



ニュースレター あすか

2013
3月号

通算 240号

2013年3月1日

生活リハビリ 推進室を 設置しました

医療法人あすかでは、あすかの社是である『ともに生き ともに輝く』を實踐し、利用者様の『その人らしく』を實現するために、今までさまざまな取り組みを行ってきました。あすかでのリハビリをさらに充実させていくために、本年1月、「生活リハビリ推進室」を設置し、室長として保田和彦理学療法士が就任しました。今後の生活リハビリ推進室の役割を紹介します。

理事長 高橋勲

はじめまして。本年新設された生活リハビリ推進室の「保田」と申します。どうぞよろしく願っています。

生活リハビリとは何か。私たちの描く未来予想図も含め、自己紹介がてら説明させていただきます。



室長
やすだかずひこ
保田和彦

私は理学療法士です。病院などでリハビリの部屋のマットの上で訓練と呼ばれる運動をしたり、歩く練習を一緒にしたり・・・とその様相はみなさんご存知のことと思います。私もかつては(いや今も多少)、このような仕事をしておりましたが、このような理学療法士がなぜ「生活リハビリ」を推進することになったのか、それは介護との出会いです。

【リハビリテーションと介護】

リハビリテーションといえば、先にもあげましたように「訓練」という言葉が連想されやすいです。勿論リハビリのなかで訓練(練習?)は行いますので間違いではないのですが、「リハビリ訓練」となると話が違ふ。訓練とはリハビリを行う手段の一つにすぎないのです。

(次のページへ続く・・・)

“ニュースレターあすか”は当法人のホームページ上でも
見ることができます

<http://www.asuka-net.or.jp>

発行元：医療法人あすか
(編集：新宅 佳那子)

住所：〒731-0103
広島市安佐南区
緑井2丁目12-25
TEL:082-879-3143
FAX:082-879-3190



当法人は、
ISO9001の認証施設です

【目次】

【ページ】

- 1. 生活リハビリ推進室を設置しました・・・ 1
生活リハビリ推進室を設置しました(続き)・2
- 2. 若竹句会 1月作品抄
- 3. 新年会①(野の花)・・・ 3
- 4. 事業所だより(つどい)・・・ 4
- 5. 事業所だより(みどりい)
- 6. 作品紹介(しゅりあ)・・・ 5
- 7. 新年会②(まやる、しゅりあ)・・・ 6
- 8. 認知症ケアの取り組み・・・ 7
- 9. 継続は宝なり 第9回・・・ 8



（・・・前のページからの続き）

では、リハビリテーションとは、どのような世界なのでしょう。ルーツを紐解けば、ある宗教から波紋を受け多くの権利を失った方に対して、もう一度社会で生きていけるようにいろいろな活動を行った・・・そんなところがリハビリテーションのルーツになっています。英語で書けば「re-habilitation」です。「re」とは「再び」、「tation」とは、「〇〇する」と。そして「habili」は、ラテン語の「habilis」と表記され、「〇〇にふさわしい状態にする」ということだそうです。これをつなげると、リハビリテーションとは、「再び〇〇にふさわしい状態になること」といえます。〇〇にはなにが入るでしょうか。これがとても大切です。私は「その人らしく」「自分らしく」「人間らしく」・・・そんな言葉当てはめています。みなさんは

どうですか。

一方で「介護」です。言葉遊びのようですが言葉の中に「護る（まもる）」という字が入っています。では、何を護るのが介護なのでしょう。このように問いかけていくと、リハビリテーションの「再びその人らしく」にたどり着くこととなります。つまり、リハビリも介護もやりたいことは同じ「もう一度あなたらしく生きてほしい」が大きなメッセージになっているのです。

リハビリテーションも介護もその目的は「老いや障がいがあつてむずかしいことはあるかもしれないけれど、もう一度あなたらしい人生を全うしてもらいたいこと」にあります。端的に言えば「生活の再構築」です。再び元の状態を目指すだけではありません。今のお体で今の年齢で今からの人生を豊かに過ごしていただくためにみなさんの人生に少しでも一緒に過ごさせていただく、そんな役割が介護なのかもしれません。

