

~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

【秋号 vol.40】
2025年11月発行

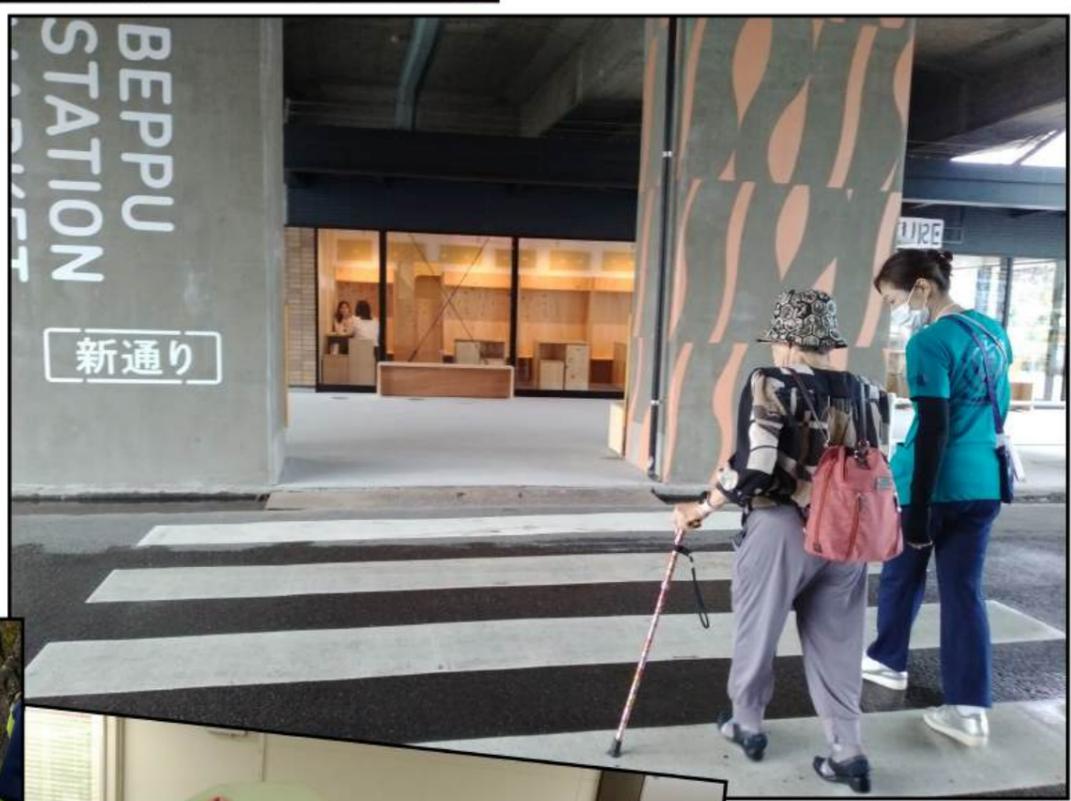


ABIES
SAKANOICHI MEDICAL FITNESS GYM

多世代交流×社会参加



活き生きチャレンジ



畑から生まれる“生きがい”リハビリ

生活行為向上リハビリテーションで別府駅へ

畑から生まれる“生きがい”リハビリ

～できる喜びが、人と地域をつなぐ～



畑作業を通じて、もう一度「できた！」の笑顔。
体と心のリハビリが、地域と人をやさしくつないでいます。



「立派に育った野菜を前に、みんなで収穫！」



「久しぶりの畑仕事に笑顔がこぼれます」



「一つひとつの動作が、確かなリハビリに」

畑がリハビリ室に！？

「できなかつた」が「できた！」に変わる瞬間

もみの木4事業所では、通所リハビリの一環として園芸プログラムを実施しています。畑作業を通して身体を動かすだけでなく、「できなかつたことが再びできるようになる」喜びを感じ、日常生活への**意欲**や**自信の回復**につなげています。

リハビリが“生活そのもの”に自然と溶け込み、利用者の皆さまの**生きがい**・**役割**・**地域とのつながり**を育てています。

身体機能の維持・向上だけでなく、**挑戦する意欲**や**自信を取り戻すきっかけ**にもなっています。



“育てる”から“味わう”へ

～点が線となり広がるリハビリの輪～

かつては続けていた畑作業が難しくなった方も、リハビリを取り入れることで再び畑に立てるようになりました。「種まき」、「水やり」、「草刈り」、「収穫」といった一連の動作は、上肢・下肢の機能訓練にもつながり、無理なく楽しく身体を動かすことができます。畑で育てた野菜は、収穫するだけでとどまらず、「調理プログラム」、「買い物プログラム」へとつなげています。収穫した野菜からメニューを考え、足りないものは買い物へ、そして、調理へと活動の輪が広がっています。

