

老 健  
情報誌

# シェモア通信

REBIRTH (リバーズ)

第19号

## リハビリのご紹介



老健のリハビリテーションは、日常の生活動作能力を維持することが主な目標となります。

施設ご利用の皆さまに健やかで生き生きとした生活を送っていただき、スムーズな在宅復帰と、長くご家庭で健康的な生活を続けていただけるよう、身体機能、嚥下機能、認知予防、日常生活動作などの生活リハビリテーションを行います。たとえば、ベッドからの寝起き・更衣・トイレ動作・部屋の移動など生活していく上で必要な基本動作の習得に向けて、病院等で行う診療リハビリではなく、生活のさまざまな場面で生かせる身体動作訓練を中心に練習を行います。

また、在宅復帰に向けて、ご自宅へ訪問させていただき、危険と思われる場所の改善や福祉用具の活用など生活環境面へのご提案を行います。



個別リハビリ：1回20分・週3～5回



## リハビリスタッフ

**専門のスタッフがご利用者さまそれぞれに適したリハビリをご提供します**

今年度より、急性期病院(鶴見病院)で診療リハビリに従事していた理学療法士2名を加え、経験豊富な専門スタッフ4名体制で、入所・通所サービスをご利用いただくすべての皆様へ、最適でより充実したリハビリテーションのご提供に努めてまいります。



理学療法士 2名  
作業療法士 2名  
(リハビリ補助 1名)

~~ New Staff ~~  
新しく仲間に加わったスタッフを紹介します



隈田 美鶴 (46)  
理学療法士 係長



江口 純 (29)  
理学療法士

# ウェルカム オブジェの制作

【通所】



梅雨のジメジメとした空気を吹き飛ばす  
思いで可愛い傘を作りました。

色画用紙を楕円に切って同じ向きに糊で順に貼り付けて完成です。  
作り方の説明だと簡単にできそうですが結構細かい作業なのでひと  
苦労しました。作品作りに参加されていないご利用者さまも出来上が  
った傘を持ち帰られ、お孫さんにプレゼントするとおっしゃる方もい  
らっしゃいました。



デイケア(通所)では季節に合わせた  
オブジェを定期的に玄関に飾って施設  
にお越しの方をお迎えしています。

シェモア鶴見にお越しの際は  
是非ご覧ください。



## こいのぼり



5月には『子供の日』に  
ちなんで『こいのぼり』を  
制作しました。

ご利用者さまから「この作品は今まで  
で一番大変だった」とおっしゃる方も  
いましたが、「頑張った甲斐があった」  
とかなりの自信作になったようで  
とても喜ばれました。

# 季節のお食事

お誕生日等にご提供したお食事を紹介いたします。



## お誕生日会

毎月のお誕生日会では、旬の食材を使ったお食事をご提供しています。少しでも季節を感じていただけるようにメニューを工夫しています。

### 2月 お誕生日会



巻き寿司、鶏天、豚肉と里芋の煮物、甘酢生姜、すまし汁、オレンジ

### 3月 お誕生日会



赤飯、天ぶらの盛り合わせ、椎茸と厚揚げの煮物、茶碗蒸し、千切沢庵、みかん

### 4月 お誕生日会



いなり寿司、春の天ぶら盛り合わせ、ごま豆腐、お吸い物、メロン、桜大根

### 5月 お誕生日会



筍ご飯、とり天、菜の花の柚子みそ和え、すまし汁、メロン、千切沢庵

## 〈2月〉バレンタインデー



チキンライス、白身魚のフライオーロラソース、コールスローサラダ、コンソメスープ、パイナップル

バレンタインには、チキンライスやオーロラソースなど、赤やピンクを意識した華やかなメニューにしています。

## 〈3月〉ひな祭り



ちらし寿司、すり身蒸し、あさりのお吸い物、桜ゼリー

桃の節句には定番のちらし寿司をご提供しました。ちらし寿司はご利用者さまからのリクエストが多い一番人気のメニューです。



♪♪ 今年は季節ごとの行事食に加えて、不定期に日本全国のご当地料理をご提供しています ♪♪

## 日本全国ご当地料理 <鹿児島県>

今回の「日本全国ご当地料理」は<鹿児島県>です。奄美の鶏飯は、大分の鶏めしとは異なりスープをかけて食べるお茶漬け風の料理です。「初めて聞いた」とおっしゃるご利用者さまがほとんどでしたが、お茶漬け風でさらさらと食べやすかったようで「美味しかった!」と大変好評でした。



奄美の鶏飯、さつま揚げ、五色なます、なめこの赤だし汁、水ようかん



# シェモア鶴見の日常【入所】



入所ご利用者さまの1日の主なスケジュールをご紹介します。

6時00分 ~ ◎ 起床



7時30分 ~ ◎ 朝食・口腔ケア



9時00分 ~ ○ 入浴 (週2回)、個別リハビリ

11時00分 ~ ○ リハビリ体操・リズム体操など



12時00分 ~ ◎ 昼食・口腔ケア



13時00分 ~ ○ 個別リハビリ

14時00分 ~ ○ 集団リハビリ (週1~2回)

○ 施設医師の回診 (月2回)

○ 口腔ケア指導 (週1回)

○ レクリエーション



## 面会



15時00分 ~ ◎ おやつ



15時30分 ~ ○ 個別リハビリ



18時00分 ~ ◎ 夕食・口腔ケア



18時30分 ~ ○ 着替え・就寝準備



21時00分 ~ ◎ 消灯

※ スケジュールはご利用者さま個々の運動機能やお身体の状態によって異なります。



## 《 その他 主なサービスやイベント 》

※ 訪問歯科診療：週1回 (木曜日)

※ 訪問理美容：月2回

※ お誕生日会 (毎月)

※ クリスマスや運動会など季節ごとのレクリエーション

