ケアポート栗東　通所リハビリテーション

6月 あしたば通信

R７年６月号

☆職員紹介いたします☆
☆第２弾☆

今回のあしたば通信は、いつもと趣向を替えまして、５月６月の２号にわたって、職員の紹介をさせて頂いています。（順不同）

①名前　②職種　③現在の推し（興味関心のあるもの）

①佐々木　依子
（ささき　よりこ）
②作業療法士
③美味しいパン・そば探し
ロースト ポテト作り

①荒川　嵐
（あらかわ　あらし）
②理学療法士
③阪神タイガース、猫、マンガ

①永幡　洋子
（ながはた　ようこ）
②看護師
③映画

①村上　香奈
（むらかみ　かな）
②介護福祉士
③絵本、パン

①黒岩　久美子
（くろいわ　くみこ）
②看護師
③時々出会う孫とのふれあい

①瀬戸口　裕子
（せとぐち　ひろこ）
②介護福祉士
③歩こう会、
朝５時からのお菓子作り

①稲田　剛史
（いなだ　つよし）
②介護福祉士
③スポーツ全般、特に巨人

①北川　由季子
（きたがわ　ゆきこ）
②介護員
③阪神タイガース、万博
滋賀レイクス（バスケット）

①川越　由羽美
（かわごえ　ゆうみ）
②介護員
③狩野英孝さん

①前田　章子
（まえだ　あやこ）
②事務員
③パン作り、旅行（海外、国内）
ホットヨガ

今月のきらりさんは [redacted] [redacted]さん　です！

体重が減りすぎ！通所を始めたときは56kg、毎月1kgずつ減って、半年後の8月は50kg。「筋力が衰えているため、バランスが悪くふらついたり、転倒リスクが高まっている。食事が偏っているので、たんぱく質を多く摂取するように。鶏肉、卵、納豆、牛乳などを食事に加えては」と昨年8月にリハビリ佐々木さんからアドバイスされました。

さらにタンパク質補助食品の利用を提案され、メイバランスとプロテインスープを朝食に追加しました。必要な食品を買いにスーパーに出掛けるようになり、アドバイスから半年後の今年2月に、体重は59kgと9kg増加し、減少がやっと止まったようです。リハビリでは階段の昇降が追加され、今も取り組んでいます。

脳梗塞で左半身麻痺が強く残っているが、リハビリの効果は大きく、左手の握力が入所時に9kgだったのが1年たった現在19kgに改善。自宅では、病院の通院やドラッグストアでの買い物に出向いたり、ゴミ出しも徒歩で頑張っています。　　　　　　　　　【文責：[redacted]】

たんぱく質
中心の食事

今回の原稿は、[redacted]さん本人が書いてくださいました。

☆職員紹介いたします　続き☆

①奥野　輝夫
（おくの　てるお）
②運転手
③旅行・食べ歩き

①花田　行浩
（はなだ　ゆきひろ）
②運転手
③読書・映画鑑賞・ウォーキング

①高野　繁樹
（たかの　しげき）
②運転手
③サイクリング

集団体操リニューアル

6月から集団体操をリニューアルします。午前には現在午後に行っている座位バランス体操を実施していきます。午後からは新しくリズム体操を実施していきます。

リズム体操はメトロノームの音にあわせて運動を実施していきます。一般的な体操の効果に加え、リズムにあわせて身体を動かしていくことで、認知機能、精神機能の向上がより期待できると言われています。是非、デイケアで取り組んでいただき、これまでご紹介している体操に加えて、ご自宅でもご活用いただければと思います。

♦理髪日のお知らせ♦

フィール→6/9日（月）PM・6/20(金)PM

きれいや →6/10日（火）・6/19日（木）・6/28日（土）

※フィール様は、一週間前で締め切りです。

６　月　の　予　定

第1週目（2日～7日）体重測定
第2週目（23日～28日）喫茶週間

脳トレ問題でもありましたが、ケアポート栗東でやってみたい活動をお聴かせ下さい。※ご要望を参考にさせて頂きます。

はやくちことば

・野原で　伸び伸び　野ねずみ　のんき

・蝶々に　調教師　協調性を　調教

＊ 昼食前に、口腔体操の一環で行っています。ご自宅でも是非！