

令和 4年 7月
発行: 依田窪老人保健施設
広報編集委員会
〒386-0603
小県郡長和町古町 3365-5
TEL: 0268-68-0281
FAX: 0268-68-0283

通所リハビリテーション センターの紹介

通所リハビリテーションでは、ご利用者が可能な限り自宅で自立した日常生活を送ることができるよう、食事や入浴などの日常生活上の支援や、生活機能向上のための機能訓練、口腔機能向上サービスを提供しています。

通所リハビリテーションの役割として医師の指示のもと、理学療法士や作業療法士などリハビリの専門職が、歩く・立つ・座るなどの基本的な動作の機能回復や維持、料理、洗濯などの日常生活に必要な家事動作の訓練などのリハビリに重点を置いている点が挙げられます。



ホームエクササイズクラブ
体と頭（脳）を同時に動かして、転倒や認知症予防のトレーニングを行いました。



天井から吊り下げられたロープを使った運動（レッドコード）の様子

ご利用者お一人ひとりの生活や環境に合ったリハビリが提供できるようマシンや天井から吊り下げられたロープを使った運動（レッドコード）などを実施しています。

クラブ活動のホームエクササイズクラブでは、ご自宅でもできる運動の紹介や指導を、折り紙クラブでは、楽しみながら作品づくりに取り組んでいます。指先を使うことで、手先のリハビリや脳の活性化に効果が期待できます。これからも、ご利用者やご家族の多様なニーズに応えることができるよう職員一丸となって頑張っていきます。



折り紙クラブ
皆さん集中して一つひとつ丁寧に作品づくりに取り組み、くす玉を完成させました。

通所リハビリテーションセンター 支援相談員

令和3年11月から、新たに通所リハビリテーションセンター専任の支援相談員を配置しました。



通所リハビリステーション
小林支援相談員

地域や関係機関と連絡や調整を図り、ご利用者やご家族が必要とするサービスを提供できるよう、通所リハビリの相談窓口として、今まで以上に細やかに対応いたしますので、何かお困り事がある時は、お気軽にご相談ください。

小林支援相談員自己紹介

令和3年11月1日から依田窪老人保健施設「いこい」通所リハビリテーションセンターの支援相談員として着任しました、小林一徳です。

介護職員、介護支援専門員を経験してきましたが、老人保健施設の支援相談員は初めての経験です。同時に複数のことを考えることや、行動することがあまり得意ではないため、仕事に慣れないうちは何かとご迷惑をおかけすると思います。が、先輩方を見習い、少しでもテキパキと仕事ができようになり、皆様のご期待に応えられるよう精一杯務めたいと思っています。お困りのことがありましたら、いつでも気軽に話しかけていただければと思います。

しっかりとお話を聞かせていただき、関係機関やサービス事業所などと連携を図り、必要な支援が受けられるよう最善を尽くしてまいります。

通所リハビリテーションセンター

○目的

要介護・要支援状態と認定された利用者に対し、介護保険法令の趣旨に従って計画を立て実施し、利用者の心身の機能の維持回復を図ることを目的としています。

○営業日

毎週月曜日から土曜日までの6日間です。

○営業時間

午前9時30分から午後3時30分までですが、この7月からは、午後4時30分まで利用できるようになりました。

詳しくは、通所リハビリテーションセンター担当までお問合せください。

在宅復帰への取り組み

Bユニットサブリーダー
介護福祉士 堀 貴広

昨年、Bユニットでは、利用者・家族と共に在宅復帰の目標を共有し、現状の課題を明確にしながら課題解決に取り組んできましたが、コロナ禍により面会が制限され、家族に利用者の今の様子を見てもらうことができず、家族が思い描く利用者の状態と現状が相違した状態で退所日を迎えてしまうことがありました。

