



リハビリデイサービス なめがわ <https://www.kokoro.or.jp/rihabiliday/>



リハビリデイサービス なめがわ



〒355-0811

埼玉県比企郡滑川町大字羽尾 1041-7

TEL:0493-81-3505 / FAX:0493-81-3529



## 開設から一年を振り返って

リハビリデイサービス なめがわ  
管理者 平岡 勝己

お彼岸が過ぎ、過ごしやすい日が続いています。半月ほど前まではヒグラシと鈴虫の競演でしたが、現在は鈴虫の独唱となっています。夏の暑さとの戦いはひと段落しましたが、もうひとつの見えない相手との戦いの終結はまだ少し時間が掛かりそうです。気はなかなか抜けそうにありません。

当事業所は昨年10月1日に開設してお蔭様で2年目を迎えることができました。コロナ禍でありながら特段その影響を受けることなく運営をする事ができましたのも、ひとえに利用者様をはじめ、当事業所の取り組みにご理解を示していただいた皆様方の大きなお力添えがあったからこそと心より感謝しております。誠にありがとうございます。

さて、私たちの暮らしの中で「できる事」や今までできている事を当たり前のようにし続けていくのは簡単なようで難しい事だと日々感じています。病気により何らかの不自由さが生じたり、足の筋力が弱まり歩くのが億劫になったりすると尚更です。先日、ある女性の利用者A様からこのようなお話をいただきました。「布団を抱えて階段で2階に上がり、ベランダに干す事ができるようになりました。ここでの運動の成果かも・・・」と。笑顔で出来るようになった事の喜びを表現されておりました。利用者の皆様には介護予防に特化した7種のマシーントレーニングの他、運動の合間を利用した自主トレーニングやいわゆる「脳トレ」と言われる脳活性化プログラムをお一人おひとりの心身の状態に合わせて実施していただいています。当事業所で行った運動の成果が、A様の日常生活動作に直接反映されたと結論付けるのは早計ですが、「できない」が「できるかも」という気持ちに変わった事は間違いありません。「できるかも」に変わったらそう、後はチャレンジするのみです。A様は少し危険を感じながらも勇気を出して布団干しにチャレンジしたのだと思います。気持ちが向く方向やその大きさと行動は変わるのだという事を利用者様から改めて学ばせていただきました。

「布団を1階へ下すときはどうするのですか」とお尋ねすると、私の前でニコッと笑いサッカー選手のように足を振り切りました。昔、布団を階段の上から真逆さまに転がすとお孫さんが大変喜んだそうです。その時の情景やお孫さんのはしゃいだ顔を懐かしく思い出しながら布団干し日和に「サッカー選手」になるのだそうです。単に危ないからと言ってイエローカードは出しません。A様が「できる事」をいつまでも続けられるよう応援させていただきたく所存です。今後ともどうぞ宜しくお願いいたします。



# 「リハデイ なめがわにようこそ」

こんなデイサービスです！



目印はこの看板！



9月の事務所カウンターテーマは「秋」でした！

- ◆ 機能訓練に特化した**半日型**のデイサービスです。
- ◆ 利用定員は午前・午後各**20名**ずつですが、**午前が要支援と総合事業対象者の方が対象**で約2時間、**午後は要介護の方が対象**で約3時間のサービスです。  
※送迎サービスがございますが、食事・入浴の提供はございません。
- ◆ 半日は家の仕事や自分の時間を大切にしたいという方に適したサービスです。
- ◆ 「楽しみながら自分らしく」をモットーに掲げています。



## 半日のスケジュール



**ご自宅までお迎え**  
施設で送迎車を用意していますのでお車の心配がありません。交通状況により時間の前後があります。



**体調チェック**  
健康チェックを行い運動実施に問題がないか確認します。運動後に測定する事もあります。



**介護予防体操**  
ストレッチや柔軟体操をし、運動を行いやすい体の状態にします。これだけでも体がポカポカです。



**機能訓練**  
リハビリマシーンにて運動です。運動負荷はスタッフがセッットします。自主トレも応援いたします。



**お送り**  
ご自宅までお送りするので、安心してご利用いただけます。

## 機能訓練中の利用者様のご様子

※利用者様の掲載許可をいただいています。



マシントレーニング前の介護予防体操です。安全に座位で行う事も大切ですが、立位で行う事でバランス練習も兼ねることができます。体もポカポカ暖かくなります。



順番でお声掛けさせていただきます。マシンの乗降介助はスタッフがいたしますのでご安心ください。初めての方には丁寧にご説明いたします。



「1 2 3 4・・・5 6 7 8」で運動のリズムづけを行います。慣れてきたらマイペースで運動をすることができます。途中で中断する事も可能です。

## お知らせ

見学・体験を随時受け付けております。下記の電話番号に遠慮なくお問い合わせください。

☎0493-81-3505

担当：平岡、池田

※入館時に検温・手指消毒のご協力をいただきます。



## 編集後記

お彼岸が過ぎ、朝夕の寒暖差が大きくなりました。気候の変化に体調を崩さないよう過ごしたいものです。秋の夜長…、読書するもよし、運動するもよし、秋の味覚を思い切り楽しむのも時としてよし。「肥ゆる秋」にならぬように気をつけます。編集担当：平岡

