

2017 2月立春号

 AGEO MEDICAL GROUP

広報 こすずめ通信

医療法人社団 協友会 介護老人保健施設 ハートケア横浜小雀

〒244-0004 神奈川県横浜市戸塚区小雀町 2248-1 <http://www.hc-kosuzume.jp/>

TEL 045-852-8611

FAX 045-852-8617



新春 獅子舞



新年の1月4日、原宿囃子保存会による獅子舞が披露されました。軽快なお囃子のリズムに自然と体が動き、一緒に踊りだした利用者様もいらっしゃいました。獅子に頭を噛んでもらい邪気払いをして、皆さんで良い1年を迎えられそうですね。



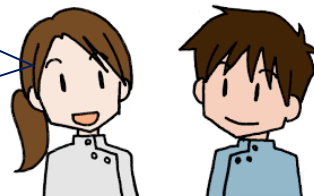
新年 書道展



利用者様の作品 150 枚を展示しました。多くの皆さまが足を止め、また親子と一緒にご覧になって下さいました。

特集 リハビリ テーションの仕事

みなさんこんにちは。今回は
私たちリハビリテーションの仕事に
ついて紹介させていただきます。



PT

理学療法士

Physical Therapist

理学療法士は、病気や事故などで身体に障害や不自由さを抱える人、また高齢により身体機能の衰えた人などに対して、医師の指示の下でリハビリテーションを行い、運動能力の回復を援助する仕事です。具体的には、「歩く」「座る」「立つ」「寝返りをうつ」といった身体の基本機能回復をサポートすることが、理学療法士の専門領域となります。身体の構造を熟知したうえで、その人に合ったリハビリ計画を考え「運動療法」や「物理療法」といわれる専門的な手法を取り入れながら、効果的に身体機能を引き出したり回復させたりすることを目指します。



作業療法士は、病気やケガなどが原因で身体に障害や不自由さを抱える人に対して、医師の指示の下でリハビリテーションを行い、日常生活に必要な能力を高める訓練や指導をする仕事です。作業療法士が専門とするのは、「リハビリ」のなかでも身体的・精神的なものになります。身体的なリハビリというのは、関節を動かしたり、筋肉を発達させる訓練を行ったことで、身体機能に問題を抱える人をよりよい方向へと導くことです。とくに食事、排泄、入浴といった日常生活を送るうえで必要になる動作（箸を持つ、炊事をするなど）を、リハビリによって訓練します。また、精神的なリハビリは、精神に障害のある人などに対して、考え方を变えたり、あるいは気分を発散させたりするアプローチを行い、社会復帰を図ります。どちらの場合も、ただ機械的に訓練を行えばいいというわけではなく、患者さん一人ひとりと向き合って、その人に合った方法でのリハビリを行います。



OT

作業療法士

Occupational
Therapist



ST

言語聴覚士

Speech-Language
-Hearing Therapist

言語聴覚士は、話すことや聴くことに障害・不自由がある人に対して、言語能力や聴覚能力を回復させるリハビリテーションを行う仕事です。これらについての障害を持っている場合、他人とのコミュニケーションがうまくとれなくなってしまうことがよくあります。問題の原因を探り、検査などをしながら、一人ひとりに合った訓練プログラムを考え、リハビリの内容としては、身体的な要素を持つ運動はもちろん、心理的な影響力を持つ運動も含まれます。たとえば、文字や絵を使って言葉を引き出したり呼吸や発音の練習、唇や舌、口の体操など、訓練の内容は多岐にわたります。また食事での「飲み込む」「食べる」という動作の訓練も行ないます。



回復期リハビリテーションのご相談は

 上尾中央医科グループ



PT 58名
OT 41名
ST 19名

さがみリハビリテーション病院

神奈川県相模原市中央区下九沢54-2

TEL 042-773-3211



PT 65名
OT 39名
ST 24名

横浜なみきリハビリテーション病院

神奈川県横浜市金沢区並木2-8-1

TEL 045-788-0031

12月のクラブ活動

12月のお料理クラブはクリスマスケーキを作りました。皆さん思い思いのトッピングで、美味しくいただきました。生花クラブとフラワーアレンジメントクラブでは新年に合わせた作品が出来上がりました。きれいなお花はそれだけでお正月気分を盛り上げてくれますね。



～ 今月のひとこと ～

The best way to cheer yourself up is to try to cheer somebody else up.

自分を元気づける一番良い方法は、
誰か他の人を元気づけてあげることだ。

マーク・トウェイン



教えて

住宅改修

住宅改修を行なう際に注意したいことをまとめてみました。介護リフォームで失敗をしないための参考にしてくださいね。



住宅改修の目的を明確にしましょう。住宅改修をすることで、最優先で実現したいことは何かを明確にすることが大切です。

①



家の中で困っていることを明確にしましょう。家の中でどんなことに困っているか、どんな時に動きにくいと感じているかを明確にすることが大切です。

②



お一人で生活をしていますか？一人で生活をしている場合と、ご家族との同居の場合とでは改修も変わってきます。家族と一緒に生活しているのなら、改修した設備が必要ない家族にとって、邪魔にならない工夫も必要です。

③



専門家のアドバイスを受けましょう。ケアマネジャーに相談をしたり、住環境福祉コーディネーターなどの専門家のアドバイスを受け、どうしたいのかをはっきり伝え、改修の内容や時期を検討しましょう。

④



実績のある専門業者を選びましょう。介護を目的とした住宅改修は、バリアフリーを例にとっても、ただ段差をなくせばよいというものではありません。高齢者向けの住宅改修に慣れている専門業者を選ぶことが大切です。

⑤



次に、住宅改修を行うことで得られる効果についてお話をします。

■自立度をアップさせる

高齢になって体が不自由になっても、できる限り自分のことは自分でしたいと考えている方が多くいらっしゃいます。住宅改修は、住まいの使い勝手を見直すことで、自立度がアップする大きな力になります。

■介助者の負担を軽減する

バリアフリーや間取りを変えて移動しやすくすることで介助者の負担もずいぶん軽減できるようになります。

■家庭内の事故を予防する

高齢者の家庭内での「転倒」による打撲や骨折は意外に多いものです。屋内を安全に移動しやすくしたり、事故の原因となるものを事前に改善することで、家庭内での事故を未然に防ぐことができます。

住宅改修には介護保険を利用しましょう。



※自治体からの助成金等に関しては、お住まいの自治体にお問い合わせください。

■介護保険の住宅改修費の支給対象項目

- ・手すりの取付け
- ・段差の解消
- ・滑りの防止及び移動の円滑化等のための床又は通路面の材料の変更
- ・引き戸等への扉の取替え
- ・洋式便器等への便器の取替え
- ・その他上記の住宅改修に付帯して必要となる住宅改修

