

「あなたらしい生活をあきらめない」

「実施する大切さ」常盤平

入梅となり、天気と同様気持ちもうつつとする今日この頃。今までできていたことも億劫になっていらっしゃる方も多いのではないかと思います。そんな時にこそ、いきいき舎で今まで参加したことがない講座や、やったことないリハビリに挑戦してみたいかがでしょうか？思いがけない物事と出会うかもしれません！自分でも思ってもいなかった物事と出会い、毎日がワクワクすることこそ、動く機会を増やす良薬になると思います。『まずやってみる』を職員と一緒に気軽にチャレンジしてみませんか？（長島）

「チャレンジ」



「自己選択・自己決定・自己遂行」松戸二十世紀

当社では15年前から、沢山ある活動の中から「自己選択・自己決定・自己遂行」して1日を過ごして頂けるよう、スケジュールボードを活用してきました。

二十世紀では、今「活動ファイル」を使用して1日のプログラムを組み立てる方が増えています。内容は各自個別で、目的・目標などに合わせた約20項目になります。自立した方しかできないと思われるかもしれませんが、決してそんな事はありません。

要介護1～要介護5の方まで実際に実施しています。一部職員が説明介入するだけで、「選択と決定」を自ら考え、ご自身で充実した1日づくり、満足度向上にも繋がっています。（本澤）



「蛇の長さはその死後に測ることができる」

総合リハビリ

リハビリは筋トレだけじゃありません

リハビリと聞くと筋力トレーニングやストレッチ、脳トレなどを思い浮かべる人も多いのではないのでしょうか。しかし、日常生活で行っていることを「生活リハビリ」という事も知ってほしいのです。例えばデイサービスに行く日は、朝起きてご飯を準備して食べ、服を着替え、トイレや荷物の準備などをして外に出掛けるとします。その行動の中には歩く、物を掴む・運ぶ、身体を曲げる・伸ばす、時間までに出かけられるようにスケジュールを組むといった無意識の運動や脳トレができています。運動だけにとらわれず、生活すべてがリハビリだと思って日常を見直してみましよう。（牧の原軍団）



「外出の継続化」中和倉

①サイクルで心肺機能向上 ②歩行マシンで体づくり ③屋外で実践



「腰痛予防」さくら通り

先日、人生初めてのぎっくり腰を体験しました。身体に力が入らず、立っても座っても横になっても痛い。歩く時はもちろん小鹿状態です。さくら通りでも腰痛でお悩みの方が多数いらっしゃいます。不良姿勢、筋力低下、柔軟性の低下など原因は様々です。腰痛になってからの改善も可能ですが、出来ることなら痛い思いはしたくないですね。腰痛は、突如訪れます。大切なのは予防。腰痛予防体操で腰痛を撃退しましょう。

（さくら通り軍団）



自立支援ランチ MENU

今月の感動 SHOT



「自ら下書きを提案し、実行！」



「今までは簡単作業」



◆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“北小金”の
“阿部倫美”を紹介いたします。

Q1 出身地は? Q2 趣味は? Q3 最後の晩餐?
A: 長崎県 A: カラオケ A: 蒙古タンメンの北極

Q4 最近の喜怒哀楽は?
喜: 子どもの成長
怒: 夏のジメジメした暑さ
哀: 太ったこと
楽: 美味しいものを食べる時



自立支援の取り組み

洗濯に関わる動作

松戸新田

①高い所に手を伸ばす ②細かい紐をつまんで結ぶ ③布を広げる



「楽しみながら」南流山

①談話しながら制作物 ②植物の植え替え ③タブレットでゲーム(囲碁)



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・整形外科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6月号
177号

今月の笑顔



活動後の笑顔

ご案内

いきいきだより

当社デイサービス事業所では毎月、1日と15日に「いきいき便り」を発行しています。いきいき舎の社名のように、皆様がいきいきと過ごされている様子を沢山写真に収めています。また、写真に一言を添えて、被写体になっていただいた方へお渡ししています。自宅で、ご家族や担当のケアマネに見せているそうです。時には、曜日変更等で、会えなくなった方を写真で見つけ元気な様子を見て喜んでいらっしゃる方もいらっしゃいます。職員は、いつでも写真が取れるよう、カメラを近くに置いて、シャッターチャンスをおねらっています。今後も、いきいきと過ごされる場面が増え、シャッターチャンスが多くなるような関わりを多く持っていきたいと思っております。(鈴木)



「山羊をいくら洗ったとしても、山羊のにおいはそのまま」

「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。」