【生活リハビリとは何か】

生活リハビリという言葉ですが、「トイレに行くために時間がかかっても一生懸命歩く」というような「生活の中で訓練することでは決してありません。生活リハビリとは、「その人の暮らしを、人生をもう一度豊かにしよう」とつまり「生活をリハビリテーションしよう」と

う」という私たち介護に携わる者すべての道標（みちしるべ）だと思つています。



この度、医療法人あすかは、この「生活リハビリ」の考え方を推進する立場をとるようになりました。もう一度その人らしく慣れ親しんだ人や物や街のなかで、暮らし続けることのできるよう皆さん方の暮らしを「護る」ことが使命の一つであろうと思つています。いつまでも、やってみたいこと、会いたい人、行きたいところがある、そんな暮らしを続けていただきたい、そしてこ

不自由なことが増えたとしても少なくとも「人らしく」暮らしたい。特に「人らしく」を強く明記したものが「あすか介護方針5カ条」にほかありません。

いつまでも座って好きな人と好きなものを口からおいしく食べる。出たいときにすつきり排せつする。一日のリラックスや満足としてふつうのお風呂に顎までお湯につかる。こんな当たり前のことを最期まで護りとおすことができる。勿論一朝一夕にはいきませんが、職員皆で目標を持つて進んでいきます。今年の大きな目標は、その人らしく暮らしていただけたための「生活リハビリの理解」と思いを形にするための「介助技術」「認知症ケア」の充実です。

最後になりましたが、思いを形として実現するという目標のもと、各事業所、各職員がそれぞれ目標を持って仕事ができるようなしくみを目下構築中です。脳科学の分野でも「やる気」を引き出すには「達成感・できた」という体験が重要であると言われていました。医療法人あすかの職員が「喜び・自信・誇り」をもって、みなさんともども「いきいき」と時を刻めるよう、微力ながら活動していきたいと思つています。どうぞ、よろしくお願ひいたします。

（生活リハビリ推進室 室長 保田和彦）

若竹句会 一月作品抄 信廣高陽 選 (平成二五年)

ふくら雀 毛並みまるまる 着飾りて
 〔寸評〕ふくら雀は、寒中に全身の羽毛をふくらませている雀だ。寒雀と並んで晩冬の季語になっています。人間社会では着ぶくれは敬遠しがちですが、雀の紋章は牡丹に次ぐ名譽の紋章ですから優雅な雰圍気で捉えられているようです。

クリスマス 街の真ん中 大ツリー
 〔寸評〕聖夜、聖樹、聖菓と季語も定着しつつあるようですが、信者でない人たちの間にもその習慣は一般的となった感があります。中でも電球や放電管でツリーをかたどったイルミネーションは目をひきます。聖夜の印象を「大ツリー」でうまくまとめられています。

松葉蟹 食えば静まる タの膳
 〔寸評〕越前蟹として知られる大型の食用蟹。他にせいこ蟹、こうばく蟹、松葉蟹と呼ばれるものがある。いずれも三冬の季語です。山や川、磯にいる小蟹は夏の季語です。

街路樹の 落葉に遊ぶ 一人っ子
 〔寸評〕風に吹き寄せられた吹き溜まりには、雪やこみと一緒に落葉もある。踏むと音がするし、風が吹けば追いかけてみる。格好の遊び場かもしれないが、一人っ子には寂しい。落葉と一人っ子の寂寥感が大きな余韻となって伝わってきます。

山河の いづれに見ゆるも 冬景色
 〔寸評〕枯れ尽くして静かに眠る山、草が枯れ伏した冬の野原など、見渡す限りの荒涼とした冬景色の一句。

息白し 小走りに行く 子供たち
 旅支度 しながら気になる 冬の空
 吹雪く中 くぐりゆくなり しゅりあちよく
 日脚伸ぶ 捜す眼鏡よ どこに居る
 息白し これからが思いやられる

〔選者 吟〕
 駄菓子屋に 拳玉さがる 小春かな

松村キミエ
 西 富枝
 後藤 義高
 原田ツヤノ
 吉岡千恵子
 信廣 高陽

野の花 1月7日

～新年会～



これで今年1年健康です



おみくじは・・・中吉です♪



近くで見ると迫力あるわね!



