

~その人らしく生きるために~ Humanaife



社会医療法人 関愛会 在宅リハビリテーション通信

【春号 vol.26】

2022年5月発行



ケアマネや友人も同行する屋外活動!

初の登山プログラム!!
そして卒業へ!!



地域の方々と共に歩む、様々なリハビリテーション



訪問リハビリのぞきんぐ

活動制限しないためのリハビリテーション

withコロナ！目指せ社会参加できるリハビリテーション！

新型コロナウイルスが流行して3年目を迎えました。この間、地域のサロン活動の自粛や私たちのリハビリテーションの中でも社会参加の自粛を行って参りました。しかし、そのデメリットとして、人との繋がりが乏しくなり、心身機能の低下に繋がることや漫然とした生活に活動意欲が低下する事例も少なくありません。そのような中、少しでも生活に活力を見出すために、通所リハビリテーションでは、「生き生きチャレンジ」というシステムを活用して、その人のしたいことを応援する**伴走型のリハビリテーション**に取り組んでいます。今回、各事業所から発信されている記事を読んでも、お分かりいただけるかと思えます。その表情は皆さん、とても充実したものであり、事業所内だけでは見られない表情や身体能力を発見することがあります。

2022年度は、「withコロナ」がキーワードです。コロナと向き合いながらできる社会参加を構築していきたいと思えます。高齢者の1年はとても大切な1年となり、体調の悪化やアクシデントなどにより、「また来年・・・」というような考え方はあまり通用しません。「今できることやしたいことを、今、実行すべき！」と考えます。そのためにも、リハビリテーション会議等を通じて、ご本人やご家族の意向を汲みながら、担当ケアマネージャーや関係機関と連携しながら、地域でのリハビリテーションを展開していければと思います。

社会医療法人関東会は、「地域包括ケアの推進」と「地域貢献」が法人の理念として掲げられています。この理念のもとに、地域のサロン活動等にも計画的に介入し、専門職種の地域への派遣など多面的な関わりや繋がりを構築していければと思います。

今年度も、この広報誌やSNS等を通じて現場で起きていることを発信しながら、地域の皆様方と一緒にリハビリテーションを実践していければと思います。宜しくお願い致します。



社会医療法人関東会
坂ノ市神崎エリアリハビリテーション部／大東よつば病院在宅リハビリテーション部
部長 川野剛士（認定理学療法士／地域）



コロナを吹き飛ばせ！



あなたのしたい！を応援したい！



活き生きチャレンジ！

＜活き生きチャレンジ取り組み 概要＞

目的

- ①ご利用者様と共に目標を共有し、共にチャレンジし、達成する喜びを共有する（達成・表彰することでやる気アップにつなげていく）。
- ②ケアプランに留まらない目標設定や達成に向けた取り組みを明確化したい。セラピストのみならず、他職種からも目標が抽出できるシステムを作っていく、より生活に結びついた「活動」や「参加」を目標にしたリハビリテーションを提供していく。
- ③年度末（3月）のご利用者様の表彰式の際に、1年間の目標達成者から選抜できるようにする。
- ④頑張ったご利用者様の表彰はもちろんだが、頑張ったチーム（職員）、目標達成したチーム（職員）に対しても、その努力を評価する。

活き生きチャレンジ振り返り風景

多職種で毎月一回振り返っています♪



こうさきデイケア
リハビリテーションセンターもみの木

チャレンジ目標を立案すると、毎月、職員全体で振り返りを行い、実施状況を確認していきます。そのことで、担当以外の職員にもチャレンジ目標が共有でき、目標に向けての声掛けなどにも繋がっています

