

「あなたらしい生活をあきらめない」

「笑う門には福来る」牧の原

皆さん、コロナ禍が続く家で笑うことが少なくなっていますか？今牧の原では声を出して笑う「笑いヨガ」の健康講座が人気となっています。「ワッハッハワッハッハ〜♪」とわざと大きな声で笑うのですが、最初は恥ずかしさから躊躇していた方も最近では「今日は笑う日か？」と楽しみにしてくれるようになりました。声を出して笑う事は免疫力も上がり体もポカポカ温まるので今の時期にピッタリ!!一人で笑う事には抵抗があるけど皆で笑うと自然と大きな声がでますよ。ぜひ機会を作って体験してみてくださいね。(鈴木晴)



「やりたいことをやろう！」中和倉

私は入社して3ヶ月が経ちますが、自席にいるご利用者が少ない事、ご利用者ご自身で何をするか選択している事が多い事に驚いています。最近元気をもらった出来事があります。利用者 A さんはテレビでの運動(椅子に座った状態で自転車のペダルを漕ぐ運動)を見て、「自分でも出来るかも」と思い、当施設で実際にやってみました。右足が思うように動きにくいですが、ペダルに足首をバンドで固定することで運動を行う事が出来たのです。ご自身で自己選択、自己決定し達成感を共有できたことに感動しました。「やってみたい」事はスタッフに相談してください。ご自身のやりたいことが出来るよう、一緒に考えていきましょう。(PT 倉田)



「チャンスは脱いだり着たりする衣装とはちがう」

総合リハビリ

目標に向かって 北小金

1年前に退院し、自宅に戻る事が出来た方のU様のお話です。利用当初は食事量が少なく、嘔吐もあり、歩行も左右にふらつきながら壁伝いで歩くような状態でした。数少ない会話の中で、体調の変化や何に興味があるのかを職員が共有することで「近所のスーパーまで出かけ、今までの生活に戻りたい。」という具体的な目標を掲げる事が出来ました。同居家族様の協力もあり、食事量の増加、マシントレーニングも自ら行うようになり、半年後には近所のスーパーへ買い物もできるようになりました。新たに「北小金駅の方まで歩きたい」という目標を掲げていますので引き続きU様を支援していきます。(湊)



「元気にリハビリ」さくら通り

- ①素敵な笑顔
- ②みんなで脳トレ
- ③転倒予防体操



「転ばず歩くために」常盤平

- ①基礎体力作り(歩行訓練)
- ②バランスUp(転ばない体操)
- ③下肢筋力強化(サイクル)



自立支援ランチ MENU

★今月の感動 SHOT★

<p>松戸二十世紀</p>	<p>常盤平</p>
<p>中和倉</p>	<p>北小金</p>

「杖使わないで50m歩行」
★
「義足を付けて屋外歩行」



◆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

「あなたらしく生きることを後押しします。」

職員紹介

今月は“常盤平”の看護師
“坂本昌子”を紹介いたします。

Q1 出身地は? Q2 趣味は? Q3 最後の晚餐?
A: 山形県 A: フラワーアレンジメント A: カレーライス

Q4 最近の喜怒哀楽は?

喜: オンラインで久しぶりに姉妹と話した事
怒: なし
哀: なし
楽: お花の教室に通う事



自立支援の取り組み

自己選択・自己決定・自己遂行
北小金

① 買いたいものを選ぶ ② 体操に自ら参加する ③ 自主トレを行う



「日常動作」南流山

① 麻痺側の袖を通す ② 健側の袖を通す ③ 整えて完了



株式会社いきいき舎 ホームページアドレス <http://www.ikiikisya.com/>
〒270-0034 千葉県松戸市新松戸 2-9 トレノ新松戸 4F TEL047-711-9637/FAX711-9638

- ◆ 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-
- ◆ リハビリデイホームいきいき舎北小金 松戸市小金 341-31F ☎047-712-0321/FAX712-0322
 - ◆ リハビリデイホーム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 392-2 ☎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 2022年2月号 173号

今月の笑顔

コロナに勝つ笑顔



ご案内

自己管理

今回は自己管理の一環であります「体重管理」について紹介します。いくらリハビリをやっていても良くならない。「何で!?!」と相談を受ける事があります。リハビリだけやってもよくはなりませんよ」と丁寧にお返しします。よくよく聞くと食生活が乱れている方が多いですね。個々に合わせた定期的な体重測定を勧め、個人ファイルに記入し、変化を確認して頂きます。大事なのがご自身でも意識し、日常生活でも意識され、自己管理に繋がる事で「何で!?!」の音が少なくなった気がします。(本澤)



「今日の善行は明日の蓄え」

「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の処遇を行います。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。

「地域やご家庭での活躍を目指して。」