

~その人らしく生きるために~ Humanlife



社会医療法人 関愛会 在宅リハビリテーション通信 2019年

【春号 vol.14】

令和元年5月発行



リハビリテーションの先にある外出プログラム！



<http://sekiaikai.jp/>



坂ノ市メディカルフィットネスジムABIES



@佐野植物公園



「坂ノ市もみの木&こうざきもみの木 合同ポッチャ大会」初開催！

リハビリテーションスポーツ！

@坂ノ市公民館

リハビリテーションスポーツへの取り組み！

坂ノ市公民館 (2019.4.20)



リハビリテーションスポーツ

先日、行われた『第38回全国デイ・ケア研究大会2018inつくば』に参加してきました。その中で学んだリハビリテーションスポーツについて紹介したいと思います。

リハビリテーションスポーツとは、疾病または障がいのある人々が、その種類や程度にかかわらず、スポーツが持つ特性と力を利用して、心身機能や運動能力の向上と体力の増進を図りつつ、自己実現と社会参加を最終目標とする。自己実現と社会参加を最終目標として、医療、教育、介護、社会活動などで行われるスポーツのすべてを指します。

具体的な活動は、5つあります。

1. 食事の中でスポーツ
2. 介護の中でスポーツ
3. 地域活動としてのスポーツ
4. 専門的な立場でのスポーツ
5. インクルーシブ社会創造の観点でのスポーツ

茨城県の方では、通所リハビリ通所介護で積極的にこのリハビリテーションスポーツに取り組まれている施設、早速、もみの木で『活き生き教室』(体育の授業で、ポッチャや地盤を踏む用具を使ったゲーム)を取り入れてみる予定です。その他、現時点でも、クラフトやニール・ネール、英日のワールドカップ企画においては、サッカーのボール遊びなども取り組んでいます。

リハビリテーションスポーツは、実践スポーツができる環境の構築を促していき、一部のエアロバイクや福祉スポーツだけが限られた範囲でスポーツが行われるだけでなく、誰もが参加できるような、いわば誰もが楽しめる、いつでも参加できるような、障壁の少ない地域社会を目指しています。また、障がいのある方にも参加できるように、スポーツを通して、スポーツの場での公園等を活用し、一緒に出来るようなイベント的な楽しさを、通所リハビリの中に取り入れる予定です。地域づくりの視野に入れて取り組んでいきたいです。

2018年7月に行われた『第38回全国デイ・ケア研究大会2018inつくば』において学んだ、リハビリテーションスポーツ！リハビリテーションスポーツとは、『疾病または障がいのある人々が、その種類や程度に関わらず、スポーツが持つ特性と力を利用して、心身機能や運動能力の向上と体力の増進を図りつつ、自己実現と社会参加を最終目標にする』とありました。

その目標に向けて、坂ノ市もみの木、こうざきもみの木では、「ポッチャ」に着目し、各々で合同ポッチャ大会に向けて練習を重ねてきました。互いに競い合う事で負けないという競争心やチームでの仲間意識が湧き、それぞれが意欲的になり、いつも以上に活気ある表情が見られました。職員の中には、実際の「ポッチャ」の練習を見てみたいと、別府にある“太陽の家”まで足を伸ばし、“リオパラリンピックの銀メダリスト”木谷隆行さんに会いに行く熱の入れようでした！



このように、ご利用者様のみならず、職員までもがワクワクしながら取り組めるリハビリテーションスポーツ！今後も定期的に地域で開催していきたいと考えています。今回は、もみの木の2事業所で開催致しましたが、先々は他の事業所や地域の方々と合同開催などを視野に入れ、活動していければと思います。

目指せ！パラリンピック！！



ご利用者様の「夢」から「実現化」への取り組み

今年も、3月25日～3月30日にかけて佐野植物公園にて毎年恒例のお花見外出プログラムを実施しました。

多くのご利用者様が参加された中で、お花見外出時に「生き生きチャレンジ」を見事に達成されたご利用者様がいましたので、今回ご紹介させていただきます。

【S様 女性】

（きっかけ）

今年の1月に全国誌月刊デイでの企画にて、「あなたのやりたい事コンテスト募集」を見られて、「またステップやスキップが出来るようになって以前のようにフォークダンスを踊ってみたい」との発言を担当の介護スタッフが聞き、ご本人様及び担当セラピストと相談の上、「生き生きチャレンジ」として本格的に目標設定し、実施日を花見外出の日と決めました。