また事業所間で目標立案数や達成状況を数値化し、切磋琢磨しながら、取り組み、達成内容はSNSを通じて、他事業所の取り組みも職員間で共有できるようにしています。

今年度から、大東もみの木もこのシステムを導入して運営していきますので、ご利用者の素敵な笑顔をお伝えできると思います。

表彰されることで更に活カアップ！！

20名の目標達成者

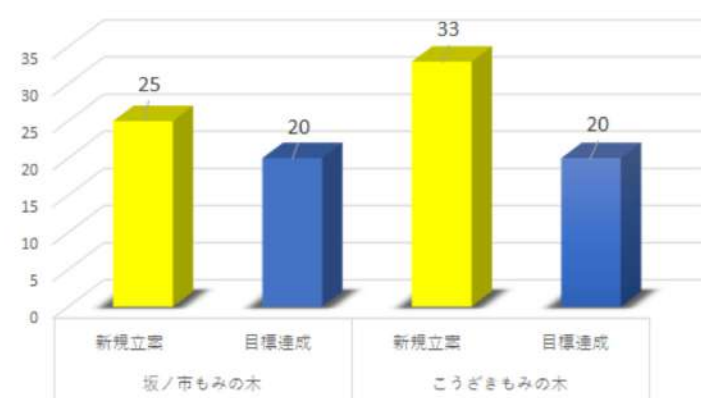
※写真は一部掲載



『出来た』が自身に!! 楽しみが増え、生活にも変化



令和2年度 活き生きチャレンジ



大東もみの木も今年度から「活き生きチャレンジ」を開始します！



リハビリテーション会議で、目標は医師とも共有します！

壁紙も毎月作成して、SNSで発信していきます！



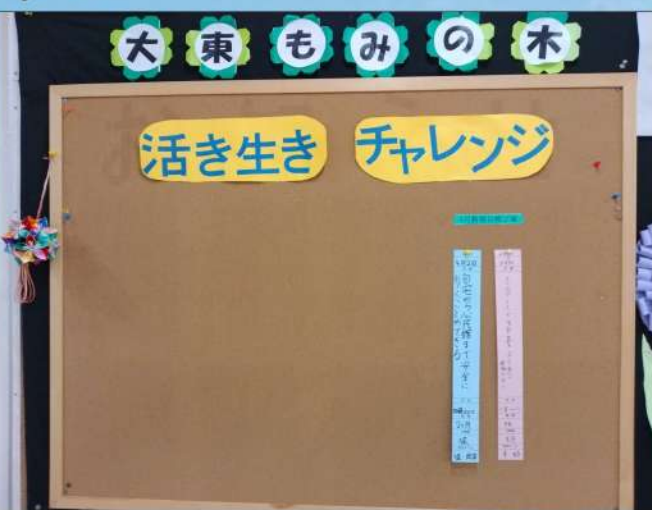
目標はケアプランを踏まえ、期間を設定してリハ計画書に反映しています。

「自宅から公民館まで安全に歩くことができる」

期間：2か月（6月）

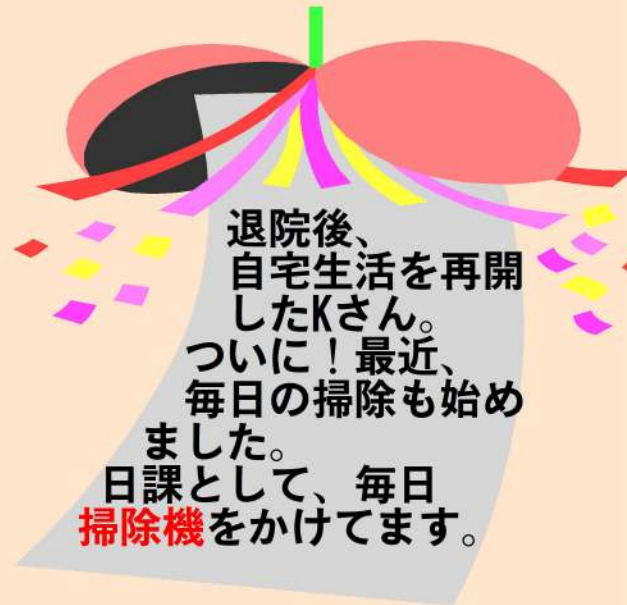
「コンビニに一人で歩行器を使って歩いて買い物に行く」

期間：6か月（9月）



リスク管理の名のもとに…行動を制限しすぎてはいませんか？

前号のつづきです…。今回は、2020年10月脳梗塞を起こし、左片麻痺が残存したKさん70歳後半男性・Kさんの日常生活動作の劇的ビフォーアフターをご紹介します。(川江章利)



