

~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

【夏号 vol.15】

令和元年8月発行



<http://sekiikai.jp/>

特別外出プログラム『大分駅ビル』



青空生き生き教室



坂ノ市病院×坂ノ市もみの木×こうざきもみの木



地域の公園を活用させてもらっています！

坂ノ市病院横にある「駅通ふれあい公園」にて、今年も坂ノ市もみの木が主体となり、「青空生き生き教室」を開催致しました。坂ノ市病院に入院されている患者様や、偶然、幸崎駅から坂ノ市駅までJRに乗る練習を兼ねて外出をしていたこうざきもみの木のご利用者様も合流しました。様々な方々が公園に集まり、簡単な体操や日頃のリハビリの練習の成果を披露していただきました。

青空生き生き教室



坂ノ市病院×坂ノ市もみの木×こうざきもみの木

青空生き生き教室



坂ノ市病院×坂ノ市もみの木×こうざきもみの木



医療機関の横にある「駅通ふれあい公園」を、リハビリの練習の場として活用させていただいています。公園の周囲を歩くウォーキングやグランドを使用して秋の運動会やグランドゴルフ、ミニバレー、ポッチャなどを実施しています。

今後は、大分市や地域の方々のご理解を頂きながら、公園内に農園や花壇を設置できないかと現在、提案しているところです。農園活動は、元気な高齢者の活動の場のみならず、認知症などの介護を要する高齢者の生きがいや介護予防の場としてのニーズが高まっています。

例えば、収穫できた野菜を、調理プログラムに使用したり、また「こども食堂」に届けることなどを視野に入れることで、人の役に立ち、高齢者の生きがい作りになればと考えています。また車椅子の方々など、障がいの程度に関わらず、昔を思い出して、楽しんで土いじりをしてもらえるような環境作りを考えています。

地域のこどもから大人・高齢者が、障がいのある・なしに関わらず、様々な人々が寄り添う公園作りが行なえたらと思います。

地域のこどもから大人・高齢者が、障がいのある、なしに関わらず、様々な人々が寄り添う公園作り



固定式

高設栽培の環境

坂ノ市もみの木コンサート ～地域やボランティアとの連携～

6月22日(土)と7月20日(土)の2日間にかけて、大分市内で活動されています、お琴演奏グループとハーモニカ演奏グループの方々をお招きして「坂ノ市もみの木コンサート」を開催しました。開催の主旨として、「地域で生き生きと趣味活動されている方々と連携して、活動発表の場所を提供させて頂くと共に、もみの木のご利用者様にも趣味活動の素晴らしさや大切さを伝えて頂きたい」との思いで今回実現する事が出来ました。又、今回の演奏者の中には、身体機能が改善



されたためもみの木を卒業をされた方や、もみの木の職員も演奏に参加したことで、見ているご利用者様も、より親近感を持たれ大きな拍手と笑顔で応援される様子が見られました。

お琴の演奏前には個別の取り組みとして、以前に着物の着付け経験があるご利用者様により着付け講習会も実施して頂いています。各演奏を鑑賞されたご利用者様からは「初めて琴の音色を聞いた」「実際の琴に触れて感動した」「ハーモニカの音色を聞いて子供の頃の思い出がよみがえってきた」等の声が聞かれました。今後もご利用者様の「初めて」や「感動」を引き出せるようなイベントを積極的に開催していきたいと考えています。



家族で行った思い出の場所へもう一度！

今回の外出プログラムは、坂ノ市もみの木内で毎年、年末年始に掛けて企画している、「もみの木新春ジャンボ宝くじ」の1等副賞として、当選ご利用者様の「もう一度行きたい場所に外出プログラムで行ける権利」の実現として企画し実施しました。

今回当選されたA様は、以前から「過去に家族で行った臼杵石仏へもう一度行きたい」と話をされていました。その際は歩行車を使用して行かれていたとの事です。外出時は歩行車を使用する事が多い為、もみの木では足の躓き等なく臼杵石仏まで安全に移動出来るように重りを付けての足の筋力トレーニングや杖歩行の練習を行っていました。