「自分たちで作った野菜を、自分たちで料理する」ことで、生活リハビリの効果も大きく、自然な形で生活動作を取り戻せます。



「調理風景」



「地域の子ども食堂へ寄付」

また、畑で生まれた活動は、地域にも広がりを見せています。収穫した野菜は、職員や利用者へ格安「販売」に加え、地域の「子ども食堂への寄付」などにも活用しています。子ども食堂への寄付を通じて社会参加を実感する事で、利用者の皆さまが“地域の一員”としての誇りと役割を感じとることもできています。販売や寄付といった社会参加にもつながり、リハビリの枠を越えた活動の広がりを見せています。

通所リハビリは、ただ身体を動かす場所ではなく、「人と人」「人と地域」「できると喜び」をつなぐ場所です。

「もう一度畑に立てた」「誰かの役に立てた」

その喜びが、生きる力となり、地域とのつながりを生み出しています。



「野菜の袋詰め作業風景」

「職員への無人販売」

“土に触れる”ことが心を動かす

～認知症ケアにもつながるやさしいリハビリ～

畑作業には、認知症の方への良い刺激も多くあります。土に触れ、季節を感じ、収穫の達成感を味わうことで、五感を刺激し心が安らぐ時間を生み出します。また、「苗を植える」「野菜を収穫する」といった目的のある動作は、集中力や手順の理解力を高め、脳の活性化にも効果的です。自然の中での活動は、笑顔や会話をひきだすきっかけにもなり「また明日も行ってみよう」「育てているかなあ」という気持ちの継続へとつながります。まさに園芸プログラムは“心と体のリハビリ”として役割を担っています。



「“できる”を重ねて、生きがいへ」

「自然の中でリハビリを」

発行日 : 2025年11月1日
編集・発行 : こうざき・坂ノ市
訪問リハビリテーション事業所
広報担当 : 山之上
電話番号 : 097-576-1212 (こうざき)
097-578-6835 (坂ノ市)
FAX 番号 : 097-576-1182 (こうざき)
097-578-6836 (坂ノ市)

関愛会こうざき・坂ノ市 訪問リハビリテーション便りvol.40 秋号

訪問リハビリでの自主練習と進捗確認の工夫

訪問リハビリでは、ご利用者の身体機能や生活状況に合わせて、「どうすれば活動量を増やせるか」などをリハビリ課で相談しながら取り組んでいます。今回取り組んだのは、安全に、そして簡単にできる起立練習の提案です。

しかし「提案して終わり」ではなかなか続きません。そこで私たちは、日々の実施状況を“見える化”する工夫をしました。

具体的には、カレンダー形式の表を作成し、ご本人やご家族に説明を行い、毎日の練習を記録できるようにお願いしました。



担当リハビリスタッフが、チェック用紙を作成している様子です。訪問リハビリの予定の空いている隙間時間に作成しています。



起立練習を実施した日にチェックを入れているところです。



A様が奥様の励ましを受けながら、起立練習に取り組む様子です！

カレンダーにチェックをつけていくと、日々の積み重ねが一目でわかります。「**今日もできた!**」という達成感が、練習を続けるモチベーションにつながり、結果として運動の定着へとつながっていきます。

このように当事業所の訪問リハビリでは、日常生活のサポートだけでなく、どう関われば身体機能の改善や活動量の向上につながるかを常に検討し、工夫しながら支援を行っています。

最後に、**言語聴覚士による訪問リハビリのご案内**です。言語聴覚士がご自宅や施設に訪問して、**摂食嚥下機能の評価やリハビリを行う**事も可能です。食事時のムセや飲み込みの悪さが気になっている方や、食事形態に悩む場合は、下記にご連絡下さい。

その際は、言語聴覚士による訪問リハビリ等の介入が可能か、ご担当のケアマネジャー様へ事業所から連絡を取る等の調整をさせていただきます。



デイケアでの昼食の嚥下評価を行っています！



ご自宅で言語療法を行っている様子です

連絡先: 080-9277-5955

(こうざきクリニック

訪問リハビリテーション事業所 山之上)

こうざきもみの木便り第40報

発行日：2025年 11月1日
 編集・発行：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
 広報担当：足立恵子・松井峻悟
 電話番号：097-576-1212
 FAX番号：097-576-1182

～もみの木 夏祭り～

会場には、今年もこうざきもみの木では、笑顔と暖かさにまれた夏祭りを開催しました。

会場には、懐かしい音楽や笑い声が響き、ご利用者様の表情には自然と笑みがこぼれます。射的や輪投げ、ヨーヨー釣りなどのゲームには、手指や上肢を使う要素をさりげなく取り入れ、楽しみながら体を動かして頂けるよう工夫しました。

