ケアポート栗東　通所リハビリテーション

11月 November あしたば通信

R8年11月号

巻頭コラム：「私」がえらぶ、あしたのデザイン

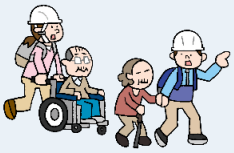


第8回：「おまかせ」を卒業してみる

街路樹のイチョウが黄色く色づき始め、秋の深まりを感じる季節となりました。朝夕の寒暖差が増す時期ですが、体調管理に気をつけながら秋の深まりを楽しみたいですね。新連載のスタートから8ヶ月。これまで私たちは「自分の生活を自分で決めること」や「目的を持った歩み」の大切さを共有してきました。
今月のテーマは、「『おまかせ』を卒業してみる」です。
広報誌の連載「今月のきらりさん」では、ご自分の「したい」を叶えたご利用者様をご紹介しています。これは特別な大仕事をした方だけのコーナーではありません。大きなことでなくて良いのです。実は、ご利用者様のお一人おひとりが「きらりさん」になれる素晴らしい可能性を秘めています。
しかし、通所リハビリで「したいことはありますか？」とお尋ねすると、「今の身体の状態では無理だ」と諦めしまい、「希望を聞かれても思い浮かばない」とおっしゃる方が少なくありません。また、「身体さえ元に戻れば何でもできるのに」とお話しされる方もおられます。「諦めること」が当たり前になり、知らず知らずのうちにご自分の「やりたい」という本当の気持ちに蓋をしてしまっているのかもしれません。
ですが、実は「身体が元に戻ったらやりたいことをする」のではなく、「やりたいこと」や「心が躍ること」に夢中になるからこそ、心と身体の機能も大きく刺激され、結果として改善へと繋がっていくものです。
「おまかせ」を卒業する第一歩は、自分の「したい」という気持ちを素直に表に出してみることです。「あの店で買い物をしたい」「孫に会いたい」といった身近な思いで十分です。自力で行うことだけが唯一の答えではありません。車椅子や道具、人の手を上手につかってでも、一番大切な「したいこと」を叶えることこそが本質です。どのように安全に実現するか、その手段はケアマネジャーさんや福祉用具さんの知恵や力を拝借して関係者皆が一緒に考えます。
ケアポート栗東のスタッフは、皆さまの「したい」を共に探し、実現へ向けて歩む「伴走者」です。「こんな状態だから」と諦めずに、ぜひ秘めたお気持ちを教えてください。誰もが自分らしく輝く「きらりさん」になれるよう、一緒に「練習」を始めてみませんか。

防災訓練　全利用者避難！





10月27日（火）に、火災を想定した避難訓練を実施しました。施設に入ってすぐ左側のリハ事務室から出火したという想定です。今までの訓練通りでは火元に近づいてしまいます。サイレンが鳴り、訓練とはわかっていても気がはやる中、急遽火元から離れた会議室へ避難しました。防火扉を閉め、ご利用者、職員全員の点呼を行い、通報してから消防車が到着するという時間以内の7分弱で避難完了しました。皆様が終始冷静に行動してくださったおかげで、私たちスタッフも焦ることなく落ち着いて誘導することができました。今回の訓練が、ご自宅やご自身の生活における防災・防火の備えについて、改めて考えていただくきっかけとなれば幸いです。



＜職員当日勤務者写真掲示終了のお知らせ＞

職員の個人情報保護および防犯上の観点から、館内の職員写真の掲示を終了いたしました。なお、職員の氏名・職種は似顔絵と一緒に掲示しておりますのでそちらをご覧ください。ご理解のほどよろしくお願いいたします。

今月のきらりさんは ●● ●●さん です！



●●様は、寝込まれる期間があったことをきっかけに、立ち上がりやトイレ・ベッドへの乗り移りがご自身で行うことが難しくなられました。
「以前のように、トイレに行きたい時に自分でトイレに行けるようになりたい」という強い思いから、ケアポート栗東でのリハビリテーションを開始されました。
現在は、乗り移りをサポートする「Hug」を活用するようになり、少ない介助でトイレ・ベッドへの乗り移りが行えるようになりました。また、Hugの導入をきっかけに、さまざまなことに前向きに取り組まれるようになりました。「以前よりも身体が動かしやすくなって嬉しい」と笑顔で話され、目を輝かせながら目標に向かってリハビリに取り組まれる●●様。これからも目標に向かって進んでいけるよう、スタッフ一同応援しております！



◆職員リレーエッセイ◆

函館山に登った花田さんからバトンを受けとった労務員の奥野です。
今後も、安全運転に心掛けます。
運転手として、いろいろな道を知ることが出来てよかったです。
今は、独居老人で、自分の好きなことをして、気楽に過ごしております。こうして、働いていることが、老化予防と思っております。
今年も、あと2ヵ月を残すこととなりました。
今年も各所で自然災害が発生しました。
いつ、どこで、発生しても不思議ではない気候変動です。
さて、年頭に各人それぞれ目標を立てたと思いますが、それに向かって、あと一踏ん張りしましょう。
通所リハに通って、元気で楽しく過ごしましょう。



【来年の干支飾り作りをスタートします！】



今年も残すところ2ヶ月となりました。
玄関入ってすぐ皆様をお迎えする来年の「干支飾り」の製作を始めます！
来年の干支は「羊（未）」です。
今回は、見ているだけでほっこりするような、羊を主題とした素敵な飾り作りを予定しています。折り紙で色鮮やかなお花を折り、絵の具を使ってのびのびと空と地面を描き、ふわふわのお花紙でかわいらしい羊を模ります。
皆さまと一緒に楽しく作品を作り上げていきたいと思っております。ご参加・ご協力いただける方を大募集いたします！
一緒に素敵な干支飾りを作りましょう！

１１月の予定

2日 ～ 7日 ： 体重測定
9日～14日 ： 脳トレーニング
16日～21日 ： 喫茶週間
23日～28日 ： 脳トレーニング



♦理髪日のお知らせ♦

きれいや →11/17（火）・11/28（土）・12/1（火）
フィール →11/13（金）PM・11/30（月）AM
12/2（水）PM



※フィール様は、一週間前で締め切りです。



・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！