



みんなのいえだより

(NO. 113 2021年11月25日発行)

★ みんなの研修 ★

11月19日に理学療法士の藤井幸さんを講師に迎えて「介護予防研修～利用者さんが歩きつづけられるように～」というテーマで研修会を行いました。

私たちは「〇〇さんが歩けなくなった」という時に、「歩けなくなる」という点に注目しすぎて、「運動をしなければ」と短絡的に考えてしまいがちです。もちろん運動することは重要なことですが、その他に〇〇さんの「生活環境の変化」や「精神的な変化」などの視点から「なぜ歩けなくなったのか」という原因を考えることが弱かったと思います。また運動をするにしても、リハビリだからと無理して頑張っても、肝心なところを動かさなければ効果は得られません。「歩く時」や「立つ時」は、どこの筋肉が動いているのかを理解して、その筋肉を効率的に動かすことが大切だと理解できました。理学療法の研修と言えば難しい内容になりがちなのですが、この研修はとても分かりやすく、自然と自分たちの仕事に置き換えるイメージを持つことができました。

MERRY CHRISTMAS!!

みんなのひろば・なう

パン工房から壁に飾るものを何か作ってほしいと依頼がありました。お店に飾るということは、お客様の目に触れるということで、何がいいか、慎重に利用者さんと話し合いをしました。秋頃のイメージで、秋といえば紅葉、紅葉といえば嵐山ということで決定しました。初めは紅葉、山、川でデザインをしましたが、川があるなら船、山があるなら木もいいなと後からもアイデアがたくさん出てきました。いろいろなアイデアを出して役割分担をして作成したので、利用者さんも職員

もとても達成感がありました。次回は冬の創作をしたいと思います。



みんなのいえ日和り

- 今月は朝日中学校の生徒さんが
- トライやるにきてくれました。
- 明るくてよく気が付く女子生徒さんでした。
- 利用者さんは本当の孫のように接し、
- 元気をもらうことができました。
- 生徒さんも貴重な体験をできたと思います。
- お互いすてきな一日を過ごすことができました。
- 余暇活動では手提げかばん作りに挑戦されています。
- 昔の経験から手縫いですばやく完成され、尊敬しかないです。夢中で取り組める
- ことってすてきですね。



言の葉のつづやき

- 今年もあと1ヶ月ほどになりました。新型コロナウイルスの感染者が減り、規制緩和になりましたが、油断はできません。新しい変異株や第六波に備え、マスク・手洗い・消毒等は引き続きお願いします。
- また今年の冬は寒くなると言われておりインフルエンザの流行の恐れがあります。予防接種の数が不足していたり、コロナワクチンとの摂取期間を開けなければいけない等制約も多いですが、体調管理を行い、心に余裕を持ちイライラしないように努めましょう。イライラしそうになったら「あ、私は自分の都合ばかり考えている。相手にも都合があるのに」と考えてみる。
- 「人生はイライラした方が負け」
- 「お先にどうぞ」を口癖に。