みかん何個入るかのう!?



新しい年を迎え、野の花、年初のイベント新年会の始まりです。新年会の始まりは、職員が寝る間を惜しんで(?)一生懸命練習した獅子舞の舞い。噛みつかれた方は今年1年無病息災に過ごせますよ。今年初めの運だめし。何が出るかな?みなさん良い顔していますね。おやつは、午前中にみなさんで作ったぜんざいを美味しくいただきました。今年も1年、野の花では、みなさんと共に楽しんでいきたいと思っています。巳年のように末ながーく宜しくお願いします。(森岡繁幸)



お茶会

「お抹茶は、懐かしい味」

高木様はお茶の先生です。地域住民の代表として二か月に一度、

※運営推進会議で、つどいの家から「つどいの家のご利用者にお茶を点ててさしあげたい。」という嬉しいお申し出をいただきました。

運営推進会議では、つどいの家で作った手作りのおやつを召し上がっていただいているのですが、そのお返しにというわけです。



まずは先生のお手本です



お茶会は1月12日(土)に決まりました。

当日は、みなでお花を生け会場作りを念入りにし、先生が来られるのを心待ちにしていました。

緊張感漂う中、お茶会が始まりました。まずお菓子をいただき、先生が点ててくださったお抹茶を頂戴する。「茶器を持つと手がふるうね。絵柄がとても素敵です。では、頂戴します。」と先生と皆様に一礼をし、一服された米田様。「ああ、美味しい！懐かしいね！」少し涙ぐまれながら昔を思い出されておられました。「けっこうなお味でした。」と先生に一礼されました。

男性の方は、「お抹茶を飲むのは初めてじゃ！わしゃあビールの味しかわからんわ。」と冗談を言いながらも、一服頂戴すると先生に「美味しゅうございました。」と一礼。

二服目は、それぞれの方が「自身で点てました。先生のようにはいかんね。泡が大きいよ。」「粉っぽかったね。」「茶笥ちやせんの使い方が難しい



けっこうなお味でした

ね。」とさつきまでの緊張も忘れ、先生と楽しいひと時を過すことができました。

高木先生ありがとうございました。是非、つどいの家の恒例行事にしたいと思えます。

(所長 小田聖子)

※運営推進会議とは、指定小規模多機能型居宅介護等が地域に密着し、開かれたものにするために行われる会議です。(基準第85条)利用者、利用者の家族、地域住民の代表者、市の担当職員又は地域包括支援センターの職員、指定小規模多機能型居宅介護についての知見を有する方で構成されています。



つどいの家



懐かしいねえ
昔を思い出すわあ



緊張したけど
美味しゅうございました



お抹茶は初めてじゃね
どんな味かの!?



夢をかなえるプロジェクト



★ 利用者さまの夢を叶えるお手伝いをいたします! ★

* ショートステイ みどりい *

『郷土のお菓子を食べたい』

〜谷口明男様の夢〜

谷口明男様の満86歳の誕生日会をショートステイみどりいで行いました。

事前に谷口様とお話しさせていただき、昼食時にノンアルコールビールをお出しすることに決まりました。泡のたつグラスのビールを一気に飲み干され、「あー、おいしい!!」と満足そうな笑顔。

午後のお茶の時間に行われた誕生会では、『郷土のお菓子を食いたい』という谷口様の夢におこたえして、愛媛の銘菓「一六タルト」が出されました。「カステラ地と餡のバランスがなん



愛媛銘菓『一六タルト』



懐かしい味がするよ

ともいえずおいしいねー」と、おいしそうに食べていらつしやいました。ほかの利用者様にも「久しぶりにタルトを食べたね。」と喜んでいただきました。

(泉富士生)



やっぱりビールじゃねえ♪

素敵な作品をご紹介します!

