

老健たより

NEWS FROM ROKEN

第29号



老健盆おどり大会 大盛況でした！

例年より気温は高めでしたが、暑さに負けない楽しいひとときとなりました。

明るい笑顔、大事にしたいです。

CONTENTS

- P2 … 老健盆おどり大会
- P3 … 敬老会
- P4 … パワーリハビリテーションのご紹介
- P5 … ボランティア紹介
- P6 … 八鹿老健園芸便り・栄養科より
新人スタッフ紹介

【発行】

公立八鹿病院 老人保健施設

施設長 近藤清彦 平成22年10月発行
兵庫県養父市八鹿町下網場413

TEL.(079)662-2355 FAX.(079)662-2388

平成22年
8月20日(金)開催!

盆おどり大会を終えて

老健 盆おどり大会

皆さん、こんにちは。この度の盆踊りで実行委員長をさせて頂いた佐藤です。

今回の盆おどりのテーマは「わになって踊ろう」でした。「わ」というのは利用者様との「わ」のつながり、ご家族との「わ」のつながり、ボランティアの方をはじめ地域の方々との「わ」のつながりを大切にしていきたいと想いテーマとしました。

今年の夏は近年例を見ない猛暑の中での開催となりましたが、利用者様をはじめ多くの御家族様、そしてボランティアの方々に参加していただき大変な盛り上がりでした。職員を代表し、お礼を申し上げますと思います。ありがとうございました。

盆おどりを終えてみて、老健は利用者様をはじめ多くの方々に支えられて成り立っているんだと改めて皆様との繋がりを感ずることが出来ました。今後ともより一層のご支援、ご協力、宜しくお願いいたします。



実行委員長 佐藤圭一



司会進行の斉藤と小川です

でこぼこ珍道中、コント中

見事！1等賞を獲得！

盆おどりの
感想をお聞きしました

■利用者ご家族 松田文平様より

記録的な猛暑日の中、櫓を組み提灯の飾りつけと大変な準備をされ、盛況に盆踊り大会が行われ、おめでとうございませう。

毎年参加して感じている事が有ります。一つは入所者全員に、始めから終わりまで付き添い世話をされている人の多さ、(ボランティアの方、看護学校の生徒さん、八鹿病院職員の方、支援センター職員の方、そして老健職員の皆さん、家族の方)手配されるのも大変だと思つています。多くの人達のお世話で、入所者も安心して盆踊りに参加できるのだと思つています。

そして今年も職員の皆様、ボランティアの人達が、一生懸命盆踊りを盛り上げ、入所者の方が輪の中に入り、手を動かし足を、体を動かし家族ともども楽しい一時を、有り難うございました。

また、催し物も色々工夫され、くじ引きのときどき、花火大会での打ち上げ花火の驚き、でこぼこ珍道中の但馬弁でのコントに大笑い、出店のたこ焼きも美味しかったです。楽しい思い出有り難う御座いました。来年もまたよろしく申し上げます。

■利用者ご家族 小谷珠美様より

いろいろなアイデア盛りだくさんの夏祭りの中、声かけや場の設定、太鼓、盆踊り普段自分からの発信も乏しくなった父に笑顔が浮かびました。

その写真をメールで家族に送りますと、遠くの家族からも安心したと返信があり、職員さんたちの温かく優しい心遣いの中、父は素敵な夏のひと時を送ることが出来たようです。



近藤施設長よりごあいさつ



後藤恵子様より祝賀の舞をご披露いただきました

敬老会



菊恵会の皆様、いつもありがとうございます



ボランティアの皆様、この日の為にありがとうございました



頑張り！“老健フラダンスチーム”

平成22年
9月15日開催



103歳を迎えられた方にインタビュー「長生きの秘訣は？」

祝ご長寿

まだまだお元気でいてくださいね！



井上美祢様【103歳】



佐藤鐵次様【100歳】



久保田倭文子様【100歳】



脳卒中後遺症や腰痛・膝痛などに効果！

パワーリハビリテーションの紹介

皆様こんにちは。パワーリハビリテーション(以下パワーリハ)とすることについて紹介します。パワーリハは平成18年から当施設で導入しており、デイケア及び入所利用者様に提供し、利用される方も年々増えてきています。

安心・安全なパワーリハ

ご利用される方はさまざまですが、年齢は50歳代から80歳代で、病名は脳出血や脳梗塞などの脳卒中後遺症、足の骨折による手術後、またパーキンソン病などの神経難病の方もあられます。もちろん、それ以外の方も多く利用されています。パワーリハは専用のマシンを使用するため、体が動きにくい方も無理にならず安心・安全に行うことができ、脳卒中後遺症や腰痛膝痛のある方などに効果があります。ぜひ一度お試しください。

