



# あしたば通信

R3年8月号



## 紙飛行機を飛ばそう！！

昨年、好評だった紙飛行機飛ばしを今年も行いました。

個々で紙飛行機の折り方を考え、利用者さん自ら手先を使い折ってもらう事で脳の活性化を図り、認知症予防の効果もあります。

レクリエーションの時間に、飛行距離を競って頂きました。前もってお知らせしていたこともあり、お家で研究して折って準備している方もおられました。

また、同じ紙飛行機でも、飛ばす人が違うと飛ぶ距離が全く変わり、紙飛行機の奥深さにみんなで盛り上がりました。

自身の番が終わっても、折り方や投げ方等様々な改良を加えて飛行距離を延ばそうと再度挑んだり、新たな参加者に折り方を教えたりとレクリエーションの時間を楽しんで頂きました。なんと、1番の飛行距離記録は9m86cmでした！！



## コンプライアンス研修、ノーリフティングの勉強会に参加しました！

ケアポート栗東では毎月各種研修を開催しています。7月の内容はコンプライアンス(法令順守)でした。今回は若林施設長から認知バイアスを中心とした内容のお話で、自分の思い込みや周囲の環境といった要因により、非合理的な判断をしてしまう心理現象について学びました。

また、デイケアでは今後「抱え上げない介護」を実践していくことを見据えて4人の職員が外部のオンライン研修に参加したノーリフティングの研修内容を全職員で共有する為の勉強会を行いました。ノーリフティングケアとは「持ち上げない」、「抱え上げない」、「かぶくで行わない」ケアのことです。介護者が腰痛を引き起こす間違った身体の使い方をなくし、ご利用者の状況に合わせて福祉用具などを活用します。ご利用者の皆様にとっても安心、安全、そして職員との密接を防ぐことが出来ます。これからは全職員が日々の業務に活かせるように取り組んでいきます。



コンプライアンス研修



ノーリフティング勉強会



# 今月のきらりさん

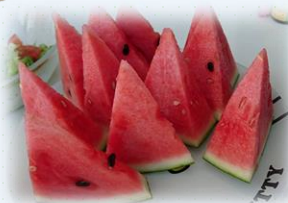
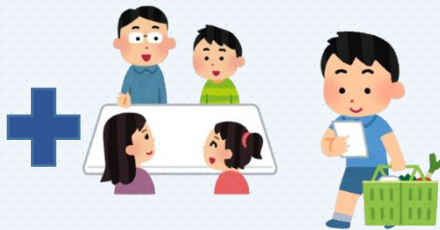


# 今月のきらりさんは、●●●●さんです！

牧田さんは奥様の誕生日にプレゼントを買うことを目標にリハビリを続けてこられました。自宅から500m離れた近所のスーパーに買い物に行くため歩行器をレンタルして屋外歩行練習を行われていました。



ケアマネジャーと当日の段取りも含めて話し合いを行いました。



ケアポートでスーパーまでの距離を想定して少しずつ歩行距離を延ばして歩行練習に取り組まれました。



無事、奥様から頼まれたスイカを買ってこられました！

## 『 職員リレーエッセイ 』

黒岩Nsよりバトンを預かりました岡田怜美です。この8月でデイケアでの勤務が1年が経ちました。ご飯をよく食べる元気な二人の子供と日々奮闘しております。2人共、私に似たのか食いしん坊です。10歳の娘はクラシックバレエを習っていて夏の発表会に向けて厳しいレッスンに励んでおります。2歳の息子は学ぶことが大好きで、今は日本地図に興味があり都道府県の形と名前を覚えようと毎日頑張っております。

子供も大人も目標に向かって取り組む姿はとても魅力的でかっこいいですね。皆様が目標に向かってプログラムに取り組む姿はとても素敵です。そんな素敵な皆様をこれからもサポートさせて頂きたいです。ご利用中以外にも自宅で取り組んでいる事など教えて頂けると嬉しいです！暑い日が続きますがバランスの

良い食事、質の良い睡眠、適度な運動、こまめな水分補給を心掛けコロナにも夏の暑さにも負けない体づくりをしていきましょう！来月は宮武課長です♪



## 『 職員異動のお知らせ 』

はじめまして。理学療法士の真野と申します。4年前前、通りハで勤務しておりましたが、その後は入所棟と訪問リハで勤務しておりました。そして、令和3年8月より再度通りハのリハ職員の一人として勤務させていただくことになりました。利用者様それぞれの目標を達成できるよう、一緒に頑張っていきたいと思っています。よろしくお祈りします。

余談になりますが、趣味は釣り、野球、グルメです。最近では実家が兼業農家で、稲作の手伝いをしています。利用者の皆様から是非お話を聞かせてください！



## ワクチン接種終了しました！

7月から8月にかけて、職員も、ワクチン接種(1回目・2回目)を行いました。ワクチン接種を実施した後も、今まで通り、3密を避け、各職員が自覚を持った、責任ある行動を心掛けています。ワクチン後、特に2回目は、熱発や倦怠感があつた職員もおりましたが、2~3日後には症状も治まりました。

利用者の皆様にも、安心してご利用頂ける様、今後も新型コロナウイルス感染予防に努めて参ります。今しばらく制限のある生活が続きますが互いを思いやる心を忘れずのり切っていきたいと思っております。今後も手指消毒・マスクの着用にご協力お願い致します。



## かき氷を食べて猛暑を乗り切りましょう！！

昨年に引き続き かき氷器を使用してご自身でかき氷を作って水分補給をして頂く企画しております。

リハビリの後、お風呂の後に好みのシロップを選んで食べてみてください。シロップは、イチゴ・ブドウ・抹茶の三種類です。お楽しみに！



## 8月の予定

第3週目)体重測定

第4週目)誕生日週間

※8月9日(月)は休業日となります。お間違えのないようお願いいたします。



## 理髪日のお知らせ

ラルジュ → 2日(月)・27日(金)

※2日とも午後からとなります。水曜日はありません

きれいや → 5日(木)・17日(火)・28日(土)

※散髪ご希望の方は事前にお知らせ下さい。事前の申し込みが必要ですのでよろしくお願い致します。