7月17日(水)、臼杵石仏へ外出してきました。A様は歩行車やT字杖を使用して蓮畑の周囲を觀賞されながら笑顔で歩かれました。そ

の後、休憩を挟んで臼杵石仏までの傾斜道路約50mをセラピスト見守りの中、断念する事無く最後まで歩かれました。

A様より「坂がきつかったけど、最後まで歩いて良かった」「綺麗な蓮がもう一度見られて本当に良かった」との感想が聞かれました。



外出の様子

職員紹介コーナー



- ①小さい頃の夢は？
A：スポーツ選手
- ②好きな食べ物は？
A：シャインマスカット、牛乳寒天
- ③好きなスポーツは？
A：ソフトボール、走る競技
- ④一番大切にしている事は？
A：1日1回3人の子どもを誉めるように心がけています
- ⑤仕事への意気込み
A：目標となる先輩目指して頑張ります
- ⑥今後の目標
A：1人1人に合った声かけが出来るよう努力します。

編集後記

今年は梅雨入りが遅く大雨の日もありました。7月の終わりに梅雨明けの発表があり例年より1週間程遅れた発表でした。梅雨の時期は少し涼しい日もありましたが、8月は夏の暑い時期となります。最近猛暑になることが多く、熱中症に注意が必要となります。その為、外出や運動をした際は水分補給をごまめにとり、熱中症にならずに暑い夏を乗り切れるように頑張ってくださいませ。三浦



人生活き生き道場
月刊デイ投稿編

(o)/ リハビリ以外にも
こんな取り組みをしています!!

全国紙『月刊デイ』本では、さまざまなコンクールが開催されており、もみの木では毎月の企画に合わせて投稿を行なっています。ご利用者様が、リハビリの合間をぬって描いた塗り絵や俳句・習字など数々の作品が本誌で表彰されてきました。

賞を取る事で、生活への意欲が湧き、身体機能まで向上したご利用者様もいらっしゃいます。最近の受賞した作品の一部をご紹介します!



ぬり絵コンクール
【色彩賞】
受賞



私の人生を表す一文字
コンテスト【銅賞】受賞



私の思い出の歌コンテスト
【青春の思い出で賞】
受賞



懐かしい旅行写真コンテスト
【銅賞】受賞

特別外出プログラム 電車で大分駅へ

手すりを使って慎重に!



歩行車も自分で乗せます!

令和元年度1回目の特別外出プログラムは、JRで大分駅ビルに行きました! 大分駅に行くのは、今回で4回目となります。特別外出プログラムに備えてこの1年間、公共機関プログラムでは電車やバスの乗り降りを練習してきました。週末という事もあり、電車内や大分駅ビルにはたくさんの人が居ましたが、電車に乗ると座る席は全くありませんでしたが、すぐに多くの方が席を譲って下さり、全員座ることが出来、感謝の気持ちでいっぱいになりました。
昼食は、JR九州ホテルブラスサム大分の「庭の食卓・四季」様に、ご協力を頂きました。脊髄損傷により両上肢に麻痺のあるW様は、自助具の箸ぞう君を使用して、あら煮をきれいに完食されており、器用な箸操作に職員は驚くばかりでした! 昼食後はアミュプラザ大分やにわかき市場で買い物を楽しみました。H様(男性)は「財布を買いたい!」と商品を見てまわり、お気に入りの商品を購入することができ大喜びでした! 駅の階段昇降が不安だったA様は、毎回公共機関プログラムに参加し、練習を積み重ねてきた結果、幸崎駅の階段を1段1段踏みしめながら、昇降する事が出来、最終的には自信に繋がった外出となりました。帰りには「足が棒になった」と疲れた様子の方もいましたが、最後の力を振り絞り、幸崎駅からもみの木までしっかりと歩いて帰ることが出来、疲れよりも大分駅まで行って帰ってきたという達成感の方が強かったようです!(o)! これからも、自ら動きだしたくなる様な活動に変化が生じる外出プログラムの提案をしていきます!



大分駅に到着 (o)/

箸操作も完璧です!



荷物は自分で持ちます!

☆新人紹介☆

入船祥太(いりふね しょうた)介護福祉士

はじめまして! 6月よりこうざきもみの木に勤務させて頂いております。皆さんのお役に立てるよう努力させて頂きます。趣味は魚釣りやドライブです! 休みの日や仕事終わりはいつも海にいます!!

