

利用者様の心を和ませたイベントを振り返る



短冊に願い込めた七夕祭り

7月7日（火）七夕祭りが行われました。利用者様には事前に短冊に願い事を書いていただきました。（自筆出来ない方は職員が代筆。）皆様、願い事を真剣に考えて丁寧に文字を書き込んでいらっしゃいました。願い事で目立ったのは、「健康に元気になりたい」という趣旨のものが多かったようです。また当日の昼食とおやつには七夕を演出する食事をお出ししました。ふだんと違う趣向が凝らされたメニューを美味しそうに召し上がっていらっしゃいました。

定番の歌の会でリフレッシュ

各棟（本館2階・3階・新棟）でほぼ週1回音楽療法士のピアノの演奏によって歌の会を実施しております。時間にして45分ほどで童謡・唱歌・歌謡曲・演歌等季節に合った歌を歌っています。歌がお好きな利用者様が多く、楽しみにしておられる方が大勢いらっしゃいます。嚥下の面でも効果があります。自由な時間を使って利用者同士で歌を歌う場面も見受けられますので、歌の会以外の時間でも機会を見つけて実施していきたいと思います。



理美容サービス再開

理美容サービスが7月より再開されました。散髪を待ち望んでいた利用者様も多くいらっしゃいました。髪形がスッキリされた利用者様からは自然と感謝の笑みがこぼれておりました。



今年の夏1階中庭に沢山の植物が育ちました。毎日デイ職員が水やりを行ない3m程にも成長したヒマワリや日々草、朝顔などきれいに咲いています。

オクラやシソなどもなっており利用者様と共に観察しています。

編集後記

今 夏の納涼祭は開催前は寂しい行事になりはしないかと不安もありましたが、いざ開催してみると思いのほか、良い成果が得られました。職員によるゆとりある笑顔での対応や和やかな雰囲気づくりにより、ご利用様が施設内ではふだん見られないような表情や仕草を引き出せる機会となりました。世間では自粛ムードの中、あらためてコミュニケーションの大切さに気づかされた行事でもありました。

編集長：松波彰誉、編集委員：鈴木秀也、山口瑠美、吉村亜矢子、高橋裕子、北田美智子

令和2年9月10日発行

ウェルケア
広報誌

Vol. 56

こころ

【発行者】

医療法人社団 裕正会

介護老人保健施設 ウェルケア新吉田

<https://www.welcare.or.jp/> TEL:045-590-3855(9:00~17:30)

1面：●新型コロナウイルスによる自粛状況での「納涼祭」開催 2面・3面：小集団リハビリ実施の様子（言語リハビリ／運動リハビリ） 4面：イベントレポート（七夕祭り／歌の会）、理美容再開のお知らせ、その他

穏やかに心通い合う行事となった「納涼祭」



8月23日（日）デイフロアにて納涼祭が行われました。今年の納涼祭は、新型コロナウイルス感染予防のため、外部からのお客様やご家族の参加をご遠慮いただいて施設内だけの開催となりました。更に開催に際しましては十分な感染予防を行い、各棟ごとに時間をずらして、ご利用様が一度に全員参加しないよう、「3密（密閉、密集、密接）」を避ける配慮を行いました。

施設内各棟ごとでの開催ということで、職員同士の連携も円滑に行われ、部署ごとの長所がはっきりと打ち出されて内容の濃い納涼祭にすることができました。

新型コロナウイルス感染予防対策のため、行事を自粛せざるを得ない状況の中、ご利用者様から職員まで季節感を味わいながら気分転換でき有意義な時間を提供できたのではないのでしょうか。あらためて納涼祭を盛り上げていただいた皆様に感謝申し上げます。

（納涼祭実行委員会）



嚥下機能が低下されふだんは咽込んでしまうご利用者様が、この時に限っては咽込みなく食事を召し上がられていたり、元気はつらつと笑顔で太鼓をたたきご利用者様が現れたり職員も思わず驚いてしまう出来事が次々に繰り広げられました。

機能別[小集団リハビリ]はじめました。

※現在は、コロナウイルス感染予防の為
フェイスシールドを使用しています。

【言語リハビリ】

同じ疾患を持つ 利用者様に対する 言語リハビリの提供

病前より、「話声が小さくなった」「話しづらくなった」もしくは「聞き取ってもらえない」などの同じ悩みをお持ちの方と小集団リハビリを実施しております。

【小集団の効果】

リハビリは地道なことの積み重ねです。

1人で言うより同じ悩みをもつグループで行う方が楽しくコミュニケーションも生まれます。笑うことは喉に負担をかけることなく一番自然に発声できる手段なのです。小集団では自然と笑いが生まれます。また、周りの人に「負けないぞ!」というライバル心も自然と生まれ、正に「一石二鳥」なのです。



一対一のリハビリよりも



【リハビリ内容】

- ・呼吸体操
- ・口腔体操・
口腔ゲーム
- ・発声・発語訓練
- ・歌唱



誰が一番??
手袋を膨らます
呼吸訓練

【目に見える評価】

始める前に機能評価し
3カ月ごとに再評価します。

ご本人にフィードバックすることで自覚や、やる気につながっていきます。

【運動リハビリ】

利用者様の“ニーズにあった” 運動の提供

集団体操といってもその種類は様々です。フロア内の集団体操の様に参加者が多く、誰でも気軽に出来る体操を行うこともあれば、共通の目標を持つ少人数の集団をつくり、より効果的な運動を提供するものもあります。

「みんなで楽しく運動がしたい」

「もっと難しいことがやりたい」

「立って運動がしたい」

この様な利用者様の声に対し、何か出来ないかとはじめたことが小集団による身体機能向上訓練です。

個別リハビリとはまた違った「他者との交流」があることによる運動効果を期待しております。

“安心して歩ける”ことを目指した 小集団体操

現在行っている小集団体操では対象を屋内歩行が自立している方としております。

歩行が自立されている方でも、常に転倒することに不安を抱いている方が多いことから、小集団体操にて転倒予防を目標とし、運動する機会の提供を行っております。



“自ら”活動へ 参加する機会をつくる

小集団体操では毎回その日の体調や運動後の疲労度、運動内容が難しかったかどうか自己

チェックシートを用いて振り返る機会を設けています。ご自身の身体を見つめなおす時間(=身体に興味をもって頂く時間)をつくること、またその日の内容を振りかえることで次回の運動意欲につなげております。

また、次の集団体操の予定を自ら書き込むことで記憶の定着を図り、他の利用者さまと共通の予定を持つきっかけづくりしております。



定期的な評価を通して 運動を継続していく

現在小集団体操にはおよそ10人の利用者様に参加して頂いております。参加されている方には、初回に歩行に関するアンケートやバランス評価を含めた体力測定を行っております。

3ヶ月毎に再度測定を行うことでご利用者様のモチベーション維持に繋がっております。