作品紹介



しゅりあちよーく

滝川明様

小学校の頃から絵は大好きで貼り出してもうたりしてました。30歳過ぎてから油絵を始めました。油絵は失敗しても上から重ねて塗れば修正できるが、しゅりあで取り組んでいる水彩はそれができず難しいね。影・日向をしつかりデッサンする事が重要。これからも楽しみたいです。

【川口先生のメッセージ】イタリアの教会にある、フレスコ画の様な美しい色を出されます。確かなデッサン力と絶妙な構図で、あたたかく深い作品を制作されています。



①メッセージボード

しゅりあちよーくのお正月作品の紹介です。

- ①みちくさグループによる『メッセージボード』どんなメッセージを貼り付けましょう♪
- ②毎月大人気のしゅりあ『壁画』館内を華やかに彩ります
- ③よろず屋グループによる『門松』来訪者が目を見張ります☆



②壁画



③門松



神主様とふっくら巫女さん

まやるちよーく 1月7日

平成25年、まやるちよーくの幕開けです。1月7日『七草の節句』のこの日、新年会を執り行いました。まず、個性的な獅子舞が登場しみなさんにごあいさつしたところで、神主様とふっくらした巫女さんがおいでになり、五穀豊穡と世界平和をお祈りしました。



その後、神主様による『書き初め』が用意され、「何を書きましょうかな?」との問いに「平和!」「健康!」「正月!」「元気!」などの声があがりましたが、「元気!!」にみなさんが賛同し、ひと筆ひと筆、魂を込めて筆を入れました。

みなさんが元気で一年を過ごしていただけるよう、祝詞をとなえお祈りをしました。最後はみなさんで乾杯し、笑顔で過ごす一年を誓いました。

(山下垂抄子)



神主様による書き初め



あけましておめでとう



2013年

～新年会～

しゅりあちよーくの新年会は、おちょこに注いだ甘酒と、比山看護師の音頭による乾杯でスタートしました。大きな太鼓の音が響くと獅子舞の登場!獅子たちは、無病息災を願い大きな口を開け、次々にみなさんの頭や手足をパクリ、パクリ。みなさん大喜びでした。

火曜日の詩吟チームの朗々たる詩吟にお正月の気分も盛り上がりました。『二人羽織』や、職員そっくりに作ってある『福笑い』と楽しい時間はあっという間に過ぎていきました。最後は、職員も全員集合し、みなさんで一本締めをして終わりました。

さて、しゅりあちよーくの『おみくじ』には、「鏡を見て笑顔の練習をすると良い」「運動すると体が元気になるかも」など、しゅりあちよーくの職員の願いを綴らせていただいております。

(服部淳子)



できあがりを楽しみですネ!



職員がモデルの福笑いそっくりですね!!



「私も噛んで～」と大人気☆

しゅりあちよーく 1月17日

あすか認知症ケア の取り組み

～想いを行動に～

2012.10-2013.3



あすか療養センター

短期入所療養介護事業所

統括主任 中村尚史

医療法人あすかでは、さまざまな、認知症ケアの取り組みを続けてきました。平成24年10月から月2回、リーダー会議で各事業所の症例を持ち寄り、検討会を始めました。介護の経験の長いリーダーたちの意見を集約して、それを自分の事業所に持ち帰って実践していくというものです。症例を発表した事業所はさらに各事業所に向けて説明することになっています。この仕組みですべての職員に認知症に関する知識と経験を伝授していくことにしています。

認知症の利用者様にはそれぞれの不安があり、混乱があります。あすか療養センターでは「どのよう生活していただきたいか」「その方にとつてどのようなケアをすればよいのか」を利用者様およびご家族に要望をお聞きしたうえで常に職員で話し合い、職員間で意識を統一するを行っています。その方とのコミュニケーションの中で、行動や言葉を細やかに観察し不安の原因にたどり着けるように試行錯誤を繰り返しています。

不安を抱えている利用者様と関わる時に大きなヒントを与えてくれるのはその方の「生活史」です。その方のこだわりや不安の原因になるものは、幼い頃の環境や、成人してからの職業によるものであることがあります。それを深く知ることによって、寄り添うための「言葉のかけ方」や「ケアの方法」のきつかけになるのです。そして職員との距離が縮まり、利用者様も職員とともに笑顔で大きな喜びを感じるようになります。

利用者様がこれまで歩んでこられた「生活史」。ご家族との思い出もたくさん詰まっていることと思います。ご家族に生活史を教えてくださいたくのは大変なことと思いますが、利用者様の気持ちを紐解くのに大きな意義を持ちますので、どうぞ皆様のご協力をお願いしたいと思います。