（取り組み過程）

2月より、坂ノ市もみの木ご利用時には必ず担当セラピストと共にフォークダンスに必要なステップ、スキップ動作の練習及び音楽に合わせてフォークダンスのレッスンを開始しました。

初めは足の上下運動や身体を回転させる動作に苦戦され、途中ダンスが中断する様子が見られていました。

しかし、ご本人様の強い熱意と努力の結果、3月の中旬頃には約2分間のダンスを踊りきるまでに向上されました。又、日頃から仲の良いご利用者様が協力して一緒に踊られるようになりました。

（本番当日）

当日は、天候に恵まれ桜の花も満開の中、担当の介護スタッフと共にフォークダンスに挑まれました。心なしか緊張されている様子でしたが、練習を共にされたご利用者様や、ご家族様も一緒に列になり、最後まで笑顔で踊りきる事が出来ました。

ご本人様からは、「夢やと思っていた事が、本当に叶うとは思わなかった」と嬉し涙がこぼれていました。



桜の木の下でフォークダンスを実施。



困難だった、ターンも出来ています。



目標達成され、表彰されました。

～もみの木表彰式～

平成30年度坂ノ市もみの木表彰式を3月最終週に行いました。29年3月から30年2月までの期間を対象として4部門の表彰式を行いました。

・精勤賞(8名)・皆勤賞(10名)・パワーリハビリ賞(1位～3位までを表彰)・生き生きチャレンジ賞(10名)のご利用者様が受賞されました。

表彰式を行う事で、ご利用者様の日頃頑張っている姿を他のご利用者様にお知らせする事により、周りのご利用者様から「私も目標を掲げて頑張っ

てみよう!」、「来年度は一日も休まんで来たい」等の意欲的な発言を聞くことができ、ご利用者様全体に良い相乗効果が得ることができ、来年の表彰式に向けて、ご利用者様のモチベーションアップに繋がったのではないのでしょうか。



職員紹介コーナー



介護福祉士
宮崎 史嘉
(みやざき しあき)

（氏名）宮崎史嘉
（職種）介護福祉士

- ①小さい頃の夢は？
A：ホテルマン
- ②好きな食べ物は？
A：からあげ
- ③好きなスポーツは？
A：水泳
- 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：基本を大切に
- ⑥今後の目標
A：「その方の人生にどうよりそっていく」が目標

編集後記

新年度が始まり、お陰様で坂ノ市もみの木も4月で5周年を迎えることができました。私自身も坂ノ市もみの木に新卒で入社し早2年目となり、多くのご利用者様と関わらせて頂き勉強させて頂く事が出来ました。

今後も坂ノ市もみの木の職員として、更に多くの経験と自己研鑽を積み重ね、ご利用者様の信用と信頼を得られるように頑張っていきたいと思っておりますので、どうぞ宜しくお願い致します。

（三浦）

平成30年度表彰式 【要支援保ったで賞】 平成31年3月現在



11年6ヶ月間！



11年6ヶ月間！



11年3ヶ月間！



10年1ヶ月間！

10年以上要支援の状態を維持でき表彰された5名の方をご紹介します！
 もみの木に来所されない日もご自宅での自主練習の実施や地域のサロンへの出席、畑仕事等を含め、10年経った今でも、利用開始時と変わらない姿で生き生きとした生活を送られています。



10年4ヶ月間！

生き生きチャレンジ達成者紹介！



浴室を歩く練習☆



目標達成！！



6年ぶりに一泊温泉旅行に行きました！

「友達と一泊温泉旅行に行く」と昨年9月に目標を立てたA様。脳梗塞発症前は、ご友人と温泉旅行に行く事が楽しみだった方です。しかし、脳梗塞発症後は、歩行に不安があり外出に自信を無くしてしまっていました。もみの木を利用し始めてから、6年になりますが、これまでも「ご自宅近くのセブンイレブンまで歩いて行く事が出来る。」「お墓参りに行く事が出来る。」等の数々の目標を達成してきました。一つ一つの目標を達成出来た事が自信となり、今回の目標を挙げる事が出来ました。浴室の移動に不安を感じていましたので、もみの木では、濡れた浴室を裸足で歩く等、温泉を想定した同じ環境下での練習を行いました。その他にも、様々な環境下で移動が安全に出来る様に取り組んだ事で不安が安心に変わりました。今回はご友人と都合が合いませんでしたが、ご家族様やご親戚を誘い別府の温泉旅館に一泊旅行に行く事が出来ました！温泉では、ご親戚の方の協力、見守りもあり湯船に浸かる事も出来た様で目標達成となりました。その後の利用時には「温泉に浸かる事が出来た、料理が美味しかった。」と笑顔での報告があり、集合写真を見せてくださいました！次の目標に向かい猪突猛進中です(*。~*)

