衣類の着脱衣の足の上り」



「芝生の上を歩くバランス」



「玄関上がり框を上る」



自立支援ランチ MENU (11:00~12:30)

松戸二十世紀



常盤平



牧の原・松戸新田・さくら通り・南流山職員ランチ



中和倉



北小金



総合リハビリ

自立支援とは 常盤平

常盤平では、お昼時、行列ができます。当社短時間デイサービスをご利用の方はなぜ？と思われることでしょう。常盤平(中和倉も)では、みなさんにセルフサービスで配膳下膳をして頂いています。両手でお盆を持って運ぶことは、実はとてもバランス力を必要とされます。片麻痺でお盆を運ぶのが難しい方もカートを使用し、セルフサービスに参加されています。食事を運ぶカートも様々なタイプを用意してあります。背の高さやお身体の状態に応じて使用して頂いています。

狭い場所を周りの方にぶつからないように移動し、バランスを取りながらご自分に合った量のご飯をよそい、おかずをお盆に載せる…等、考えながら身体も動かすという複雑な動きがたくさん組み込まれているのです。またその際の動きの変化をスタッフが気付くことができる利点もあります。

「Aさんいつもより、ふらつきが強いな」「Bさん、ご飯を少ししかよそってないけど食欲が無いのかな？」そのような情報を共有し、体調をより注意深く見ることができたり、リハビリプログラムの見直しに繋がることもあります。「ご自分でできることは、ご自分で行っていただく」当社の運営方針に則りつつ、みなさんが自然と身体が動いている！と感じられる環境づくりをスタッフ一丸となって遂行してまいります。(富田裕)



◆昼食(有)・常盤平・中和倉・北小金・松戸二十世紀
◇昼食(無)・牧の原・松戸新田・さくら通り・南流山

職員紹介

今月は“北小金”の介護職員
“工藤美紀子”を紹介いたします。

- Q1 出身地は？ A: 青森県つがる市
Q2 趣味は？ A: 海を眺める
Q3 最後の晩餐？ A: つきたてのお餅
Q4 最近の喜怒哀楽は？
喜 梅がきれい
怒 津軽味噌が売ってない
哀 桜の木が枯れて切られてる
楽 みんなが笑ってる時



自立支援の取り組み

QOL 維持向上のために

歩行不安定な方への自立支援カート使用
(配膳)



(下膳)



(セルフドリンク)



こんにちは。リハビリセンター南流山の作業療法士菅名です。コロナウイルスが流行していますが、皆様方は体調崩されてはいないでしょうか。武漢ではAI搭載の医療ロボットによる診察が始まっているみたいです。

ITの発展は見覚ましものがありますね。医療の発展に伴い、リハビリも常に進化しています。当社ではその波に乗り遅れないように定期的に勉強会を開催しています。今後も最新のリハビリを提供出来るよう精進して参ります。



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/FAX312-9053

- ◆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 松戸市常盤平 1-4-1 ☎047-394-5110/FAX394-5111
 - ◆デイホームいきいき舎中和倉 松戸市中和倉 172-1 ☎047-309-6532/FAX309-6533
- 生活期療養支援事業所- -中重度者リハビリ強化型-
- ◆リハビリステーションいきいき舎北小金 松戸市小金 341-31F ☎047-712-0321/FAX712-0322
 - ◆リハビリステーションいきいき舎松戸二十世紀 松戸市松戸二十世紀丸山町 76 ☎047-382-5120/FAX382-5121
- セラピストによる短時間リハビリテーション事業所-
- ◆リハビリステーションいきいき舎牧の原 松戸市牧の原 2-5 1-21号棟 103 ☎047-394-7710/FAX394-7711
 - ◆リハビリステーションいきいき舎松戸新田 松戸市松戸新田 392-1 ☎047-308-7001/FAX308-7002
- 脳血管・整形疾患特化型リハビリ施設-
- ◆リハビリセンターいきいき舎さくら通り 松戸市常盤平陣屋前 6-6-101 ☎047-710-0816/FAX710-0817
 - ◆リハビリセンターいきいき舎南流山 流山市南流山 4-7-6-1F ☎04-7168-0573/FAX7168-0574
- ◆自費訪問リハビリテーション◆
- ◆Vital-バイタル- ☎047-312-9052/FAX312-9054

自立支援 生活総合リハビリテーション いきいき日誌 2020年2月号 149号

今月の笑顔

風邪には負けない笑顔



ご案内

外出できる身体

松戸新田ではウォーキングマシン、室内歩行問わず、歩行に励まれている方がいらっしゃいます。I様は歩行の安定を目指し、毎回歩行されています。最近では大分歩行姿勢が安定し、ウォーキングマシンの速度を徐々に増やしています。

歩行は酸素を身体に取り入れながら行う有酸素運動であり、長く続ければ続けるほど、脂肪をエネルギーとして燃焼しやすくなります。脂肪が減少し、代謝がよくなることで血中脂質や血糖値、血圧の状態の改善にも有効です。心肺機能の維持・改善の効果もあります。

歩くことで荷重がかかり、骨に刺激が加わるので、骨の強さが増しやすく、骨粗しょう症予防にも良いといわれています。

歩行時の姿勢としては、

- (1) 正面を向く (2) 猫背にならないように背筋を伸ばす

ことが重要です。歩いている時に鏡等あれば姿勢をチェックしてみてください。これから暖かくなり、外出しやすい季節となります。一足早く春を見つけに歩かれてみてはいかがでしょうか。(前田)



「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.ご利用者様一人一人の身体状況に応じた個別な処遇を行います。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。