

～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 2020年

【夏号 vol.19】

令和2年8月発行



坂ノ市メディカルフィットネスジムABIESと医師との連携



坂ノ市病院外来リハビリと障がい福祉サービスとの連携



地域社会への活動と参加支援



生活に沿った個別リハビリでの支援



地域の公園での園芸活動

2020年4月にジャガイモを植えました！



大在政所地区サロン (202.7.15)

地域包括支援センターとの連携

坂ノ市 リハビリテーションセンターもみの木

地域理学療法(認定理学療法士) 誕生!

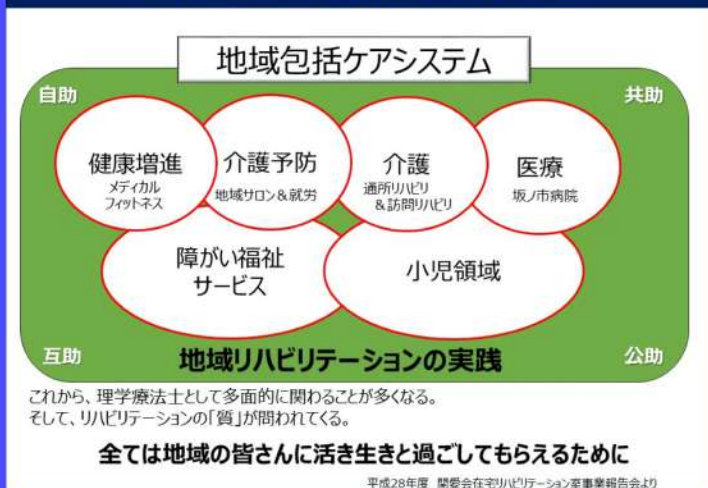
地域理学療法とは?

「地域理学療法学とは、動作や活動への多面的な働きかけにより人々が地域でのくらしを主体的に作りあげられるよう探究する学問」と定義されています。

日本地域理学療法学会では、地域理学療法学の実践領域を「個人-集団」という軸と「直接-間接」という軸を直行させた4つの領域に整理しています

地域理学療法学では、個別理学療法に加え、「互助」・「自助」へ繋がるまでのフォローアップ、仕掛けの効果検証などを推進しています。(日本地域理学療法学会より引用)

関愛会 地域包括ケアの推進

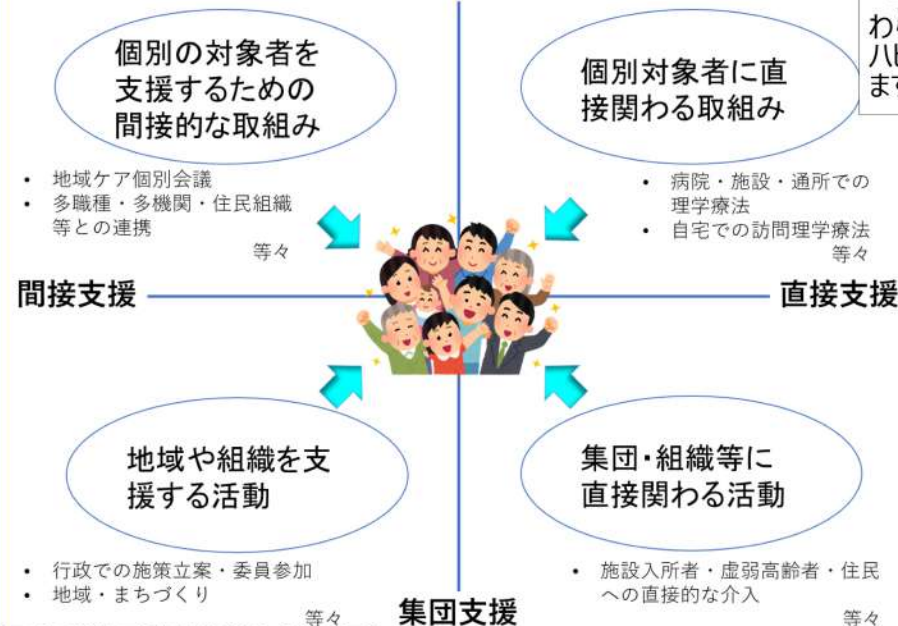


認定理学療法士 (地域理学療法) 3名誕生!

