

「あなたらしい生活をあきらめない」

「日常」常盤平

毎日の暮らしの中で、どのようにお茶の時間を楽しんでいますか？
常盤平では、①急須でお茶を淹れる、②ティーパックを使ってお茶を淹れる、③ポットの麦茶を淹れる、この3つの方法があります。デイにくると、「職員にお茶を淹れてもらいたい」と思う方もいらっしゃると思います。…が、しかし、この何気ない行為を当たり前に行うことこそ、日々のリハビリになるのです！写真のSさん、ご自宅では奥様がお茶を淹れてくださいますが、ここでは手際よくご自身で淹れております。億劫に感じる日もあるとは思いますが、是非セルフサービスをご活用ください。（須田）



「立上り動作」さくら通り

M様は両腕、両足に麻痺があり、身体が固くなりやすい特徴があります。デイサービスと整骨院で週3回のストレッチ、リラクゼーションに加えて、屋外歩行などの自主トレーニングを行うことで身体機能を維持しています。

デイサービスご利用時は平行棒内で低床からの立ち上がりを60回行い、毎度時間を計測し、記録をしています。これが一つの体調管理のバロメーターになっているようです。継続することは大変なことですが、ご利用以来ずっと続けており、「今年は猛暑でなかなか屋外歩行に行くことは出来なかったけど、立ち上がり訓練を続けていたおかげで歩行を維持出来ている」と満面の笑みでおっしゃっていました。何気なく行っている立ち上がり動作ですが、その立ち上がり動作には素晴らしい効果があります。皆様も今のリハビリメニューに是非立ち上がり訓練を加えてみてください。（菅名）



「草のターバンをわたしの頭に載せないで」

総合リハビリ

♥ 牧の原 LOVE ♥

体調を崩され長期入院していたO様、ケアマネージャーやご家族から牧の原に戻ることを目標に病院でのリハビリを頑張っていると聞き、スタッフ一同心待ちにしておりました。退院後、自宅でも安全に入浴ができるようにと家屋調査の依頼があり評価した所、ゆっくりお風呂に入れるようになったと報告がありました。また、O様との談話の中で「僕は牧の原ファンなんだよ」「自分の事をわかってくれて、安心して牧の原に来られる」と嬉しい言葉を頂くことが出来ました。（鈴木葉）



「自分の足で歩き続ける」さくら通り

①関節可動域訓練 ②ストレッチ ③杖歩行訓練



「調理で脳を刺激しよう！」南流山

歩行安定に必要な要素は、体幹の筋力、バランス等があげられますがもう一つ大事なことがあります。それは、「目線を上げる」です。南流山の最大の特徴である個別20分（マンツーマン）で「目」のトレーニング取り入れて行っています。顔を上げ視野を広げ、目で見て物との距離を認識する（空間全体を把握）ことで、より運動の安定性が増します。では、目線が下がるとどうなるのか、

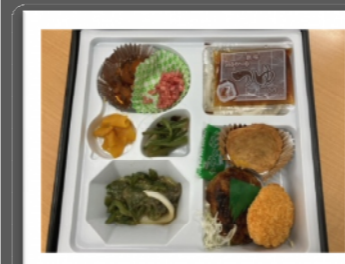
- ・不良姿勢になり円背（猫背）・・・腰痛、呼吸障害等
- ・歩幅が小さくなり小刻み歩行・・・躓きが多くなり転倒リスクが高くなるなど、様々な問題が出てきます。該当する方は今日から「歩く際には床を見ずに周りを見渡すことを意識してみてください！」（涌井）



自立支援ランチ MENU

今月の感動 SHOT

松戸二十世紀

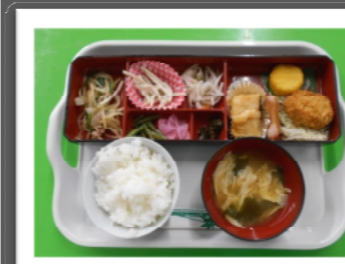


中和倉

常盤平



北小金



■北小金■

①意識して両手を使うことで、



②素敵な作品に仕上がります。



◆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“松戸新田”の看護師
“村岡真弓”を紹介いたします。

- Q1 出身地は？ Q2 趣味は？ Q3 最後の晩餐？
A：沖縄 A：マリンスポーツ A：焼肉
Q4 最近の喜怒哀楽は？
喜：子の成長
怒：食品値上がり
哀：地元のお友達になかなか会えない
楽：電車通勤



自立支援の取り組み

「出来る事は」さくら通り

- ①バイタルサインの記入 ②自主的にリハビリ器具の準備 ③介助なしで靴の着脱



「生活につながるリハビリ」牧の原



- ①洗濯物たたみ ②爪切り ③洗濯ばさみ

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

生活総合リハビリテーション

いきいき日誌

2022年9月号 180号

今月の笑顔

秋の笑顔



ご案内

オンラインから新たな生活へ

就職活動のため一時的に利用を中断したI様。デイを休むことで社会的交流の減少を懸念し、「オンライン」を活用して職員とつながり続けた感想をI様に伺いました。週一回のオンラインを通じて「就職に向けて色々アドバイスしてもらって助かった。顔なじみの利用者や職員と話せて気分転換にもなった。ふさぎこんでいたけど前向きになれたよ」とオンラインでの会話が精神的な支えになったようです。息抜きや気分転換になり、前向きな就職活動の一助となったようです。努力の甲斐もあり就職が決まって、自らが稼いだお金でデイの利用を再開し、いきいきと充実した毎日を過ごされています！（松戸二十世紀 佐藤）



「あなたの怒りがどれほど熱くても、ヤマイモは調理できない」

「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。」