あすか療養センターはとても自然の環境に恵まれています。市内を眺望できる高台にあり、周囲は山や田んぼ、畑に囲まれ、澄み切った空気、鳥の鳴き声・・・自然の恵みがいっぱいです。テラスでは花や野菜を育てています。見るだけでなく花や野菜の種を植えたり匂いを嗅いだり、実際に自然に触れることで穏やかな気持ちになつていただけるように取り組んでいます。

あすか療養センターは、認知症のある利用者様にとつても安心できる安らぎの場となっています。

これから春になります。季節の変化を目で耳で肌で感じながら利用者様の想いに寄り添っていきたいと思います。

継続は宝なり 第9回

寒い日が続き、春が待ち遠しいですね。暖くなったら、散歩に行きたいと思われている方もいらっしゃるのではないのでしょうか？ 少しずつ体を動かして準備をしてみましょう。

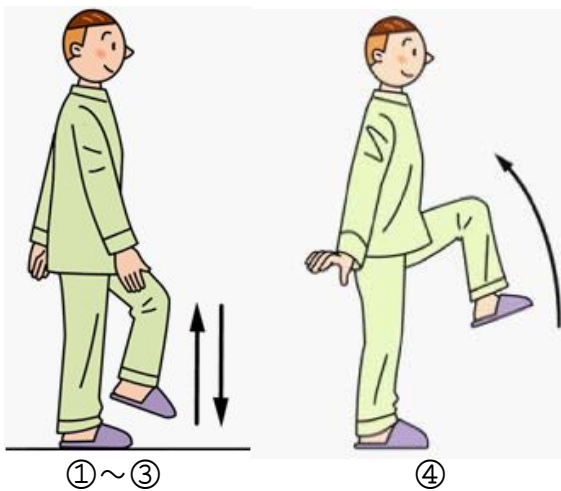
歩行に必要なバランス能力と脚筋力アップの運動をご紹介します。

ポシブル所長 榎本弘子

【やり方】

その場足踏みを3歩し(図①～③)、④でそのまま片足立ちの姿勢をキープ。

そのまま上げた足を下ろしたところを1歩目として足踏みを3歩すると交互に片足立ちを繰り返すこととなります。



効果

片足立ちでのバランス能力アップで転倒予防。

片足に体重をかけたり、脚を引き上げることで筋力アップ。

繰り返し行うことで、持久力のアップ。

最初は交互に2回ずつくらいから始めましょう。

ふらつく方は、椅子の背もたれや壁など安定したものを持って行って下さい。



～ 医療法人あすかの経営理念 ～

『感謝 尊厳 謙虚 誇り』

医療法人あすかは、地域の患者様、利用者様との出会いに感謝し、信頼される法人として常に最善の医療、看護、介護を提供することを使命としています。私たちの仕事は、人の尊厳を守り、人の人生によりよい影響を与え、支えていくことです。私たちは、心を込めて仕事をします。私たちは謙虚であり、仕事に誇りを持ち、社会に貢献していくことを喜びとしています。

【編集者のつぶやき】

毎日寒い日が続いていますが、いかがお過ごしですか？自転車通勤のわたしにとって、この寒さは耳がちぎれそうなほど堪えます。。。さらに、先日髪をとって短くしたので、寒さ倍増!!こんなに短いのは人生初☆まるで少年♪笑
立春を過ぎても、まだまだ厳しい寒さです。お体にはお気を付け下さいネ!

毘沙門クリニック
ショートステイ いわや
デイサービスセンター 野の花

あすか療養センター 緑井3丁目40-30

デイサービスセンター しゅりあちよーく
デイサービスセンター 野ばら

毘沙門台東1丁目24-16

高橋内科小児科医院
デイサービスセンター まやるちよーく
通所リハビリテーション すてつぶ
ショートステイ みどりい
小規模多機能型居宅介護事業所 つどいの家

緑井2丁目12-25

リハビリデイ・ポシブルみどりい

緑井3丁目20-1-102

あすか病児保育室

082-830-5177

あすか居宅介護支援事業所

緑井3丁目20-1-103

医療法人あすかの医療・介護関連施設