「昔を思い出すね」「子供の頃に戻ったみたい」と、懐かしい思い出を語り合う姿も見られ、心も体も活性化した一日となりました。

また、チャリティーバザーでは、ご利用者様の日頃の活動の中で作り上げた作品も出品！売上金は全て寄付させていただき、皆様の温かいお気持ちが社会へとつながりました。

職員による出し物も披露され、会場は笑いと拍手に包まれました。笑顔の輪が広がり、心と心が通い合う、温かい夏のひととき。

こうざきもみの木は、これからも皆様の笑顔と健康を大切に、心に残る時間をお届けしてまいります(^^♪



秋の大運動会



こうざきもみの木では、今年も待ちに待った秋の大運動会を開催しました！紅組・白組に分かれ、ご利用者様もスタッフも全力で挑み、会場は初めから最後まで大きな声援と笑いに包まれました。

開会のあいさつから気合十分！選手宣誓では力強い掛け声が響き渡り、会場のボルテージは一気に上昇。

玉入れや新聞紙リレー、借り物競争、車椅子リレーなど、どの競技も白熱の展開で応援にも力が入ります！最後まで接戦が続き白組（男性）が見事優勝！！

最後の結果発表では勝敗を超えた拍手と笑顔が広がり、「体を動かすって気持ちいいね」「また来年も参加したい！」と次回を待ち望む声もたくさん聞かれました。

一人ひとりが主役となった、笑顔と感動あふれる秋の一日となりました！！

☆新人職員紹介



7月1日から入職しました介護福祉士の中村夏生です!!

趣味は映画鑑賞です。好きな映画は『ノッティングヒルの恋人』です。この映画は、ロンドンのノッティング・ヒルを舞台に、冴えない書店主とハリウッド女優の恋愛を描いたラブ・ストーリーで、オススメです!!

性格はうるさい位に元気なところが売りです!!利用者様の事を第一に考えたケアに力を入れていきたいと思っています。よろしくお願ひします!!

【編集後記】

朝晩と冷え込む季節になりましたね。例年と比較し、秋を感じる日々が少なかった様に思います。これから、寒さも一段と厳しくなる様です。運動を行い、寒さに負けない体作りをしていきましょう。また夏同様、冬場でもこまめな水分補給を行い、酷寒を乗り越えましょう!!

書道チャレンジ最前線！積み上げた努力の今を追う

右片麻痺と失語症をお持ちのA様。もみの木では言語聴覚士のリハビリを受けながら、発語や他者とのコミュニケーションの機会を持つ事を目的に書道に取り組まれています。最初は画数の少ない文字から始めたのが、今では画数の多い複雑な文字にも挑戦されています。利き手ではない左手で書かれたとは思えない見事な字であり、他のご利用者様も驚かれるほど。

昨年は初めて全国障害者書道コンクールに応募し、今年も応募をされました。また今年には毎年大分県立美術館で開催されている、ときめき作品展にも初出品しています。出品する文字はご家族様と家族会議をしたうえで書き上げられています。書道を続ける中で発語も増え、ご家族様からは「病気をして10年経っても言葉が増えるんですね」と感慨深いお言葉も聴かれました。

書道を通じてA様の発語や他者との交流が増えたことにより、自信や心身機能の向上、ご家族様との絆の深まりに繋がったと思います。ときめき作品展の展示の詳細が決まり次第、ご家族様と一緒に作品展にも赴かれる予定だそうです(^^)

今後のA様の活躍に期待が高まります！



情熱を筆に乗せて！！

絵手紙が月刊デイに載りました！！

B様は絵手紙に熱心に取り組んでおり、今回その作品が月刊デイに掲載されました！！嬉しそうな様子で、次の掲載に向けても意欲的に活動されています。今後の作品にも期待しています。是非頑張ってください！！



開いたホタルブクロが、「ほーほー」と歌っているように見えます。お母さんから聞いたホタルブクロには「ホタルが来る」という言葉を、今も信じているそうです。

大東もみの木通信 NO.17

発行日 : 令和7年11月1日
編集 : 大東リハビリテーションセンターもみの木
広報担当 : 中野
TEL : 097-520-3888
FAX : 097-520-7470

自由きままな旅の始まり～始まり♪

要支援1で一人暮らしのA様は、「別府駅にひとりで電車に乗っていきたい」という目標を掲げられました。股関節の疾患と骨折の既往があり、杖を使用されているため、長距離歩行や駅での移動、切符の購入などに大きな不安を感じていました。