地域でのリハビリテーションについて研修を重ね、資格を取得する事ができました。資格を取得するに当たり学んできたことを地域の方々に還元できることが大切だと考えています。

子供から大人、高齢者まで障がいの有無に関わらず、多面的に支援できるような地域作りをリハビリテーションの視点から実践していきたいと思えます。お気軽にお声掛け下さい。

個別支援



(日本地域理学療法学会より引用)



通所リハビリでの個別直接支援



地域の餅つきに参加 (集団間接支援)



地域のイベントで運動指導 (集団直接支援)



地域のサロンでの運動指導 (集団直接支援)

もみの木農園の成果 2020年 夏～種植えから収穫まで～

大分市からお借りしている駅通ふれあい公園内にあるもみの木農園で初収穫です。

4月に何を植えたらいいか悩んでいたところ、あるご利用者様がご自宅で作っているじゃがいもの種イモを頂けるとのことで、植えることになりました。

そのご利用者様は、認知機能の低下や転倒に対する不安が強い為、元々されていた畑作業は畑はあるものの行えていませんでした。そこで、今回の畑作業の提案をすると、快く受け入れて頂きました。動作は安定しており、「職員のみんながおるから安心する。」と転倒に対する不安も少なくなり、声掛けをしなくても肥やしや草取り等を行うことができました。また、率先して園芸に必要な藁をご自宅から持って来てくれました。また、他にも御年96歳のご利用者様などが参加して、皆で肥料のタイミングや畝、芽かき等を行いました。そんな色々な気持ちのこもった収穫は、サイズは小さかったものの立派なじゃがいもができました。販売の際は大盛況で「買いたい」と言われるご利用者様が沢山いた為、すぐに完売する事となりました。

普段は身体を動かさないご利用者様も大好きな畑作業をする際は自然と身体も動きます。今後も畑作業を通して、少しでも皆様の生活の楽しみになればと思っています。ご利用者様と力を合わせて栄養満点の野菜を作っていきたいと思ひます。



★笹の葉さ～らさら♪ ホールに浮かぶ天の川★

6月の中旬からホールの取り組みとして七夕飾りの準備を始め、各ご利用者様に少しずつ製作して頂きました。飾りを付ける笹は坂ノ市もみの木ご利用中のA様が、ご自宅の庭から竹を切り自家用車にて運搬して頂いています。

お持ち頂いた笹に手作りの飾りつけをするのと同時に、今年は新たな取り組みとして、ホールの天井に天の川を作る事を計画し、スランテーブルで5メートルの長さの川を作成！両端を持つ方、その間でテーブルを持って歩く方と役割分担して行いました。端でテーブルを持っていたT様は、間を歩くB様に毎回「いってらっしゃ～い」と優しく笑顔で声を掛けられていました。テーブルを持って何往復もすると・・・あら、良い運動！疲れることもなく楽しんで歩かれていました。

短冊には、コロナウィルスの終息

を願う方、健康を願う方、宝くじの当選を願う方・・・などなど、皆さん素敵なお七夕になりました。

今後もホールに季節感が感じられ、ご利用者様の製作意欲や手先の運動、認知症予防の効果が期待できる活動に継続して取り組んでいきたいと考えています。



職員紹介 コーナー



- ①出身地は？
A：愛媛県
- ②小さい頃の夢は？
A：ケーキ屋さん
- ③学生時代に入っていた部活は？
A：バスケットボール&ハンドボール
- ④好きな食べ物は？
A：お肉！！
- ⑤趣味は？
A：ボルトリング
- ⑥仕事への意気込みは？
A：早く仕事を覚えて頑張らま～♡

編集後記

2020年も半年が過ぎ、皆様いかがお過ごしでしょうか？世間ではコロナウィルスが未だ終息しないまま、更には先日九州豪雨で被災された方もいると思います。避難所で過ごされている方も、集団感染の不安もあり心労が募っていると思います。もみの木では暗いニュースを吹き飛ばせるよう、ご利用者様と寄り添いクラブ活動等を通して明るいニュースを広報誌やSNSで発信していきたいと考えています。この苦難の時だからこそ、皆で丸くなって頑張りましょう！

5か月ぶり外出プログラム、佐志生海岸へ!!

