

かなえるレター

かなえるリハビリ訪問看護ステーション



担当
スタッフより

たくさんの熱帯魚が泳いでる姿をみていると心から癒されます。Fさんに熱帯魚飼育について色々教えて頂きました。たくさんのご趣味をお持ちのFさん。これからもFさんのご趣味のお手伝い如果可以したいと思います。

今月の表紙
観賞用熱帯魚
住之江区 ご利用者より

かなえるレターからのお知らせ

ご利用者数	H26/2/21時点
介護保険 411名	その他 15名
医療保険 163名	計 589名 社員数46名

ご利用者からの投稿募集



かなえるレターではご利用者の投稿を募集しています。俳句、川柳、随筆、絵手紙など作品の種類は問いません。あなたの作品をこの紙面で発表してみませんか？詳細は郵送、FAX、メール、または、訪問スタッフまでお問い合わせ下さい。あなたの投稿をお待ちしております。

かなえるリハビリ
訪問看護ステーション
〒550-0015
大阪市西区南堀江1-16-15
名城ビル4階D号室
tel 06-6531-3500
fax 06-6531-3510
e-mail : info@kanaerulink.co.jp



私は、現在、多系統萎縮症という神経性の難病を抱えている67歳の男性です。この病気は進行性で、いつ身体の状況が変化していくかという不安を感じながら、日々生活をしています。そのような私の趣味の一つに、熱帯魚飼育があります。しかし、この熱帯魚飼育というのは、意外と手間暇がかかり、病状の進行にともないそろそろ、このあたりで諦めなければと思っていました。それでも生き物ですので、どのように処分してよいか迷っていたところ、ちょうど訪問リハビリに来てもらっていた「かなえるリハビリ」のIさんから、「私がお手伝いしますので、どうぞ続けてください。私たちは、利用者さんが自分の好きなことを続けていただくことが最大のリハビリだと考えています。」とのお言葉をいただき、いろいろ面倒なことをお手伝いしてもらい、おかげさまで、私も余計な殺生をすることなく熱帯魚飼育を続けることができました。

ご利用者
コメント

その結果、我が家の水槽は、今や熱帯魚のベビーラッシュ！

30匹以上の赤ちゃん熱帯魚が、ところせましと水槽の中を泳ぎまわっています。「かなえるリハビリ」のIさん本当にありがとうございました。



水槽の手入れをされているFさん、水草を交換中



ネックウォーマー



帽子



帽子

手芸作品
岸和田市 ご利用者より

まだお若いのですが二人の小さいお孫さんがおられ、お孫さん達のために作ったアンパンマンの手芸作品があまりにかわかったので、スタッフがかなえるレターへの掲載を勧めていました。今回やっと写真掲載に承諾頂きました。ありがとうございます。

担当
スタッフより



マフラー



ぬいぐるみ

- ・リハビリは よく出来たよと 褒められて
- ・在宅の 今さら知った ありがたさ
- ・リハビリに 叱咤激励 励まされ
- ・在宅の わがまま気まま 嘯みしめる
- ・妻の眼は 言いたい事を 察知する

ご利用者
コメント

「拙い川柳ですが、笑って下さい」

担当
スタッフより

リハビリ場面では『一人で外出できるようにになりたい。今年のだんじり祭りを歩いて見に行きたい』との目標を持って頑張っておられます。その目標をかなえることができるよう、私も微力ながらお手伝いしていきます。今後ともよろしく申し上げます

川柳作品 岸和田市 阪口 孝司さまより

かなえる TOPIC

かなえるリンク 地域活動中！



1月28日(火)と2月18日(火)に

大阪市西区在宅サービスセンターでの介護予防事業で健康講座を開催させていただきました。

同日とも講師は大阪市西区での地域活動に取り組んでいる作業療法士の朝山が担当しました。

30名ほどの地域の方々にご参加いただき、姿勢や歩行についての講座、ペアになって姿勢のチェック、体力測定、ストレッチ体操などを行いました。参加者の方々は、西区で行われている「100歳体操」や「笑西体操」などにも参加されているようで、運動用のシューズも持参されていました。

最後には参加者みなさんの「私の目標」を発表いただきました。参加者の方々からは、「お稽古ごとに通えるようになる」「転倒しないようにする」「筋力をアップさせる」などなど色々な目標を聞くことができました。