利用者は、在宅復帰を目標にリハビリ等に励み、自宅に戻れ、家族の介護負担が軽減するように頑張っていますが、持病などにより、思うような成果が表れないこともあります。

このような場合は、環境設定の変更、福祉用具の利用等により、自宅へ戻れる可能性が上がり、介護する家族の介護負担の軽減につながります。

今年度は、昨年度実施した在宅復帰のための目標提示や家族への情報提供用紙の活用などを継続しながら、家族との更なる関わりを大切に、少しでも家族の介護負担の軽減ができるよう提案を行っていきます。

利用者が住み慣れた自宅で生活し、「歳を取っても、いつまでも元気で笑って過ごせる」よう、職員一丸となって取り組んでいきたいと考えています。

入所当初は、痛みと筋力低下等により、食事は居室ベッド上で摂取、排泄はオムツであった。痛みの軽減・職員の声かけやケアにより、介助にて車椅子移乗やトイレでの排泄ができるようになった。しかし、排便コントロールが困難であり、泥状・水様便が続きオムツ対応は継続していた。

退所前カンファレンスにて、現状報告し、家族から介護困難の訴えがあったが、サービスの調整やオムツの選定、介助方法の指導等を行うことにより、「自宅での生活」を受け入れられた。

退所までの期間、再度排便コントロールを行った結果、下痢は改善し、日中のオムツを外すことができた。

このことで、本人の意欲や活気が向上し、歩行練習や作業活動をする機会が増え、退所に向けて再度家族へ排泄介助の指導を行い退所となった。

入所当初は、痛みと筋力低下等により、食事は居室ベッド上で摂取、排泄はオムツであった。痛みの軽減・職員の声かけやケアにより、介助にて車椅子移乗やトイレでの排泄ができるようになった。しかし、排便コントロールが困難であり、泥状・水様便が続きオムツ対応は継続していた。

恥骨骨折で入院・治療後に再入所された方の事例紹介



Bユニット
堀サブリーダー

家族との情報共有や、介護指導により家族の介護に対する不安を軽減でき、数日間ではあったが、利用者は住み慣れた自宅で過ごすことができた。

短期集中プログラム 通所型サービスク

生活機能を改善するための運動器の機能向上を目的としたプログラムです。

長和町からの委託を受け、令和3年7月から開始し、今日に至るまで約1年間、事業を継続しています。

体力の改善に向けた支援が必要な方、健康管理の維持・改善が必要な方、閉じこもりに対する支援が必要な方、日常生活動作の改善に向けた支援が必要な方などを対象とし、週1回・全16回を1クールと設定し、老健いこいにて各種運動を行っています。（長和町民限定）

初回は、身体機能や認知機能の評価を行います。評価の結果と、調査・聴取したそれぞれの生活の背景を加味したうえで、ストレッチ・筋力トレーニング・バランストレーニング・歩行練習・認知機能トレーニングなどを行います。

セラバンドというゴムチューブを用いた運動や、当施設で保有している機器を用いたマシントレーニング（パワーリハビリ）なども組み合わせられた筋力トレーニングを行い、低下した筋力の改善を図ります。

また、レッドコードという紐を使ったトレーニングも合わせて行い、体の柔軟性やバランス機能を向上させ、介護予防・転倒予防を目指します。

認知機能のトレーニングでは、コグニ

サイズという認知課題と体を動かす運動課題を同時に行う運動も実施します。終盤には改めて評価を行い、プログラム開始時との変化をお伝えします。

プログラム中の運動は、簡単なものから少々ハードなものまで様々ですが、普段意識しないところの筋肉を伸ばしたり、動かしたりもしますので、運動後は体が軽くなった、とおっしゃる方が多いです。

参加者の皆様の目的は、曲がった背中を伸ばしたい、体力をつけたい、運動を続けたい、1人だと運動が続けられないので、皆で集まって運動したい、など様々ですが、皆様の「少し前の自分に戻る」をお手伝いできればと思います。



理学療法士のもとで運動を行う参加者

★ 編集後記 ★

★ 今年、6月27日に梅雨明けが発表されましたが、関東甲信としては、観測史上、最も早いとのこと。梅雨明けから厳しい暑さが続いているが、熱中症にならないよう、十分気を付けたいものです。

（編集委員）