

~その人らしく生きるために~ Humanife



社会医療法人 関愛会 在宅リハビリテーション通信 2018年

介護フェスタ2017(坂ノ市公園)

【冬号 vol.8】



坂ノ市リハビリテーションセンターもみの木



地域との繋がりを大切に♪

坂ノ市幼稚園との交流

職員の娘や孫を招待してくれました!



こうざきデイケア・リハビリテーションセンターもみの木



坂ノ市リハビリテーションセンターもみの木

こうざき駅前薬局(上棟式)



こうざきデイケア・リハビリテーションセンターもみの木

ご家族様と外出を目指して訪問リハビリ!



こうざきクリニック訪問リハビリ

たくさんの方々に支えられ、地域との交流が行えています！



坂ノ市幼稚園との交流



クリスマスにハーモニカ演奏会♪



一尺屋地域婦人会



大分市少年少女合唱団

ボランティアイベント募集中！

各事業所へお問い合わせください。

こうざきもみの木
097-576-1212(高橋)

坂ノ市もみの木
097-578-6835(佐藤)

馬場子供神楽(こうざき)



水軍太鼓(一尺屋)



こうざきもみの木は、お陰様で10周年を迎えることが出来ました!!
今後も、更なる進化を目指し皆様のお手伝いが出来ればと思います。

退院後のご利用から半年で、車椅子移動から杖歩行に改善!!

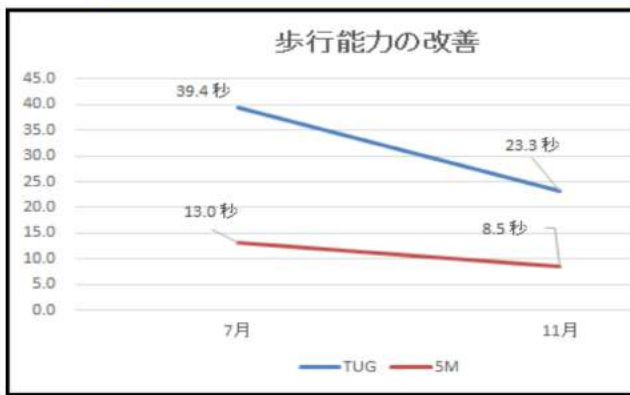
昨年の7月より、もみの木のご利用を開始したK様。ご利用当初は、下肢の支持性が低下しており、車椅子を使用し、もみの木のホール内を移動していました。車への乗降動作も出来ない為、もみの木の送迎は、車椅子を使用して行っていました。8ヶ月程病院に入院していた為、体力や筋力が共に落ちていたK様。平行棒内の起立練習を主に行う事で下肢の支持性や耐久性の改善を図りました。徐々に身体機能の改善が見られ、歩行車歩行も可能となりました。その後の介入により、11月には4点杖と口フストランド杖歩行となりました。K様は、ご利用当初よりリハマネを算定されていた事もあり、毎月のリハ会議で、ご家族様やご本人様と一緒に、訪問リハ、ケアマネ、福祉用具業者が参加する事で、情報の共有と連携を図ることも出来ています。

その結果、歩行状態の改善に伴い、「娘様と一緒にわさだタウンに行って、買い物や食事がしたい」と一歩進んだ発言が聞かれました。そのため、娘様が運転される軽自動車への乗降動作が出来るように、昇降台を用いた昇降動作練習を行う事で、下肢の支持性強化を図りました。12月には、ご主人手作りの踏み台を設置する事と車のドアを開けて動かない様に固定するなどの環境設定を行う事で、車への乗降が可能となった為、訪問リハビリスタッフと連携を図り、娘様の車やご友人の車へ昇降動作が出来るかの動作練習や確認も出来ています。その後、娘様と一緒にわさだタウンへ買い物と食事に行く事が出来、生き生きチャレンジの目標を達成できました!!次は、「ご家族様との旅行ができる」を目標に挙げ、さらなるステップへの挑戦を行っています。



歩行器歩行から口フストランド杖と4点杖を使用した歩行へと歩行状態の改善が見られました!

昇降台を用いた昇降動作練習風景です。はじめは、平行棒によりかかって行なっていましたが、安定して行える様になりました。



大幅な歩行スピードの改善!