みなさんがお元気で楽しく過ごしていただけるよう、これからも協力させていただきたいと思います。

参加者のみなさんありがとうございました！

先日1月28日(火)に

東大阪市にある有料老人ホームにて、

スタッフ向けの勉強会を開催させていただきました。

講師は東大阪市ユニットリーダー・作業療法士の五藤でした。

和やかな雰囲気の中勉強会が行われ、スタッフの方々が熱心に講義に耳を傾けておられる様子がとても印象的でした。

講義の中では、実際に車椅子に乗る体験もさせていただきました。

スタッフの方々と意見交換もたくさんでき、

普段スタッフさんたちがどのように考えているかを知ることができ、良い機会になりました。

これからもみなさんのお役にたてるよう、色々な勉強会を開催していきたいと思ひます。

スタッフの皆様、ありがとうございました。



看護 豆知識

足浴について

立春は過ぎましたがまだまだ寒い日が続きますね。
皆さんは「足が冷えて眠れない」なんてことはありませんか？
そこで今回は「足浴」のお話です。
お湯に足を入れて温めることにより

- ・足が清潔になり、においや汚れが取れる
- ・全身を温める
- ・リラックス効果
- ・軽い傷の回復が早くなる

痛みやしびれが一時的に軽くなる などの効果が期待されます。



看護師
谷川 なる美

準備物

- ・大きめの洗面器やバケツなど
- ・タオルやバスタオル、レジャーシートやごみ袋
- ・お湯 (40℃前後、お好みで)
- ・その他 沐浴剤やアロマオイルなどあればお好みで

椅子やベッドに腰掛けて、膝が曲がればベッドの上でも足浴できます。
それでは始めてみましょう！！

- ①床がぬれないようにレジャーシートやごみ袋を敷いてその上にバスタオルを広げます。
 - ②洗面器やバケツに40℃前後のお湯を入れ置きます。
 - ③足をつけます・・・とその前に！！必ず手を入れて温度の確認をしてください。
 - ④手やガーゼで優しくこすります。特に指の間をマッサージするようにするととても気持ちがよく垢も取れます。
- お好みで沐浴剤やアロマオイル、陳皮（みかんの皮を干したもの）を入れてもいいですよ。
最後に少しだけ熱めのお湯を足します。
バケツを下げタオルなどで優しく拭いてください。仕上げに保湿クリームなど塗ります。



※気をつけるポイント

- ・足をつける前は温度を確かめ、火傷に注意してください。
- ・体調の良い時に行ってください。
- ・傷がある場合はかかりつけ医か当社訪問スタッフへご相談ください。

スタッフ インタビュー

このコーナーでは、かなえるリハビリ訪問看護ステーションに所属するスタッフのご紹介をさせていただきます。
今号は、大阪市内エリアで活動している三宅洋平PT(理学療法士)です！



好きな物 宇宙
好きな言葉 Today is the first day of the rest of your life.
(今日という日は、残りの人生の最初の日である)
長所 やると決めたらとことん！
短所 神経質・心配性

名前 三宅 洋平
趣味・特技 スポーツ
音楽、料理

- ①理学療法士になるうと思ったきっかけは何ですか？
学生時代にサッカーで怪我をした時に大変な思いをしたことがきっかけ。祖父や父が理学療法士にお世話になったこともあり、自分も関わりたいと思ったところから今に至ります。
- ②これまでのご利用者との関わりで印象に残っていることはなんですか？
90歳のおばあちゃんに求婚されたこと！癒されました。
- ③仕事をして「やった！」と感じることは何ですか？
やはり患者様や利用者様、ご家族の方からの「ありがとう」という言葉。本当にやりがいを感じます！

④理学療法士として一番大切にしていることはなんですか？
とにかく、患者様や利用者様をはじめ、関わってくださる方を笑顔にすること！

⑤将来の夢をおきかせください。
海外ボランティア。理学療法士を武器の一つとして海外を飛び回りたい！

もうすぐ春ですね！寒い寒いと思っていたら花の蕾もふくらみ春の足音がそこまで聞こえてきています。暖かい季節がやってきたら何をしようかと考えると、今から気分がワクワクしてきます。お花見にドライブに旅行と今から着々とお出かけの計画を練っています。そして皆様と一緒に素敵な春の訪れを迎えられますようにスタッフ一同願っております。

編集者 井戸 孝則