では、訪問リハビリとして具体的にどう関わったかです。

それは・・・生活上、必要以上に「行動を制限しないこと」です。「したい」ということに対し「それは無理です」などと否定は一切しません（もちろんその人の属性や評価を行ったうえでの話ではあります）。そうすると・・・危ないんじゃない！？転んだらどうするの！？という声がたくさん聞こえてきそうですね。そこで、ただ単に制限をしないわけではないということをご説明します。

つまり、大事なものは「転ぶ」ことを想定しておくことです。「ダメージコントロール」「トラブルシューティング」という言葉があります。軍事、IT業界でよく使われる言葉です。これを医療・介護に当てはめて考えます。もちろん転倒事故は起きないことが一番良いのは間違いないのですが、リスクはゼロにはなりません。ですので、起きてしまったことを想定して、その際どのように対処すればよいのかを考えておき、できれば解決手順をマスターすることが必要になります。これが「トラブルシューティング」です。



「あ！すべった！尻もちをついてしまった！」

「この時パニックになってしまった」「起きれずどうしようもなかった」「仕方なく誰か来るまでじっとしとった」みたいな話がよくあります。すると、二次的な被害が大きくなってしまいます。これはぜひ避けたいものです。

「ダメージをコントロールする」ことに努めます。

上記は、床からどのように立ち上がるか、体の使い方の練習シーンです。

職員紹介



こうざきもみの木から
5月に移動になりました、
岩坂美椰子です。利用者
様と家族様の生活スタイル
に合わせたリハビリが
行えるように取り組んで
いきたいと思っています。
休日はよく食べてよく笑
う息子と遊んで過してい
ます。これからよろしく
お願いします。

編集後記



5月から訪問リハビリに関
わるスタッフが増えます！
暑い日も寒い日も元気に
笑顔で訪問いたします。
よろしくお願いします。



「やってみたい」を「できる」へ！ 通所リハビリで初の登山プログラム実施！

「また山に登ってみたい！」

10年前まで山登りをしていた。80代になったし、もう今となっては無理だけど・・・とおっしゃっていたI様。変形性膝関節症により、人工膝関節置換術後、不安が強く引きこもり傾向となっていました。こうざきもみの木の利用を開始され、やってみたいこととお伺いしたときに、上記の言葉が出てきました。そして、主治医から許可を頂き、縦ノ木山の登頂を目標に掲げました。目標達成の為、これまでの運動に加えて、坂道での歩行練習など難易度の高い運動に取り組みました。そして、I様と計画を練り、ケアマネージャーさんや10年前まで一緒に山登りをしていたご友人と共に登山をする事になりました。当日は天候に恵まれ、担当職員を含め、計6名で山頂を目指しました。途中、職員が足を滑らすような悪路もありましたが、I様は10年ぶりとは思えない足どりで、1時間10分で無事山頂に到達しました!! 「まさかまた山に上れると思ってなかった。」と嬉しそうなお姿が印象的でした。

皆さんもやってみたいことを「年だから」「どうせ無理」とあきらめていませんか？

もみの木と一緒に夢を実現させましょう！



令和3年度表彰式



3月の最終週に令和3年度の表彰式が行なわれました。3年度は、皆勤賞が12名、精勤賞が12名、その他各賞(セラピスト賞3名、要支援保ったで賞7名、掲示物賞2名、作品賞1名、投稿賞8名)の方々が受賞されました。コロナ禍の中、健康管理を行い休まずに通所され、本当に頭が下がります。生き生きチャレンジは20名(昨年度5名)の方々が目標達成されました。今年度は多くの方が生き生きチャレンジで夢を実現しました。それぞれの目標達成の時にも素敵な笑顔がされていましたが、表彰式でも再度、皆様の晴れ晴れとした表情を見る事が出来ました。4年度も各々の目標達成に向けて頑張りましょう!