訪問リハビリの中で、昇降動作の確認の様子



リハビリテーション会議の様子

新人紹介



配属:平成29年12月
氏名:藤澤夏恵
職種:作業療法士

出身は大志生木、神崎中学校を卒業しました。こう見えても三児の母です。

以前は病院に務めており、デイケアでの勤務は初めてになります。自分の住み慣れた地域で仕事出来ることに嬉しく思います。
"心が動けば身体も動く"という作業療法の考えを大切にしながら、毎日笑顔で頑張っています。宜しくお願い致します。



配属:平成30年1月
氏名:板井一弘
職種:理学療法士

趣味はスポーツ全般、体を動かすことです。主にバスケットボールをしています。見た目の体型で格闘技系と間違えられることがよくあります(プロレスはしていません!)。関愛会では4年目ですが、地域の方達との交流を深め、慣れ親しんだ地域で皆様「その人らしく」生活するサポートが出来る様、努めていきます。皆様の出来る様になった事を一緒に喜び、皆様の明るい笑顔が見られるよう頑張っていきます。



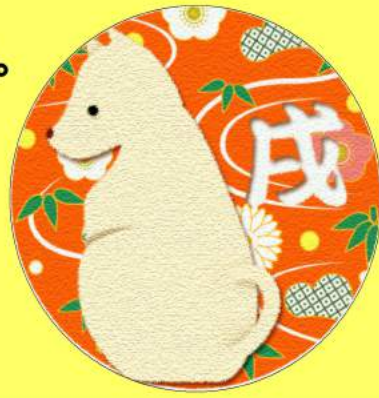
配属:平成29年10月
氏名:椎原崇
職種:健康運動実践指導者

こうざきもみの木では、ファミリーリハビリ(専門的な運動器具を使った運動)での運動指導を行っています。皆様に楽な動作で効果的で効率の良い運動の方法を覚えていただき、皆様が元気で生き生きとした生活を続けられるよう、お手伝いができればと思います。運動などで分からないことがあれば、気軽に声をかけて下さい。宜しくお願いします。

編集後記

大分県下ではインフルエンザが猛威を振るう一時期は全国3位の感染率と言われていました。職員やその家族、ご利用者様にも感染が広がっています。「手洗いうがい、マスクの着用」で、完璧に感染を防ぐことは出来ませんが、普段の生活動作の一部として地域の皆様でこれ以上感染を拡げないよう、「手洗いうがい、マスクの着用」に取り組んでいきましょう。

2018年になり早くも1ヶ月が過ぎました。例年以上の寒い日が続きますが、皆様風邪などひかれていませんか。本年も地域の方々に住み慣れた地域で、安心して生活を送れるように出来る限りの支援をさせていただきます。



発効日:2018年2月1日

編集・発行:こうざきクリニック

訪問リハビリテーション事業所

広報担当:川上・大野

電話番号:097-576-1212

FAX 番号:097-576-1808

E-mail:kouzakihoumon@yahoo.co.jp

1日1本 コーヒーを飲みに!

3年前から施設に入所し生活されているAさん。他の入所者の方や施設スタッフだけでなく、いろいろな方に自分から話しかけるほど、おしゃべりが好きな方です。デイサービスに行かれていましたが、腰痛が悪化し行けなくなりました。4階にあるご自分の部屋から1階のロビーまで杖をついて歩いて行き、ソファに座ってコーヒーを飲みながらおしゃべりすることが日課でしたが、腰痛のため全くしなくなりました。一日中、部屋で過ごし、食事は施設2階の食堂まで行かず、部屋まで3度の食事運んでもらうようになりました。「以前のように活動して生活してほしい」というご家族の希望もあり、平成29年11月から週2回、訪問リハビリをしています。



訪問リハビリを開始する上での目標を『施設の1階ロビーまで行き、自動販売機でコーヒーを買って飲む』としました。訪問リハビリを開始して2週間後には、ロビーまで歩行器を使い歩いて行けるようになりました。3週間後には自動販売機に自分でお金を入れてコーヒーを買えるようになりました。2ヶ月半経過した今年の1月上旬からは、誰かに誘われるのではなく、ご自分で歩行器を使ってロビーまで行き、コーヒーを購入しソファに座って1本飲んで、またお部屋まで一人で戻ることをして下さるようになりました。

入居施設という限られた中ではありますが、今回はA様がもともとされていた活動のひとつが出来ようになることを目標とし、ふたたび毎日の習慣として定着してきました。訪問すると必ず「腰が痛い。動かせんわ」と言いながらも、「あんたが来たけん歩こうか」といつも頑張ってくださいA様。今後の目標として『(まずは1日1食から)施設の食堂で食事をする』『週に2回、施設に来る出張コンビニに定期的に行く』とし、A様の活動範囲がさらに広がるよう、今後も訪問リハビリでかかわらせていただきます。

エレベータ操作もばっちり!



