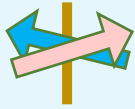




## 巻頭コラム:「私」がえらぶ、あしたのデザイン



### 第2回:「できない」の先にある「やり方」を見つける 道具は「自由」の翼



爽やかな若葉の季節となりました。先月号では、「本当の自立とは、たとえ手助けが必要な場面があっても、自分の生活を『自分で決めること』にある」とお伝えしました。今月はその「自己決定」を一步深め、直面しがちな「できない」という壁の乗り越え方を考えてみたいと思います。

5月のテーマは、「『できない』の先にある『やり方』」です。

足腰の力が弱まり、一人で歩くのが難しくなると、「外出を諦めよう」「庭の手入れも無理だ」と、社会との繋がりを断ちそうになるかもしれません。しかし、ここで立ち止まって考えてみてください。大切なのは「道具なしで歩くこと」でしょうか？ それとも「行きたい場所へ行き、自分らしくあり続けること」でしょうか。

リハビリテーションの目的は、身体機能の回復だけではありません。たとえ制限があっても、「道具や環境を整える」ことで、大切な役割や生活を継続することができます。これが私たちの提案する「あしたのデザイン」です。例えば、杖や歩行器を相棒に選ぶ。車椅子を活用したり、移動支援サービスを賢く使ったりする。これらは決して「できなくなったこと」を数える後ろ向きな姿ではありません。むしろ、目的を果たすために最適な手段を自ら選び直し、自由を広げようとする「賢く前向きな決断」なのです。適切な道具を使い、周囲の手を借りながら人生の主導権を握り続けること。その積み重ねが、生活に彩りと活力を与えます。

ケアポート栗東のスタッフは、皆さまの想いを形にするための「伴走者」です。私たちは「させられる訓練」ではなく、皆さまが主体的に、より良い暮らしを獲得していくための「練習」を応援します。練習の過程で、自分に合った道具や環境を見つけることができれば、それはもう立派な「自立」への一步です。

「できない」の先には、まだ見ぬ新しい「やり方」と、それを使いこなす「新しい自分」が待っています。

この5月、あなたらしい「歩み方」を、私たちと一緒に見つけてみませんか。

## 駒の音にワクワク!今、将棋がアツいです!

近頃通所リハでは「将棋」が流行中!「今日はないか?」と尋ねられたり、自ら用意をして駒を並べだす方も。「次はどう指そうかな?」と頭をフル回転させる時間は、最高の脳トレ!集中力アップはもちろん、対局中の「あちゃ〜!」「一本取られた!」なんて笑い声が、フロアを明るく元気にしてくれています。



「ルールを知らないし…」という方もご安心ください!

優しいベテラン勢が「これはこう動くんだよ」と楽しく指南してくれるので、未経験からのスタートも大歓迎です。

勝って嬉しい、負けても楽しい。そんな「心と頭のスポーツ」を一緒に楽しみませんか?

メンバー一同、あなたの参戦をお待ちしています!





今回の「きらりさん」は●●●●さんです。  
●●●●さんはこれまで、調理・洗濯といった家事から買い物、ガーデニングまで、身の回りのことを自立して行えるよう、着実に活動の幅を広げてこられました。

最近ではセニアカーも活用され、屋外での行動範囲がさらに広がっています。以前通われていた理髪店へも、ご自身で出向いて散髪ができるようになりました。取材時には、日頃の熱心なりハビリの成果が表れ、外出先での杖歩行もとても安定しておられました。また、気候が良くなってきたこともあり、「もっとガーデニングを充実させたい」と意欲的に話されていました。

これからも●●●●さんが「やりたいこと」を実現できるように、職員一同、全力で応援してまいります。



新しいところへ行く際には、担当のリハビリ職員と安全なルートを確認しながら、活動範囲を拡大しております!

## 職員の入職・異動に伴うご挨拶



4月より、デイに異動になりました介護福祉士の久住呂わかなです。実は以前はデイで働いており、数年前2階棟に異動になり、またこちらに戻ってきました。私がいた頃とご利用者の顔ぶれも随分変わっておりますので、皆様とたくさんお話してお互いのことを知っていたらと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

はじめまして。4月1日より介護福祉士として働くことになりました片岡康弘です。幼少からここ栗東市で育ち、今も暮らしています。地元で働く喜びを感じながら一日も早く仕事を覚え、皆様のお力添えできるよう頑張る所存です。どうぞよろしくお願いいたします。



4月20日より送迎運転手として入職した山口満です。長年システム開発の現場で複雑な課題に向き合ってきた経験を活かし、安全運転はもちろん、車内での細やかな気配りにも尽力する所存です。安全第一の実績を積み重ね、利用者様やご家族の皆様にご信頼いただけるドライバーを目指します。至らぬ点もあるかと思いますが、ご指導のほどよろしくお願い申し上げます。

## 5月の予定

- 第2週目(4日~9日) 体重測定
- 喫茶音楽リクエスト週間
- 第4週目(18日~23日) 喫茶週間



## ◆理髪日のお知らせ◆

- フィール → 18日(月)・29日(金)
- ※午後からの施術となります。
- きれいや → 12日(火)・21日(木)・30日(土)
- ※午前中の施術となります。



※5月の休業日のお知らせ  
5月5日(火)



※散髪ご希望の方は予約が必要となりますので事前にお知らせ下さい。



- ・乳牛の牛乳と 肉牛の牛肉を ギューギュー詰め込んだ
- ・トマト 豚カツ 豚骨 トン汁
- ※ 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!