新年度が始まりました！

今年は桜が例年よりも長く綺麗に咲いていました。コロナは大分県内で新規感染者が増加傾向であり、まだまだ予断を許さない状況ですが、感染予防対策を徹底した上で、こうざきもみの木ではお花見を行ないました。これからも、皆様の「やってみたい」を実現する為に、知恵を絞り工夫をしながら、お手伝いをしていきたいと思っております。

☆編集後記☆

今年度広報を担当することになりました入船、山田です。入船は今回掲載のI様の担当として縦ノ木の木登山に同行させていただきました。足を滑らせた職員は私です・・・(笑)。私は悪戦苦闘の登山でしたが、終始笑顔の姿に感動すると共に、この職について良かったと心から思いました。登山時の動画を制作しましたので、ぜひこちらからご覧ください。



『地域の踊りの先生の魂は生き続ける！！！！』

チキン囃子の踊りを、もみの木職員とご利用者様に指導し地域交流を図る事を目標に頑張っていたA様。

そんなA様ですが体調不良の為、検査入院を兼ねてしばらくお休みされる事となりました。入院の前日に電話をかけるいつもの明るい声で「大丈夫、大丈夫。直ぐ戻るから。チキリンの方は戻ってくるまで頼んだよ。」と話されました。残念ながら、この会話がA様との最後に交わした言葉になってしまいました。

お亡くなりになり暫くして少し落ち着いた時期にご自宅でお参りをさせて頂きました。ご家族様との会話中、娘様が持ってこられた袋の中にはA様が準備されていたバチやタオルが入っていました。このままで終わってしまっているものかと悩んでいると娘様より「母はいないけれど、皆さんで使って踊ってほしい」とのお言葉もあり、職員間で共有し、仲の良かったご利用者様にも説明して、皆で成功させようとのテーマでチキン囃子の踊りの練習を継続しました。

本番の日はA様と仲の良かったご利用者様や関係のあった職員、親しみの深い地域の方、ご家族様が集まりました。A様の遺影とご家族様を中心に皆で踊りました。

「泣いたらAさん怒るで、ほらほら笑顔で」「こりゃ喜ぶで、いいな」とそれぞれの想いを口に出しながら行えました。

A様を通してこれからもたくさんの方との繋がりは続いていきます。A様の性格や人との関わり、優しさが沢山感じられた1日でした。

この場をお借りして、参加頂いたご家族の皆様、地域の皆様、関係者の皆様、A様と仲良しのご利用者様、ありがとうございました。



YouTube

高校時代の教え子との再会



この企画はチキン囃子の踊りで集まって頂いた際にA様の娘様からの一言で始まりました。ある意味、天国からA様が今回の企画を立案してくれたかのようでした。

片麻痺・失語症のある元教師のB様。障害を負ってから交流は途絶えていましたが、A様からお借りした卒業アルバムをお見せする事であの頃を思い出して頂き、教え子とお会いする事を決断されました。桜の時期を見計らい、今回は久々の外出となりました。

学校時代を振り返るには校歌だと思い、ご協力いただける地域コミュニティの方に大分東高校に掛け合ってもらい、学校側からの賛同も得られ、音源をお借りする事ができました。

桜の木の下で集まった皆さんが校歌を歌い、思い出話に花咲いている光景を見て、とても素敵なお繋がりだなと思いました。普段の言語訓練以上に声を発し、自分の気持ちを伝えて頂けたのは、私たちも驚きで

大分合同新聞に
掲載されました！！



YouTube

←取り組み動画

お花見へレッツゴー！

【大東もみの木・花見】

寒さと暖かさが重なる花見の季節がやってきました♪♪
大東もみの木の花見は、

- ①松岡水資源再生センターのグラウンドをお借りし現地まで歩くグループ（700m）
- ②水資源再生センター駐車場から歩くグループ（300m）
- ③現地まで車で参加し現地で散策するグループ

とご利用者様の状態に応じて3つのグループに分かれて参加して頂きました。

桜や木蓮など春の花を楽しみながらの歩いていると、あっという間花見会場に到着。到着後は職員と一緒に体操をしました。「外ですると楽しいなあ」「天気が良くて気持ちも明るくなる」等、爽やかな顔つきで身体を動かしており、屋外での活動の重要性を感じました。