歩行器歩行も調子良く!



お金の投入も出来ます!



ホットコーヒーが一番!



職員紹介



1月より訪問リハビリに所属となった作業療法士の「後藤志保」です。12月まではこうざきもみの木で勤務していました。訪問リハビリでは、ご利用者様1人1人の地域や「ご自宅での生活により密着した関わりを持っていければと思っています。また、作業療法士として入浴などの日常生活動作練習や調理・洗濯・掃除などの家事動作練習等を積極的に行っていきたいと思っています。初心を忘れずに頑張ります。よろしくお願ひします。

編集後記

今年は戌年です。12ある干支のなかで人数が一番少ない干支だそうですね。週1回、訪問リハビリを利用されているB様は今年で96歳。8回目の年女です!!96歳にはとても見えないB様。週1回の訪問リハビリ、週2回のこうざきもみの木で頑張っておりまして下さっています。B様の様に元気で穏やかに過ごし長生きしたい私ですが、ほど遠い私の生活ぶり...(;。;)。食べ過ぎ、運動不足に本気で気を付けねばと誓う年始です。

(編集担当 川上)

～日曜大工クラブ初仕事～（昔のお仕事を活かして）

今回、A氏より「昔は大工をしょった」と会話をきっかけに、日曜大工クラブを発足致しました。ご本人様も嬉しそうに「いいで、なんでも作っちゃん」と張り切られていました。

「職員用の靴箱が足りない」とのこと、初仕事は靴箱改修の依頼を受けました。靴箱のスペースは変えることが出来ない為、実際に現場に行き、寸法を測定して四分割する事に決定しました。

材料は坂ノ市地域の木材屋さんの協力を得ることが出来、廃材を再利用する事で、コストも0円に抑えることが出来ました。まず作業として、木の板にスケールを使用してマーカを付けて行く作業を行いました。A氏は「ペンより昔ながらの鉛筆の方が書き慣れてる」との事で鉛筆にて作業をして頂きました。

次に、屋外にて板の切断をノコギリを使用して行って頂きました。A氏より「ノコギリは引くときに力を入れると切れるんで」と教えて頂きました。切るのも職員が切るよりも早く、上手に垂直に板を切ることが出来ていました。

板が薄い事もあり、板を二重にネジで打った方が強度が出るとアドバイスもして頂きました。

インパクトドライバーも上手に使用されていました。最終作業である木工ボンドで隙間を綺麗に埋めることもしっかりと出来ました。職員が使用している写真を見せると「また、何でも作っちゃんで」と嬉しそうに話されていました。

普段は脳トレや集団体操等には参加されないA氏ですが、A氏の昔の仕事を活かすことが出来る日曜大工クラブで主体的な活動を創作できました。今後も、釣り道具入れや花壇の標札等、作成予定です。

まだまだ、坂ノ市もみの木には色んな特技や専門性に優れたご利用者様が眠っています。ご利用者様の在能力を少しでも多く発揮出来るようにご支援していきたいと思ひます。



寸法測定開始



切断作業



インパクト打ち作業



木工ボンドにて仕上げ作業



完成

毎年恒例!!『もみの木新春ジャンボ宝くじ』当選発表!!

今年も、年始のイベントである『もみの木新春ジャンボ宝くじ』の当選発表を行いました。普段運動等をして貯めたモーミー（施設内通貨）を使い、皆様に夢を買って頂きました。今回の1等の賞金は10万モーミー!!そして『外出プログラムで行きたいところに行ける』という副賞付きでした。見事に1等を当てたO様。「まさか、自分が当たるなんて信じられない、想像もしてなかったから嬉しい」と言われていました。また、行きたい場所については、「仲の良いご利

用者様と一緒に考えたい」と言われていました。1等を当てたことで、周りのご利用者様との会話も増え、どこに行くか皆様に検討されています。



職員紹介コーナー



- ①小さい頃の夢は？
A：ケーキ屋さん
- ②好きな食べ物は？
A：パスタ、ぜんざい
- ③好きなスポーツは？
A：野球、箱根駅伝
- ④一番大切にしている事は？
A：家族
- ⑤仕事への意気込み
A：自分に出来ることをきちんとこなしたい!!
- ⑥今後の目標
A：現状維持

