

せいひ会だより

H14. 7. 1発行



第27号

曇りがちな空からのぞく太陽がまぶしさを増してきました。
7月、七色の紫陽花に変わって生い茂る緑が夏の訪れを告げているようです。
さて今月のせいひ会だよりは
苑内外での『交流』をテーマにお届けします。

基本技術学習会

元亀の里では、利用者の皆様に、安全で、より質の高いサービスを提供できるよう、職員一同技術の向上に努めております。その一環として隔週火曜日、理学療法士の指導の下、学習会を開いております。それぞれの職種が集まり、講義や体験に真剣に目と耳を向け、そして体感しながら学習しています。



上の写真は、「起き上がり」の介助の講習模様です。理学療法士よりの確な指示とアドバイスを受けて、元亀の里職員一同、利用者の皆様によりよい生活の場を提供してゆくために、学習会や講習会を今後も重ねていく予定です。

どうぞ、ご意見・ご要望等ございましたら、何なりとお申し付け下さいませ。

また元亀の里1階窓口には、意見箱を設置しております。皆様のご意見を是非お聞かせ下さい。



元亀の里の父の日



6月15日土曜日。元亀の里1階食堂では父の日の会が開かれました。この日の食堂は、入所者の皆さんそっくりの似顔絵と笑顔でいっぱい。また、恒例の職員による出し物『同期の桜』では、昔のことを思い出したのか涙される方もチラホラと・・・そのあとは、若かりし頃の武勇伝に話しの花が咲いたとか。

🥕🥕🍆🍅🥒 GH 合同収穫祭 🥕🥕🍆🍅🥒

6月29日土曜日。グループホーム翠風において、翠風と爽月の入居者全員による収穫祭が行なわれました。この日収穫した野菜はカレーライスとサラダとなって、おいしく頂くことが出来たようです。ホラ、皆さんもお腹がすいてきたでしょ!?



行ってきました!! 第9回 老人デイ・ケア研究大会

去る6月21日・22日の両日、徳島市で行なわれた全国老人デイ・ケア研究大会で発表してきました。題名は「『交流』という名のリハビリテーション」。元亀の里内で行なわれている利用者の方々同士の交流、地域の方との交流がリハビリテーションの一つとして効果をあげているという内容です。

デイ・ケアやリハビリと言うと、どうしても理学療法士等の専門職による機能訓練を連想しがちですが、「加齢や障害によって社会的交流が困難になってきた利用者の方々が、地域の方々と交流する機会を獲得する為の援助をさせていただく。これも、リハビリテーションである」ということを発表を通して再確認させて頂きました。

今後、より一層、利用者の方々に喜んでいただけるデイ・ケアをめざして頑張っていきたいと思います。
(通所リハ事業所 支援相談員：前田昌哉)

陶芸教室 ついに初作品完成しました!!

毎週恒例になりました、陶芸教室が1ヶ月目を迎えようとしています。喜ばしいことに、元亀庵には右往左往ながらも焼きあがった完成品が現われはじめました。作品を自分の子供のように大事に持ち帰られる時の利用者みなさんの笑顔、それはまさに創り上げた喜びそのものでした。それでは一部ではありますが、完成品をご紹介します。



先生の作品です。(左)

こんな道具を使います。



生徒たち(?)の作品です。

初作品が出来上がったと思ったら、さっそく次の作品に向けて意欲満々の生徒たち。まだ参加したことのない皆さんも、一緒にお茶碗をつくってみませんか?

簡単!! リハビリ体操 Vol. 3

『簡単!! リハビリ体操』第3回目。
 今月は、けっこう悩んでらっしゃる方は多いのではないのでしょうか・・・

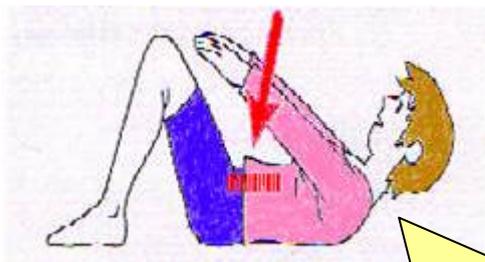
『**いわゆる腰痛症 に効果的な体操 その1**』です。

いわゆる腰痛症とは、脊椎の骨折や椎間板ヘルニアなどの明らかな疾患が無いにもかかわらず起こる腰痛症のことです。

このような腰痛は、体の前面の筋肉と後面の筋肉のアンバランスによって起こります。
 筋肉を鍛えたりストレッチすることで腰の痛みを和らげましょう。



おへそのぞき（腹筋運動）



首を曲げ過ぎないように注意して下さい。

仰向けに寝て、両方の膝を曲げる。
 両腕を前に上げて、膝にさわるように起きる。
 お腹に力を入れ、そのまま息を止めずに5つ数える。
 この動作を5～10回（週に2～3回）反復する。
 きついときはお腹に力が入るのを確認するだけでも良い。

今月の行事予定（7月）

2日	消火訓練	
6日	七夕の会	（元亀の里）
	誕生会	（元亀の里）
7日	七夕の会	（グループホーム翠風・爽月）
27日	納涼祭	