※編集後記※

2019年度最初の「もみの木便り」をお届けします。今年度、広報誌を担当します阿南と大倉です。もみの木の魅力をこの「もみの木便り」を通して、お伝え出来れば幸いです。広報係一同、力を合わせて頑張っています。1年間どうぞよろしく お願い致します。



新緑の美しい季節となりました。今年の春はあっという間に過ぎて、1カ月くらい季節が前倒したような気温ですね。体調を崩していませんか？平成から令和へ、元号が変わりました。令和元年も訪問リハビリを利用される皆様がこれからも自宅や施設でその方らしく生活を送るための支えとなれるよう努めていきます。



発効日:2019年5月1日

編集・発行:こうざきクリニック・坂ノ市病院
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

～訪問STのかかわり「食べれました!」～

こんにちは！現在、言語聴覚士が訪問リハビリをしているご利用者様の紹介をさせていただきます。施設に入所されているA様。約1年前から食欲が落ち、御家族様やケアマネージャー、施設職員とも話すことが少なくなってきたとのことで介入させていただくことになりました。現在は胃瘻からのお食事が中心で、デイサービスのご利用時に、ご家族様が買ってきたプリンやヨーグルトのみを食べる状況でした。今回、食べることをきっかけにご家族様やデイサービスの中で話すことへの意欲や生活を楽しむことが出来ないかということを目標に介入しています。4月に御家族様やケアマネージャー、入所施設、デイサービス職員の協力のもと、デイサービスのご利用時、プリンやヨーグルト以外のミキサー食のおやつを提供していただきました。初回は「抹茶ケーキ」でした。初めに一口食べると満面の笑みを浮かべ、5分かからずに完食されました。その後、言葉では上手く伝えられなかったのですが、食べる楽しさを思い出されたようでした。今後もご本人様の食べる意欲や話す(伝える)ことへの意欲に繋がれるように、介入していけたらと思います。

抹茶ケーキを食べる様子



デイサービスの看護師と連携

食べた後、残っていないか確認



食後の笑顔



聴診や酸素の値などを測り、様子を見ながら食べていきます。飲み込みが悪い方では誤嚥してしまい窒息などのリスクが高くなるため、専門家がついてリスク管理をしながら食べていくことも重要です。

食後にとても良い笑顔が見られました。食べるのが楽しみとなり、食べることや話すことへの意欲につながりました。

久しぶりに書がかくことができました！

昔は書や俳画など様々なことをされていたB様。手が動きにくく、痛みなどもあったため、しばらく細かい作業は出来ていませんでした。訪問リハビリで関わらせていただく中で手の痛みはなくなり、だいぶ手の動きが良くなったと喜ばれ、また書を書いてみたいと言われていました。この度、年号が令和に変わるということをきっかけに書かれ、まだ練習段階で恥ずかしいとのことですが、今回、掲載させていただきました。また、清書されるのが楽しみです。



★ 新入職員紹介 ★

“火の国”熊本からやってきました。たれ目でメガネが特徴の富永です。総合病院で5年間勤めましたが、今回縁あって入職となりました。単身大分に来たため右も左もわからず、今は地図と話すことの方が多いです(ー)しかし、スタッフや利用者の皆様にご指導いただきながら、その人らしく地域で過ごすことを支えたいと思っています。気軽に声をかけてもらえるとうれしいです(〇)よろしくお願いします。



趣味: キャンプ

編集後記

先日訪問リハビリにうかがうと、食卓テーブルを仲良く3人で囲んでおられました。お一人は訪問リハビリをご利用されている、昭和元年生まれの92歳A様。お二人目はA様のご主人で同じく92歳のY様。三人目はY様の実姉で、近所に住む94歳のC様です。C様は歩行器を押して、ひとりで遊びに来ていました。三人で仲良く、A様・Y様の娘さんが用意してくださった夏みかんを食べていました。しっかり食べて、お話をする様子は微笑ましく、90歳を過ぎててもそのように集えることに感動しました。三人とも何らかの介護保険サービスを利用され、在宅生活中です。ご家族様の手助けが必要な部分はありますが、出来ることは自分ですべてされています。C様が帰られる時、お互いの体を気遣い「気をつけよえ!」と声を掛け合っていました。90歳を過ぎてても楽しんでいる3人を見て、こちらが元気をいただきました。訪問リハビリならではの嬉しい出来事です。