趣味活動を活かしての取り組み紹介

坂ノ市もみの木をご利用して頂いているご利用者様の中には、それぞれお住いの地域でご活躍されているご利用者様も多数いらっしゃいます。また、それを支えていくことや参加を促していくことも通所リハビリの役割の1つです。

それならばと、「ご自身の記事を書いてみませんか？」との依頼に、地域活動の紹介文を作成して頂きました（右の記事）。

ご利用者様が主体の活動を日々模索しています。

地域活動にもよく参加されているS.H様。90歳代の年齢でも携帯やパソコンを使いこなし、坂ノ市もみの木のブログをご覧になっていただき、掲載記事についての内容を話しかけて頂いています。



おおざい老人大学の紹介

おおざい老人クラブ連合会では今から約50年以上も前、当時の所属会員に呼び掛け何時までもボケないで、老後を楽しく有意義に過ごすよう、生涯学習を勧め、多数の学生の応募があり大学を立ち上げ開学したと聞いております。

テーマ、演題等については事前に老人大学運営委員会(公民館長、各単位クラブ会長にて構成)において協議しながら決められますが、学生達は次回はどんな講師が、どんなテーマで講演してくれるかをみんな楽しみにしております。

講演会とは別に大学の年中行事として5月は入学式、6月は社会見学(日帰りバス旅行)、10月は老人運動会、12月は忘年会、3月は修了式が行われます。

生涯学習のため卒業式はありません。学生が亡くなった場合、その日付で卒業となります。(S.H.)

編集後記

新年明けましておめでとうございます。坂ノ市もみの木では、4月からの施設の増設に向けて拡張工事を行っています。

私としては、もみの木に入職して2年が経ちました。ご利用者様と接していく中で、色々と経験をさせて頂いています。最近、もみの木の畑が拡張工事に伴い無くなった為、土をプランターで持ち帰り、家庭菜園を開始しました。大根等を植え、ご利用者様に間引きの時期等を聞きながら、作業を行いました。私自身初めての取り組みでしたがご利用者様に相談をしながら取り組めた為、迷うことなく取り組むことができ、小さいながら6本の大根を収穫することが出来ました。

今後も人生の先輩であるご利用者様と接していく中で成長していきたいと思ひます。

西田 知弘

4月から坂ノ市病院3階にオープン！

メディカルフィットネス

平成30年4月オープン！！



健康運動指導士が
はじめての方にもやさしく
丁寧に指導致します。



メディカルフィットネス とは・・・

医療部門(メディカル)と運動部門(フィットネス)が連携して運動療法を提供するシステムです。
メディカルフィットネスとは、医療機関と連携して生活習慣病の予防・改善、健康維持・増進を目的とした運動プログラムをご提供します。特に、筋力の低下による運動器の疾患を予防するために、お客様それぞれの体質・体力・症状に合わせて最適な運動プログラムをご提案してまいります。医療サポートにより、安心して効果的に運動することができる施設です。

こんな方におススメ・・・

- ・健康増進を図りたい方
 - ・介護保険サービスに加え更に専門的な運動を行いたい方。
 - ・ダイエットしたい方
 - ・腰・膝痛にお困りの方
 - ・筋力アップしたい方
 - ・生活習慣病にお困りの方
- ※アスリートから高齢者(介護保険を使用している方)まで誰でもご利用いただけます。

～料金プラン～

1回利用券：700円
10回利用券：6500円
20回利用券：12000円

※回数券はご家族様、友人、カッフル
誰とでもシェア可能です

◇営業日◇

月・水・金 曜日

◇営業時間◇

14：00～19：00まで

◇連絡先◇

住所：大分市坂ノ市中央1丁目269番
社会医療法人 関愛会坂ノ市病院3階

TEL：097-578-6835

(担当)健康運動指導士：釘宮 明



4月無料体験
実施致します



★4月に無料体験実施予定★

お問い合わせは、坂ノ市もみの木釘宮まで。

もみの木 オフィシャルブログ「もみの木の木の下で」

☆facebookページもあります☆

★もみの木や訪問リハビリでの出来事を情報発信中！

アドレス：http://livedoor.jp/mominoki_reha/



QRコード

こうざきデイケア
リハビリテーションセンター
もみの木 facebook

リハビリ もみの木

検索