

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



新年度を迎えて

なめがわ地域福祉 支援センター
事務長代行 平岡 勝己

春の日差しが暖かく小鳥のさえずりが耳に心地よく響く今日この頃です。現在、新型コロナウイルスのワクチン接種3回目が進んでおりますが、感染者数は増加・減少の一進一退を繰り返し、未だ収束の目途は立っていない状況です。報道等で毎日数千の感染者数、そして地震速報やウクライナ情勢を見聞きすると平和で暮らすことの愛おしさと難しさを痛感させられます。

さて、当事業所は開設して3回目の春を迎えました。現在、地域の方々にもサービス内容や取り組みなどを知っていただき多くの方にご利用いただいています。ご周知のとおり、半日型の機能訓練特化型デイサービスで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。

先日、当デイサービス送迎時に後部座席よりこのような会話が聞こえてきました。

「今年は梅は漬けるの」

「毎年、漬けているよ。でも、若い人は梅干しを食べたがらないよ」
ハンドルを握っていた私はすかさずこのようにお声掛けしました。

「Aさんは食べるんですか」

「それが、自分ではそうは食べないんだよ。でも、なぜか梅を見ると漬けたくなるんだよ」と、お隣に座っている方に笑いながら同意を求められました。当然、「食べるから作る」という答えが鼓膜を揺らすものだと思っていた私は意表を突かれましたが、Aさんが自宅で梅を漬けているイメージがどんどん膨らみ、ついマスクの下の表情を緩めてしまいました。そして、膨れ上がったイメージと当デイサービスで一生懸命に運動しているA様の姿が重なり、運動に精を出す理由が理解できたような気がして思わずハンドルを握り返しました。しかし、暫くお二人の会話を聞きながら車を走らせるとこのように考えは変わりました。「A様は決して頑張っているのではない。A様にとってこれは普通の事で生活の一部なのだから」と。そう、ごく自然で当たり前の事なのです。

4月、心機一転するにはもってこいの季節です。利用者様が新しい事にチャレンジし、今行っている事を出来るだけ長く続けられるよう機能訓練を通じてお手伝いをさせていただきます。A様の梅干しの話ではありませんが、「リハビリデイサービスなめがわに来ると体を動かしたくなる」と思っただけのよう精一杯支援いたします。今年度も宜しく願いいたします。



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。



女子会のようなですね。ソーシャルディスタンスを保ちながら和やかな雰囲気です。各機器での運動時間は概ね 10 分間を目安とさせていただきます。



機能訓練室の桜は満開です。窓を解放して季節感を肌で感じながらの運動は最高です。ついオーバーワークになりがちですが安全に運動できるようスタッフが見守ります。



自主トレーニングの様子です。リハビリ機器での運動の合間にご自分のペースで進めていただいています。継続すると、どのような運動方法が効果的なのか等、コツがわかってきます。



「棒体操」で上半身を中心に捻る、伸ばす運動をしています。筋肉と関節の動きを意識して運動すると運動効果も変わってきます。運動後、「体が温まった」と上着を一枚脱がれる方も多いです。

詠みましょう！♪



皆様からの「歌」を募集しています。短歌・俳句・川柳など日常の想いを詠みましょう。お預かりした作品はご希望を伺い掲示させていただきます。

3月の事務所カウンター



利用者様がご自宅で作成された作品です。金糸がアクセントになっています。

パースデイソング



誕生日を迎えられた方に細やかな歌のプレゼント。運動のモチベーションも高くなりますね。

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
リハビリマシンにて運動です。運動負荷はスタッフがセットします。自主トレーニングも応援いたします。



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。

お知らせ

管理者変更のお知らせ

4月1日より当事業所の管理者は平岡から同法人の理学療法士の戸坂 心に変更となります。今後も変わらぬご愛顧のほどよろしくお願い申し上げます。

編集後記



一年前と比べて新型コロナへの警戒は薄らいでいますが、ウィズコロナは2022年度も続きそうですね。まだ手指消毒や3密回避など基本的感染対策は継続です。ハクションッ！！表のページで書かせていただいたマスクの下が緩んでしまう理由がもう一つありました。花粉症の方、もう少しの辛抱ですね。 担当：平岡