A様の意欲を尊重し、4月から6か月間にわたり、生活行為向上リハビリテーションを実施しました。まず歩行距離の延伸に重点を置き、駅の階段昇降や車両の段差昇降の練習を反復。また、切符購入の不安解消のため、ICカードの利用(チャージ、自動改札通過)を導入しました。もみの木内での基礎練習後、実際の駅での実地練習を繰り返し、特に杖を使った乗降動作を集中的に行う事で不安は自信へと変わっていきました。結果、A様は目標を達成し、別府駅に到着。リニューアルした駅市場でお惣菜を買う姿が見られました。A様は現在、「次は杵築、その次は小倉まで」と、さらに活動を広げたいという意欲が聞かれています。具体的目標を設定し、不安要素を克服したリハビリテーションは、A様の外出への意欲と生活の質の向上に大きく貢献する取り組みとなりました。



困った時はきっと誰かが
助けてくれる!!



念願の別府駅へ
♪♪



大好きなジャンボ稲荷を
買いました!!

生き生きチャレンジのその先へ in ガレリア竹町

前号で紹介したA様、夏休み工作教室は見事大成功で幕を閉じ子ども達の素敵な夏休みの思い出の1ページとなりました。ある日、生き生きチャレンジを達成されたA様のもとに、嬉しいお知らせが舞い込みました。作製した段ボールの“ガチャガチャ”が小学校からの推薦を受けて、『第11回おおいた少年少女夏休み工作工夫作品展』へ出展されることになりました。会場はガレリア竹町のドーム広場で、大分市内から591点の作品が集まる展示会です。

早速A様と一緒に会場へ足を運びました。車椅子を使用しているA様は逸る気持ちを抑えられず、駐車場内を自走しながら誰よりも早く会場を目指しました。会場では、A様が一緒に作製した作品を探しながら、一面に並べられた工作を思い思いに見て散策しました。会場には一緒にガチャガチャを作った子ども達も来ており、久しぶりの再会にA様の笑顔が見られました。「次は何を作ろうか？」と嬉しそうに子ども達に声をかける姿は、来年もきっと子ども達に笑顔を届けてくれる事と思います。

第1回!!
夏休みこども工作教室♪



特別な夏の思い出が
できました♡

☆編集後記☆ みなさんは今年こそと意気込んでやり残した事はないでしょうか？私は今年こそ絵画教室に通ってみたいと思っていますが…今年も残りわずか2ヶ月、芸術より食欲の秋に負けてしまいそうな弱い私です。みなさんのやってみたいの声聞かせてくださいね♪待っています♪ (広報担当 中野)

「働くリハビリテーション」

～役割が人を元気にする。働くことが介護予防につながる未来へ～

私たちは今、「働くこと」そのものがリハビリテーションになるという新しい取り組みを進めています。通所リハビリで身体機能を維持しながら、就労継続支援B型の現場で軽作業や地域のお手伝いを行うことで、**役割を持ち、社会とつながる機会**が生まれます。「地域のためにできることがある」「誰かに喜ばれるってうれしい」こうした感情こそが、心と身体の活力を引き出します。

社会貢献！役割創出！「働くリハビリテーション」

地域包括支援センターと共に見学！



高齢者の能力が地域のチカラに！



社会医療法人 関愛会 × 一般社団法人 オレンジ共同福祉会

通所リハビリ

→就労継続支援B型で働く！

80歳代で就労しちやいます！
対価をもらい社会貢献！
これからの介護予防は働く！



■ 研究でも効果が期待されています

東京都健康長寿医療センターの研究では、**フレイルの高齢者でも働き続けることで身体機能の維持や要介護リスク低減につながる**という結果が示されています。科学的にも、働くことと介護予防の関係性が注目されています。

■ 当事業所の取り組み

現在、要支援の方を中心に、**通所リハビリ × 就労継続支援B型**の併用を実施しています。

<取り組み例>

「農作業」「裁縫・手作業」「地域の困りごと支援」など

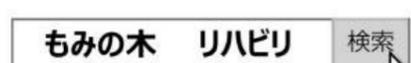
まだ導入段階ですが、利用される方から「また働けるのがうれしい」といった声も聞かれています。今後、変化を丁寧に観察しながら、**働くことを通じた介護予防**という新しい可能性を形にしていけたらと思います。

■ 地域とともに

地域包括支援センターや就労支援事業所など、多職種・多機関が連携し、**高齢者の能力を地域のチカラに変える仕組みづくり**を進めていきます。

■ 最後に

80歳でも、90歳でも、その人のペースで社会の一員として活躍できる社会へ。
これからの介護予防は「働く」こと。その第一歩を、地域とともに踏み出しています。



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