

「大きくなーれ」南流山

今年もゴーヤコンテスト出展に向け準備を開始。過去2回の経験を踏まえ、今回の出展作品をどうするかご利用者と意見交換し今年「ゴーヤとトケイソウのコラボ」に決定!!ご利用者も楽しみにしており連覇に向けて気合が入っています。緑一色では味気ないことからご利用者S様が自宅からナデシコの花を提供して頂きました。当事業所のスタッフ・ご利用者が一丸となって作る作品です。他事業所の皆様、乞うご期待と共に投票の協力、宜しくお願い致します。(門馬)



「華やかな風景のために」松戸新田

今年も松戸新田のご利用者がご自宅で育てているお花を持ってきてくださいました。春から初夏にかけては特に、良い気候の為、色鮮やかな植物がたくさんありますね。ご自宅にて植物のお世話をされる際にも、水の入ったジョウロや肥料等、重いものを持つことや高いところへ腕を伸ばすような作業も少なくないと思います。その際に腰をはじめ、体を痛めたりしないように、腕だけでなく体幹や下半身の力をつけることや正しい姿勢での動作が重要です。ご要望の際はお近くの職員までお気軽にご相談下さい。(松戸新田軍団)



「豊かさとは霧のようなもの」

総合リハビリ

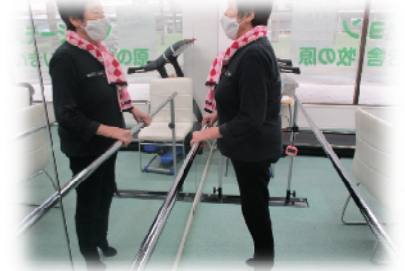
趣味的自立支援

I様は心臓が弱いこともあり、長い時間の運動が行えません。その為休憩する時間が長くなり、何をしたらよいか困ってしまうことがありました。ある日、他ご利用者の将棋対局をじっと見ていることがありました。ご利用者から「将棋をやってみたいか」と誘われたのがきっかけで、将棋に没頭するようになりました。そこから午前中は運動、午後は将棋を行うという目的が明確になり、メリハリのある生活ができるようになってきました。きっかけはご利用者からの一言でしたが、集中できる趣味活動を探してみるのはいかがでしょうか。(北小金軍団)



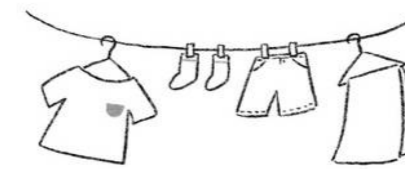
「姿勢の大切さ」牧の原

皆さんは、日常生活で背中が丸くなり「猫背」になっていませんか?猫背は腹筋や背筋など筋肉をあまり使わず楽な姿勢と思われがちですが、首や脊柱(背骨)などの神経が集まっている場所に負担がかかる姿勢とも言えます。理由として日常生活での姿勢の崩れ・筋力低下などが挙げられます。猫背は様々な症状を引き起こし、放置すると徐々に悪くなっていき症状も改善されません。今から出来る事として①正しい姿勢を意識する②定期的な運動・ストレッチ③長時間同じ姿勢をとらないなど猫背にならないように意識してみましょう。(牧の原軍団)



「洗濯物干し」中和倉

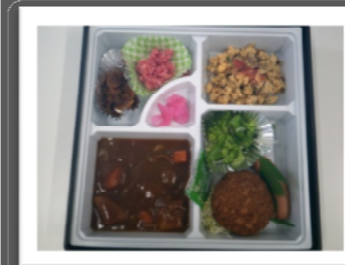
自宅では、夫婦で生活しているため、家事活動をほとんどN様が行っています。デイではリハビリはもちろんの事、お盆洗いや洗濯干し等自宅での家事活動に繋がるお手伝いを率先して行って下さいます。たくさん歩けるようになり、体力がついてご家族も喜んでいらっしゃるおっしゃっていました。今日も「毎日動くことが大事」と洗濯物を干して下さっています。(中和倉軍団)



自立支援ランチ MENU

★ 今月の感動 SHOT ★

松戸二十世紀



中和倉

常盤平



北小金



「日々頑張った成果が」



「形になりました!」



牧の原

「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“中和倉”の看護師  
“中村優子”を紹介いたします。

Q1 出身地は？ Q2 趣味は？ Q3 最後の晩餐？

A: 埼玉県 A: たまに行くヨガ

Q4 最近の喜怒哀楽は？

喜: いきいき舎で勤務できること

怒: コロナ禍(まだ続きます)

哀: 12年使った炊飯器が故障

楽: 主人の実家でのんびり

A: グラタン



## 自立支援の取り組み

### 1つの道具、色々な目的

#### 松戸二十世紀

①細やかな指先の運動 ②体を起こして手を伸ばす ③重りをつけて筋力強化



#### 「個々の目標」北小金

①復職の体力をつける ②家事が継続できる ③髭剃りが自分でできる



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 303 ☎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5月号 176号

### 今月の笑顔

### さくら通りの笑顔



### 自立支援

### 夢の実現

「いずれはまた働きたい」そう話されるのはH様。その夢に向かい、まずは施設内で簡単な仕事(社会復帰に向けた模擬体験=サポーター活動)をお願いしています。今回は敷地内での草取りの仕事。脳梗塞を経験され麻痺等はないものの、バランス面に課題があるH様。バランス力向上に加え、仕事をすすめるための体力の向上を中心にリハビリに参加されています。今回の仕事では、足場の悪い地面にも関わらず中腰姿勢で20~30分程度バランスを崩すことなく作業ができておりました。これからもデイサービスでのサポーター活動等を通し、H様の夢の実現に向けたご支援をして参りたいと思います。(坏)



「早く行きたければ、一人で行け。遠くまで行きたければ、皆で行け。」

「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. ご利用お一人お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。」