『障がい福祉分野』との関わりに向けて



地域包括ケアを見据えたリハビリテーション体制

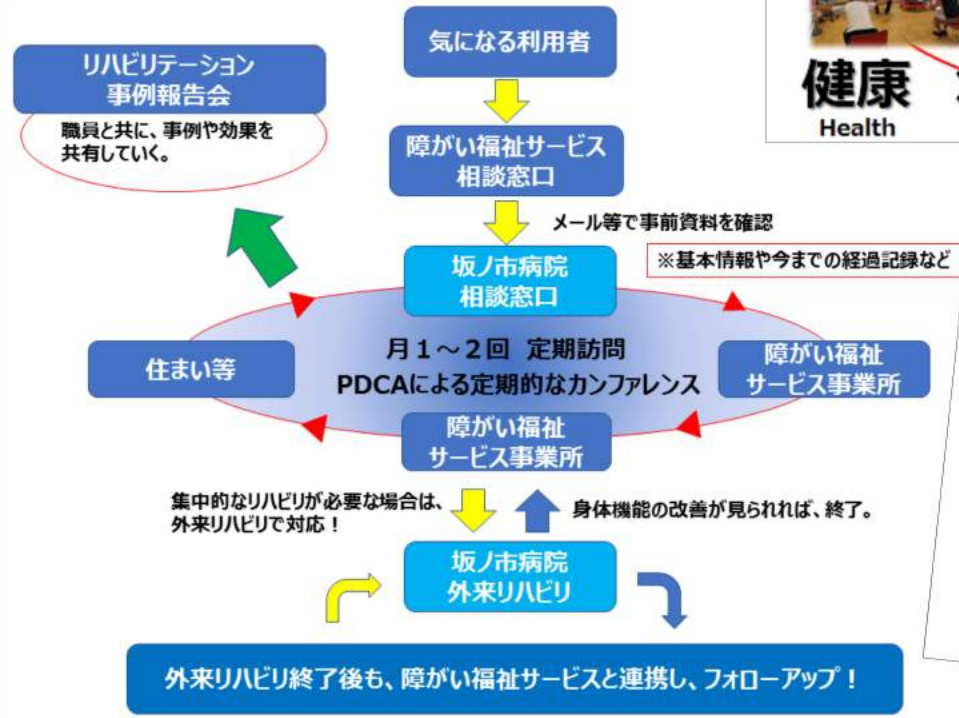
地域包括ケア病棟 小児リハビリ 通所リハビリ×訪問リハビリ
 外来リハビリ 訪問リハビリ

障がい福祉

メディカルフィットネス 介護予防教室

健康 × 医療 × 介護
 Health Medical Care

Maminoki x Houson Park Rehabilitation Care Team
<http://sekiaikai.jp>



社会医療法人関東会の法人理念のひとつでもある「地域包括ケアの推進」。地域包括ケアを推進していく中で、『障がい福祉分野』との地域連携も重要となってきます。障がい児（者）を含め、包括的にリハビリテーションが提供できるように、坂ノ市病院では取り組みを開始しています。

他県の調査によると、障がい福祉サービスにおけるリハビリ専門職の雇用状況は**2割程度**と少ない状況にありました。雇用していない障がい福祉サービスの事業所の中で、地域のリハビリ専門職と連携をしている障がい福祉サービスは**5割以上**とあり、正規雇用は難しい状況ですが、**助言する形で契約を結び、定期的に介入している**状況が多いようです。

実際の介入事例は、「装具や福祉機器など環境面の調整」や「身体状況の悪化や活動量の低下に対するアドバイス」など、その介入は多岐に渡ります。坂ノ市病院には、リハビリ専門職として、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士が配置されています。その状況によって、適合したリハビリ専門職を派遣することも可能となっています。

お困りの際は、坂ノ市病院（川野）までご連絡下さい。097-578-6835（坂ノ市もみの木内）

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/



リハビリ もみの木 検索