☆編集後記☆

7月下旬に発生した台風5号では、九州北部を中心に記録的な大雨となりました。自然災害から身を守る為に、災害時の連絡や避難方法をご家族様や身近な方とあらかじめ共有しておきましょう。

ヒマワリが咲き誇る季節を迎えました。暑さが厳しさを増していますが、皆様お変わりなくお過ごしでしょうか。さて、近年豪雨や台風など自然災害の発生も多く、今年の夏はどうか平穏に過ごせることを祈る日々です。熱中症や冷房病、夏風邪などで体調を崩されませんよう皆様ご自愛ください。



発効日:2019年8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

施設への訪問リハビリ : 富永準斗

訪問リハビリはご利用者様の自宅だけでなく、施設で暮らす方にも訪問しています。施設で暮らしていて、通所リハビリなど通いのサービスが利用出来ない方などに訪問し、残っている力で出来ることや楽しみとなることを探していきます。どうしても本人の役割も少なくなってしまうがちですが、注意深く診ていくと何が出来て何が出来ないかがみえてきます。介護度が高く生活全般に介護が必要な方も、完璧ではありませんが少しだけでも自分で出来ることがあります。

例えば、右手しか動かさず寝たきりの利用者様でも、介助で車椅子に乗ってもらい、テーブルや道具を準備すれば、少しの間ですがご飯を食べることや鏡を見ながら髪をとかすことも出来ます。

右手で食べる練習



鏡を見ながら髪をとかす風景



寝たきりの利用者様はベッドにいる時間が長く、自分では動けないと思っている方もいらっしゃいます。しかし、一つだけでも出来るポイントを見つけられれば、部分的でもご自分で動くことができ、ご利用者様の自信につながります。

今後もしもご利用者様の隠された力を見つけ、生き生きとした生活が送れるようご支援していきます。

日々の屋外歩行で好きだった野菜の栽培を発見!



左手で上手に髪をときます



手の運動がてら日記をつけます



施設内でも風船パレーが出来ます



お薬を飲むの忘れてる!



訪問リハビリを利用中のA様。最近、薬の飲み忘れの多さを主治医から指摘されました。週3回訪問させていただくので、薬を飲んでいるかの確認をしています。飲み忘れたことに気付いた時、「今から薬を飲んで良いのかな?」と悩みますよね。

～薬を飲みわすれたことに気付いたら、どうすれば良いでしょうか?～

調べてみると以下のようなガイドがありました。

- 次の服用までに時間があるときは、気付いた時に飲みましょう。
 - 次の服用時間が近かったり、その時間がもう来ていたら、飲みわすれた1回分は飲まないでください。絶対に2回分を同時に飲んではいけません。
 - 1日3回服用の場合は次の服用まで4時間以上、1日2回服用の場合は5時間以上、あけて飲みましょう。(全日本民医連ホームページより)
- ※薬にもよると思いますのであくまでも参考として下さい。主治医に相談することが一番です。**



医療型特定短期入所きらりん開設!

大工クラブ 呼吸器台贈呈式



呼吸器を置く台を作ってプレゼント致しました!

医療型特定短期入所
きらりん

坂ノ市リハビリテーションセンターもみの木

医療型特定短期入所
きらりん

和気あいあいとしたご利用者様からの贈呈式



坂ノ市リハビリテーションセンターもみの木

医療型特定短期入所
きらりん

【もみの木からきらりんへ☆手作りプレゼント♪】

坂ノ市病院の新規事業である『医療型特定短期入所きらりん』
重度の障害があり、医療的ケアを必要とする障がい児（者）を、日中お預かりするサービスです。

7月16日の開設に向けて、坂ノ市もみの木の大工クラブのご利用者様方にご協力をいただき、子供たちが使う呼吸器を置く台を作製しました!
希望される高さなどから図面を起こし、材料を集めることから始めました。期間が短かったため、もみの木の職員やきらりんの職員も手伝いながら、可愛らしい呼吸器台が完成しました。子供たちが安心できる空間を作るため、ホホワイトカラーに花や緑を添えて出来上がりです。

贈呈式では、坂ノ市もみの木の大工クラブのご利用者様から、きらりんの職員の方々へお渡し致しました。これからもたくさんの子供たちの笑顔が見られる空間となるよう、もみの木共々応援しています(^_^)/



医療型特定短期入所
きらりん

坂ノ市リハビリテーションセンターもみの木



板を切るところから始めました!

坂ノ市リハビリテーションセンターもみの木



みんなで力を合わせて作っていきました!

坂ノ市リハビリテーションセンターもみの木

医療型特定短期入所
きらりん



坂ノ市リハビリテーションセンターもみの木

医療型特定短期入所
きらりん

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



リハビリ もみの木

検索