

すこやか

発行者：姉ヶ崎ケアセンター
住所：千葉県市原市稚津2545-1
電話：0436(66)8867
担当者：堀川・上田・津根・岡

また来てね、ありがとう

〜十月の誕生会〜

ここ何ヶ月は午後のお誕生会でしたが、今回この十月は「みのり幼稚園」のチビッ子ちゃん達とのふれあいが予定されており、午前の開催でした。利用者様からは「何時に行くの?」「何時に始まるの?」と早くも待ちきれない様子でした。



今回のお誕生者は七名で、ハロウィン仕様のカードに興味津々な様子でした。さて、チビッ子ちゃん達のお遊戯には、目を丸くして手拍子をされたり、お歌も一緒に口ずさんでいらつしやり、大喜びでした。おわかれの時、「また来てね!」と握手した手をしっかりと握りしめて笑顔で見送られましたが、目にはうれし涙が光っていらつしやいました。

見栄えのしない努力

大隅さんがノーベル医学生理学賞を受賞され、日本の基礎医学の研究が世界で認められたことに、医学を志している一片の私にとっても、先生の地道な研究が実を結んだ事を喜んでいきます。日本人は根気のいる素晴らしい仕事を作り

上げます。私は京都の西陣と言う所で、西陣織の「綴れ(つづれ)」を織る人を見て育ちました。草木で染めた何十種類の横糸を縦糸に絡ませます。布を織るのに一か月も掛かる事もあります。出来上がった布は能・狂言の舞台衣装などに



も使われます。素晴らしいものです。人は、浮ついたことではよい仕事は出来ないと思います。素晴らしい介護とは、見栄えのしない地道な努力によって成しえることだと思えます。

【姉崎病院 院長 岡 賢了】

ほっと一息

風や陽射しが

縁側に

腰を掛けて

目を閉じていると

風や 陽射しが

体はどうだい?

少しは庭でも

歩いたら?

そっと 声をかけて

くるのです

がんばるぞ

私は 心のなかで

そう答えて

ヨイショと

立ちあがります

柴田トヨさん

「くじけないで」より



職員のひとり言

「懐かしい味」

看護師 S M

久しぶりに10代を過ごした町を通ると学校帰りに友達と通ったレストランを発見。入ってみると内装もメニューも店員のお姉さんまでほとんど変わってない!ごはんの味も相変わらず美味しくて: 20年以上も前だけど、変わらないお店があるって嬉しいことだなってしみじみ思いました。

最近我が家でも、夕飯の野菜炒めが偶然にも、あれっ、この味って、おじいちゃん野菜炒めだ!小さい頃、よく作ってもらった懐かしい味を思い出して、今は亡き祖父と過ごしていた時間がよみがえりました。

何年経っても覚えてる味、私の味もいつか懐かしいって思ってもらえるのかな...なんて考えながら、今日も子どもたちにご飯を作るのでした。





10月は雨が多く、天気の
良い日は、近くの池までお散
歩に出かけました。

今月から、その季節に合っ
たタペストリーを作ることに
しました。今回は個性豊かな
案山子ができました。

デイケア
ルームより



特集 集団リハビリで生き生きとした生活を

【はじめに】

昨年1月、厚生労働省より『2025年には認知症患者は700万人を突破。65歳以上の5人に1人が罹患する計算である。』という発表がありました。

このような現状を鑑みて、リハビリテーション科では、1対1の個別リハビリだけではなく、『**集団リハビリテーション**』(以下**集団リハビリ**)を積極的に導入する取組みを始めています。

施設生活は在宅生活と異なり、社会との関わりが希薄化し、生活領域の狭小化が著明に生じます。このような環境で生活していると、大多数の方が心身面になんらかの不自由さを抱えてしまいます。結果的には認知機能の低下、身体能力の低下に繋がること



多くみられます。では、私共が実施している**集団リハビリ**がどのようなものか記述していきます。

【**集団リハビリテーションとは**】



複数人で体操・ゲーム・脳トレーニング・工作・回想法(記憶想起練習)を行います。

【**目的・効果**】

- ①思い通りの動作ができる経験
 - ②輝いていた頃の自分を思い出す経験
 - ③同世代や世代の異なる人と交流を楽しむ
 - ④自由に行動できる機会を作り、自分からやりたい、やらなければならない機会を作る
 - ⑤チーム内での自身の役割を得る
- ①～⑤により心身の安定や社会性の維持に繋がります。

【**おわりに**】

集団リハビリを通して、施設での人間関係や自分らしさを再確認していくことは、入所者様の生き生きと

した生活(QOLの向上)に繋がり、二次的障害の予防策となりえるものだと考えます。

(理学療法士 K Y)



新就任の職員紹介

F J (看護師)



病院からセンター勤務に変わりました。
入所者様のお顔とお名前を覚えられるようにがんばります。

W H (看護師)



姉崎病院より10月から来ました渡邊です。元気で明るく利用者様と接していきたいと思っております。どうぞよろしくお願い致します。

編集後記



看護師のSさんのひとり言の原稿を読み終え、何だかあったかい感じに包まれました。味や匂いで急に記憶が甦ることがありますね。この冬もいっぱいあったか〜い思い出を作りましょう。(相談員 O)

11月の予定

10日(木) 誕生会

マジックサークルファニーの皆様によるマジックショーです。お楽しみに(*^_^*)