3月より、新型コロナウイルス感染予防の為、外出プログラムを見合わせていましたが、今月より十分な感染予防に取り組みながら、三密（密閉、密集、密接）を避けて行える場所を選び、佐志生海水浴場に行ってきました！久しぶりの外出プログラムで、コロナウィルスの影響で外出できないストレスから解放され、又、若い頃の思い出話に花が咲くプログラムとなりました！



夏野菜収穫が始まりました♪

もみの木の畑では、御利用者様が中心になり、職員が育て方を習いながら、季節に合わせた色々な美味しい野菜を作っています！

現在は感染予防の為、調理プログラムには繋がっていませんが、収穫した野菜は御利用者様が購入され、ご自宅で美味しく料理して下さっています。現在、梅雨の影響もあり、雑草が覆いしげり、畑の管理が大忙しの状況です。出来る事を捜し、活動性を落とさないように取り組んでいます！



職員紹介



坂ノ市病院から来ました。辻生恵(看護師)です。皆さんがいつも明るくて優しいのでこうざきもみの木に来ることが楽しみです！夜は小さな娘にビールをついでもらって癒されています!! 体調の事だけでなく何か気になる事、困った事があれば気軽に話してください。よろしくお祈りします!

☆編集後記☆

梅雨も明けて夏本番になり、暑さも厳しくなってきました。食中毒や、熱中症、脱水症状に気をつけて、こまめな水分補給をして、暑い季節を乗り越えましょう！新型コロナウイルスが全国的に増加しつつあり、大分県でも感染者が見られています。外出の際は十分な感染対策を行って、新型コロナウイルスに打ち勝ちましょう(๑)／



一緒にチェックしてみませんか？ 訪問作業療法士/認知症ケア専門士：富永隼斗

コロナウイルスでステイホームという言葉が一般化され、殆どの時間を自宅で過ごしている方が多いと思います。一般的な方でもストレスを感じ、活動量も減って太ったという話をよく耳にしますが、高齢の方や障害を持った方では認知機能の低下や認知症の発症リスクも増加します。コロナ禍の中、自分や家族に変わった事が無いのか、下記を参考に一緒にチェックしてみましょう。

認知症チェックリスト


① 日付や曜日を思い出せない



② 身だしなみを気にしなくなった


③ 幻覚が見える 動きが硬い

あてはまるものに
を入れてみましょう


④ 段取りが悪くなった
(買い物・料理・掃除など)


⑤ ずっと寝る、座るなど動きが少ない


⑥ 性格が変わってきた

※これらは診断ではありません。
上記のようなことがあっても、これだけでは判断できません。
上記のチェックが5個以上など、多く当てはまる場合や明らかに今までと様子が違うなどがある方は受診をおすすめします。

【受診に興味のある方へ】

一般的には、**神経内科・脳神経外科・内科・精神科**を受診します。認知症外来という認知症に重点を置いた外来を行っている病院もあります。

【認知症チェックリストで当てはまらなかった方へ】

認知症は、誰もが発症する可能性があります。発症や進行を遅らせるために、今からしっかりと予防しましょう！

***認知症に効果がある**とされているのは、**日に当たり、家事や運動や趣味などを続ける事**です。訪問リハビリでも、自宅での楽しみを見つけるために、園芸(栽培)を始められた方もいます！

もみの木等のデイケアや、坂ノ市病院では運動メインの**ABIES**の利用も有効ですよ！



編集後記

新しい生活様式～これまでの日常との違いを受け入れ、自分と家族を守りましょう～

新型コロナウイルスの影響で、毎日の生活で気をつけないといけないことが増えました。身近に出来ることは、基本的な**感染対策**です。

- ①毎朝の健康チェック
- ②体調不良の時は無理しないで休息する
- ③外出時はマスク着用
- ④窓を開け、こまめな換気
- ⑤人との間隔は出来るだけあける(2m、両手を広げたくらいの間隔)
- ⑥こまめに手洗い30秒と手指の消毒

家庭用低周波治療器 DRIVE HOME新発売!