今回は特別にお花見弁当を用意し外で食べるお弁当も格別です。みなさん完食!! 「美味しい」と言われながら満身の笑みに「心・食・体」と充実した1日を過ごされました。

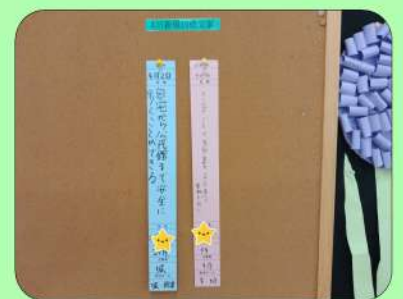


生き生きチャレンジ始めました！

今年度より、大東もみの木でも「生き生きチャレンジ」を始めました。

今回の生き生きチャレンジは2件！、第一回目となるそのうちの1つの目標は、『コンビニに1人で歩行器を使って歩いて買い物に行く』が挙げられました。この目標は、以前は毎日の様に買い物に行っていたご利用者様が、転倒したことにより行動範囲が縮小し、活動量が減少しました。リハビリに取り組むことにより現在は「誰かと一緒ならコンビニへの買い物は出来ている」という状況となっています。直進歩行の安定性は高まってきましたが、方向転換が不安定な事と注意力散漫が課題に挙げられています。安定性を高めるために歩行車を変えての歩行練習、ブレーキ操作の確認、声かけ等を実施し屋外歩行に取り組んでいるところです。

今後も、スタッフ一丸となり、ご利用者様の生活に目を向け、職員とご利用者様、ご家族様、関連施設が情報や目標を共有し、楽しくチャレンジの達成を目指します。



今年もYouTubeで配信！



社会医療法人 関愛会
坂ノ市神崎エリア リハ部 / 大東よつば病院 在宅リハ部



2021年度 事業報告会

※ () 内は開始時間になります。

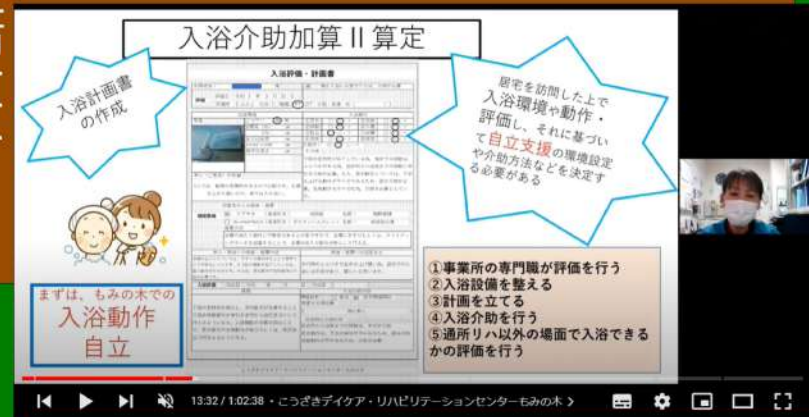
- 2021年度の振り返りと2022年度の展望 (0分57秒)
- こうざきデイケア・リハビリテーションセンターもみの木 (11分23秒)
- 坂ノ市リハビリテーションセンターもみの木 (20分49秒)
- 大東リハビリテーションセンターもみの木 (35分59秒)
- 訪問リハビリテーション〔こうざき / 坂ノ市 / 大東〕 (50分56秒)
- 坂ノ市メディカルフィットネスジムABIES (56分12秒)

こちらからご覧いただけます。

関愛会 在宅リハビリテーション部門では、平成27年度（2015年度）から、在宅で行っているリハビリテーションを居宅介護支援専門員（ケアマネージャー）や地域の関係機関の方々に知ってもらうために、毎年、事業所にて事業報告会を開催してきました。

新型コロナウイルスの影響により、2019年度は開催を見合わせ、2020年度は、Zoomでのオンライン開催を試みました。2021年度は、関係機関のみならず、より多くの方々に在宅でのリハビリテーションサービスや取り組みを知ってもらうために、あらかじめ収録したものをYouTubeチャンネルで配信する形をとらせていただきました。ぜひ、多くの方々にご覧いただき、在宅でのリハビリテーションをうまく活用していただくことで、いつまでも住み慣れた地域で、その人らしく生きていく一助になればと思います。

なお、YouTube「もみの木生き生きチャンネル」では、定期的に在宅で行っているリハビリテーションの内容を発信しています。また坂ノ市メディカルフィットネスジムABIESからは、健康体操をご紹介します「ABI ESオリジナル健康体操」なども配信していますので、ぜひ下記のQRコードからご覧ください。チャンネル登録もぜひ宜しくお願い致します！



もみの木生き生きチャンネル

様々な動画を配信しています！



チャンネル登録お待ちしております！



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

もみの木 リハビリ 検索