

# 「あなたらしい生活をおくらめない」

## 「じっとしている時間を減らすために」 常盤平

運動が大事とわかっていても、天候や気分等、億劫になってしまう方も多いのではないのでしょうか？常盤平では、「気づいたら動いていた」「一度やってみると次もやってみたくなった」と思うような運動以外の身体を動かす取り組みがあります。Hさんは、腰の痛みがあり動くことが億劫になっていましたが、浴室やリハビリ室への移動、お手伝い活動や花壇の水やりで場所の移動をしたり、飲みたい時に飲み物がある場所へ行ったりと気づけばたくさん動いていて、1日休む間もなく自ら動くようになりました。今は新たな目標に向けて、日々リハビリに励んでいらっしゃいます。いきいき舎で過ごすこと自体がリハビリであると感じた瞬間でした。

(N)



## 「手助けが日常に」 常盤平

### ■ 備品の修繕



### ■ 洗濯物たたみ



### ■ 調理活動のサポート



# 「時間は最良の説教者である」

## 総合リハビリ

## 「スタイルの追求」 さくら通り

作業療法は、「人は作業を通して健康や幸福になる」という基本理念があります。作業とは、活動、趣味、遊びなどが含まれます。上本郷では、この遊びを上手に活用されている方がいらっしゃいます。S様はやりたいことはあるけど今の身体では心配かなと一歩踏み出すのを躊躇されていました。そこで手軽に挑戦出来る風船のリフティングを提案しました。最初は否定的であったS様ですが、思いのほか難しく、負けず嫌い精神に火が点いたようです。疲れる、疲れると言いながらも続けていらっしゃいます。同じ目的でも作業は様々な方法があります。健康や幸福になるためには辛いリハビリを頑張らなければいけないと思われている方は一度自分のスタイルを追求してみてくださいはいかがでしょうか。(S)



## 「運動は嘘をつかない」 松戸新田

骨粗鬆症の持病をお持ちで、過去に左大腿骨転子部骨折された事もあるA様。見学時は杖をつき、足を引きずって歩いていました。「足を鍛え近所のスーパーに買い物に行きたい」という思いで下肢筋力向上を中心としたリハビリを行い、特にスクワットは精力的に取り組んでいます。そんなA様、先日受診後に骨密度の検査結果を嬉しそうに見せて下さいました。見ると数値が「正常」となり同年代の方の1.3倍の骨密度という数値でした。ドクターからびっくりされ、褒められたとの事。また、筋力アップもドクターが認めてくれたと笑顔で報告して下さいました。いくつになっても筋力・骨密度アップできる事を実証して下さいました。(S)



## 「弱点の克服へ！」

### 杖無し歩行にチャレンジ中



## 南流山

### 拳上とバランスの訓練



### バランスの極み(織細)



## 自立支援ランチ MENU

## 今月の感動 SHOT

### 松戸二十世紀



### 常盤平



### 中和倉



### 北小金



## ■松戸新田■ 「雑草取り」



## 「取り終えた充実の笑顔」



# 「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“松戸二十世紀”の“F.Y.”を紹介いたします。

Q1 出身地は？ Q2 趣味は？ Q3 最後の晩餐？

A:東京都 A:読書

Q4 最近の喜怒哀楽は？

喜:皆様方とお話しすること  
怒:お米が高いこと  
哀:ドラマが最終回を迎える時  
楽:エアロビ、ヨガ



## 自立支援の取り組み

### 「自主的に作る社会参加の場」 牧の原

#### 共同制作から深まる交流



#### 助け合いの精神



#### 趣味的活動



### 「成せばなる」の精神 上本郷

N様は、脳血管疾患の後遺症のため杖と車椅子で生活されています。ある時、「ステッパーは無理かな～」との発言。支えるのでやってみましょう！とチャレンジしたものの、麻痺の残る足では上手くいきません。怖さもあり諦めてしまいそうになりましたが、スタッフ一丸となり実施する方法を見つけられました。すると俄然やる気が出たN様。初回は5回が限界でしたが回を重ねていくとなんと45回までできる様に。「上本郷」は脳血管疾患等に特化したリハビリ施設です。リハビリや運動方法も「できない 無理」で諦めません。是非皆さんの「やってみたい」もご相談下さい。(M)



# 自立支援 生活総合リハビリテーション いきいき日誌 2025年6月号 213号

## 今月の笑顔

### 「梅雨に負けない笑顔」 北小金



## ご案内

### 「好きな写真を展示」 中和倉

H様の生きがいは、一眼レフカメラで、イベントごとや花などの背景、生き物の写真を撮る事です。いくつかの写真で賞を取ったこともありました。そんなH様に、自身の作品を持参して頂き、季節にあった写真を選択し、リハビリ室の壁に掛ける事を提案したところ、快く引き受けて下さいました。次の日には、写真を持ってきて下さり「この写真は松戸の神輿の写真で～」と楽しそうに説明して下さいました。

「他にも持ってくるね」と笑顔で話されるのが印象的でした。今後は、他事業所へ写真の提供も考えています。今後も活躍できる場を提供できるよう、精一杯支援させていただきます！！(K)



## 「空き腹に堅いパンはなくソースもいらない」

### 「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的な処遇を行います。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。

「地域やご家庭での活躍を目指して。」

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3-4-1 新松戸センタービル 302 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上本郷 松戸市南花島3-45-8 I-101 ☎047-711-6871/FAX711-6872
  - ◆リハビリセンターいきいき舎南流山 流山市南流山4-7-21 ☎04-7168-0573/FAX7168-0574
- ◆自費訪問リハビリテーション◆
- ◆Vital-バイタル- ☎047-711-9692/FAX394-5111