ひとりで続けられる 毎日のケア習慣

株式会社デンケンでは1975年の創業以来、電気電子応用機器の研究開発を行ってきました。近年は医療機器の開発にも注力し、リハビリ機器への取り組みも進めています。そんな中、臨床現場からは「家庭生活でサポートできるものがあれば」という声が増えてきました。そこで、困りごとをサポートするためのこれまでの研究をもとに開発されたのが家庭用低周波治療器「電気刺激DRIVE-HOME」です。

皮膚に低周波を通电すると神経や筋肉が刺激を受け、筋肉が収縮する性質を利用した治療器として、麻痺した筋肉の萎縮防止をテーマに作られました。

DRIVE-HOME ができること

「歩く」「持つ」といった日常不可欠な動作をいつも通り行うためのサポートをします。毎日の治療で、筋肉の萎縮予防にお役立てください。



←DRIVE HOMEホームページ QRコード

DRIVE-HOME 5つの特長

Points of DRIVE-HOME

特長1 2つの部位を同時に治療

「腕と足」「右手と左手」など、別々の部位へ同時に電気を流します。刺激の強さも部位ごとに選んで変えられるため、短時間で効率のよい治療ができます。



特長2 豊富な治療バリエーション

治療のひとつ「筋肉モード」では、手動で電気刺激を操作できる機能があります。「2箇所同時に」「別々に」など、お通りの部位へ自由なタイミングで治療できます。



特長3 使いやすいシンプル設計

大きな文字で見えやすい画面と、わかりやすいボタンの並びで、初めてでもかんたんに使える治療器です。シンプルな作りなので、片手だけで操作・治療ができます。



特長4 いつでも「ながら治療」

持ち運びやすく軽いコンパクトサイズです。「テレビをみながら」「電話しながら」など、日常生活のいろいろな場面で気軽に使用できます。



特長5 目的に合わせた3つの治療モード

筋肉・痛み・むくみの3モードから選ぶだけで治療がスタートできます。



弱った部分の筋力アップに

筋力モードは自発的な運動と同じ働きが期待でき、筋肉の萎縮予防に効果があります。お悩みの部位に、手動・自動を切り替えて使えます。

筋肉痛や神経痛に

痛みモードは痛みの感覚を抑える鎮痛効果が期待でき、肩こりの緩和にも効果的です。筋肉痛・神経痛など体の痛みに役立つモードです。

気になるむくみに

むくみモードは筋肉の収縮により血管を拡張し、血行促進が期待できます。運動不足などによる足のむくみのマッサージなどに効果的です。

大分県にある企業の「株式会社デンケン」さんが開発しているということで、以前よりDRIVEという電気治療器を導入し、使用していました。どうしても病院とは違い、毎日電気治療に当たることはできず、利用時のみ使用していました。

この度、「株式会社デンケン」さんでは、ご自宅でも使用できるように購入しやすい価格設定を目指し、開発されたようです。早速、今まで利用時に使用されていたご利用者様が、「自宅でも同じように電気治療を行いたい」と購入を希望されました。

もみの木ではデモ品を活用し、ご自身でセッティングできるかを担当セラピストと確認をして、商品の到着を待っています。

電気刺激 DRIVE-HOME
 一般財団法人 日本リハビリテーション協会 承認取得品 承認番号: 認登2000000000
 医師向け商品の経験を活かした商品開発
 ② 部位に応じた治療
 パッドを2ヶ所(肘と手首)まで貼れるようにしました。これにより、対象部位に応じた様々な治療が可能となります。
 ① 症状に応じた治療
 筋肉モードに加え、疼痛軽減から運動に切り替えて、治療効果をさらに高めました。このモードを併用し、様々な治療をしたり、運動時に手を止めて長時間続くような治療をしたりなど、症状に応じた治療が可能となります。
電気刺激 DRIVE ハンドスイッチ型FES
 電気刺激による筋電位の改善を促す事で、UIC(UP-54) 基礎の改善をサポート
 タイミングを合わせた電気刺激が可能
 ・ハンドスイッチを認識
 ・2つのチャンネルを認識
 ・2部に「同時」「別々」の刺激が可能
DENKEN
 URL: <https://www.denken.co.jp/>
 株式会社デンケン(株) 事務局 〒874-0002 大分県杵築市杵築中/庄2832 TEL: 0978-64-1670 FAX: 0978-64-1671



DRIVEで促通開始 (施術1週間後)



坂ノ市病院の外来リハビリ等でも、ボツリヌス療法を施行し、筋緊張を緩めてから、電池治療として併用しています。

もみの木 オフィシャルブログ「もみの木の木の下で」

★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



@mominoki_reha



facebook

@zaitaku_rehabilitation

もみの木 リハビリ

検索