パワーリハを行っている利用者様より

「生きがいを見つけて」 池田登希余様

私は、平成17年2月28日脳梗塞のため公立八鹿病院8病棟に入院。ストレッチャーから病室のベッドに「1・2・3」の掛け声とともに移動。ずいぶん長い間ウトウトと…朝だか夜だか見当がつかない。左側の手も足もまったく動かない。しばらくして「体を動かしましょう」と看護師さんの声。



私は勿論立つこともできない。不思議に悲観的な考えは全く浮かんでほこなかった。

急性期治療の後、回復期リハビリ病棟へ移る。何とか身の回りの事が出来るようになって退院。

退院後の日常生活で細々としたことを一つ一つ行うことは、今までのように出来ないことを確認し、相当な時間をかけ工夫をしなければ

ばならない。障害を持つことによつて、他者との関係にて、行動的役割も、存在的役割も小さくなり消失してしまつたかのようにさえ感じる。回復の希望は捨てていなかった。

しかし、間もなくの平成18年4月より医療リハビリは原則として、日数に発症後最大180日という上限が設けられ、突然に3月で打ち切りとなった。機能維持期のリハビリ

は介護保険で行うようになったこと。大変幸いなことに私には「公立八鹿病院介護老人保健施設があった。」

要介護1にて週2回の通所、週1回の訪問リハビリ。老健ではPTさん指導によるパワーリハビリ、OTさんによる左上肢の訓練、温熱療法等。定期的に無理なくリハビリを続けられた。音楽療法によって、大きな声はつきりと出るようになった。足腰も強くなり正座も出来るようになった。駅にて和式トイレも使える。わすか使えようになった。左指でチケットも摘める。では、

実践へ。

新幹線に乗って一人で娘の所へ行く。大丈夫だった。摘み動作が出来るようになって、刺子の作品に挑戦。左手で押さえることが出来るようになった。大人の塗り絵を作成。

維持期であつてもリハビリを一時中断しただけで、寝たきりにつながることもあるという。私の場合、医療リハビリ打ち切り後「老健」での適切なりハビリを受けられたことが維持期に入っても徐々に回復し日常生活に生きがいを見出すことに、つながっていったと思う。

「老健デイケアへ仲間入りして」 太田晃太郎様

近藤先生のお勧めもあり、内容も十分わからないまま、一日6時間も無事に務めることが出来る。だるうかと心配でしたが、リハビリを主としてお世話になることになりました。

私は市外からの参加で知人もなく少し淋しい気もしました。最初はスタッフの皆様の名前や役割、日程等わからず、戸惑いましたが段々と慣れてくるとスタッフの皆様が

親切にお世話をしていたでいるのがよくわかり、感謝しています。メンバーの人と話がはずむこともあり、一生懸命頑張っている姿に良い刺激を受けて、今ではデイケアが待ち遠しいくらいの充実感をおぼえます。

苦しい事、痛い事もありますが愚痴をいわず、希望や夢を持って明るく楽しく過ごせるように頑張りたいと思います。

ボランティア紹介

日頃大変お世話になっております
皆様のご紹介をさせていただきます。

「歌謡ショー」

矢田川 光様



皆様の笑顔が
私の活力と
なっています

「カラオケ教室」

大橋 茂様



歌うことは健康につながります。元気の源です。マイクを握って頑張って歌う姿を拝見するたび、今日はいいい日だった、そんな気持ちになります。これからも健康で楽しく一緒に続けていければと思っております。

八鹿老健 園芸便り 2010

老健園芸療法委員会

バケツで作った稲の穂も
たわわに実って、刈り入
れを待つばかりです。



新 人 ス タ ッ フ 紹 介



理学療法士
安田みゆき

デイケアを担当します。
一緒に楽しくリハビリをしましょう。よろしくお願ひします。

栄養科より

「おいしく食べて、 たのしく長生き！」



日本の伝統的な食事は、栄養のバランスが理想的といわれており、健康長寿大国となった大きな理由の一つと考えられています。

世界に誇れる「日本のごはん」を朝昼晩3回正しく食べることが、健康で長生きできる身体へとつながっていくのです。

ご飯をおいしく食べられること、それだけでハッピーな気持ちになりますね。食べられることにありがとうございます。これからもお元気で長生きしてください。

栄養科一同



敬老会の昼食のお弁当