

ぶちらいふ

らいふ通信

lifsea
株式会社リフシア

HP / http://lifsea.co.jp
らいふ日記 (スタッフブログ)
green.ap.teacup.com/lifekaigo
2019冬Vol.54

ぶちらいふ新年号では、
スタッフのお客様自慢を紹介しします。

明けましておめでとうございませう
本年も宜しくお願ひいたします

株式会社リフシア スタッフ一同

今回はお二人の紹介でしたが、まだ
まだ紹介したいお客様がいらつ
しゃいます。皆さんからいつも元氣
を頂き有難うございます。今年もス
タッフ一同頑張ります。
リフシア松が丘デイサービス
介護職 上原 洋美



冬の花のリクエストに応じて頂いた南天の絵。「恥ずかしいので、お顔の写真は遠慮させていただきますね」

リフシア松が丘を週一回利用して
いるAさん(お名前はご本人の希望
で伏せています)は、自宅近くの公
民館で、グループで絵を描いてい
らっしゃいます。色鉛筆・墨絵・水彩
など手法は多岐にわたり、その人柄
など優しい素敵な作品ばかりで
す。気の向くまま、デイサービスの庭
の野菜や花を題材にちよつとコミカ
ルなタッチで、また新聞などの写真
から気に入ったものをお描きにな
ります。草花の栽培に
も詳しいので、デイ
サービスの園芸クラ
ブには無くてはなら
ない存在です。



←自宅に飾
ってあるシ
クラメン



今年1月からは中
止していた絵画教
室を再開される予
定で、活動の場を
広げていらつしゃ
います。

お花のデッサンをしている中原さん



↑職員
の似顔
絵



→六
道輪
廻像



薔薇の模写

中原治彦さん(昭和4年3月生れ満
90歳)は、体操やリハビリをいつも
熱心にされています。多彩な趣味を
お持ちで、絵画・木彫り・模型・音楽
等にも取り組んでいます。
中でも木彫りの仏像は細かい手法
で温かみにあふれています。スタッ
フや他のお客様の似顔
絵も描いてくださり、似
ていると皆さんから高
評です。庭の花も熱心に
お描きです。

和菓子 シリーズ③ 餅

新年なので、餅の
話をしましよつ。
蒸した糯米うる
ちまい(きね
(杵)とくす(臼)
の二人で搗く、他
の人が素早くまるめる風景は師走の
風物詩です。

下に「餅」のつくお菓子がたくさん
あります。桜、柏、ワラビ、ぼた、よも
ぎ、お供え、鏡、ひし、つんだ、うぐい
す、切り...。

○鏡餅 / 神に捧げた餅を皆で分け
合つて食べたのが起源で、室
町時代に武士が縁起を担い
で用いた食材でした。

○正月の切り餅 / 箱根を境
に関東は角餅、関西は丸餅が
主流です。理由は...。

○桜餅 / 関東では長命寺、
関西では道明寺のものがある
名です。

○おはぎ / 秋の彼岸頃食へ
るのが「おはぎ(お萩)」、春
は「ぼたもち(牡丹餅)」と呼
ばれることもあります。が、
基本的には同じものです。

○くす餅 / 亀戸天神のそばの船橋屋
が有名です。西郷隆盛の好物スー
ツとも。

○つんだ餅 / 茹でた枝豆をすり潰
し、和(あえて、餅にまがした東北地
方のお菓子です。

○五平餅 / 中部地方の山間部に伝わ
る、うるち米飯にタシをつけて串焼
きました。

○あん餅 / 讃岐名物の雑煮の一種
です。



あんこを入れて丸めたら完成(リフシア秋園)

○あぶり餅 / 京都。室町時代からあ
り、串に刺した餅をあぶつて焼いた
餅。
○大福餅 / おめでたい名前です。小
豆で出来た餡を餅で包んだ菓子。餡
の代に「イチゴ」を包めば「イチゴ大福」
になります。
○安倍川餅 / 江戸時代初期に、静岡
県を流れる安倍川の上流で砂金が発
見され、それを記念して餅に黄粉き
なことをまがして家康に献上したの
が始まりと言われています。
○赤福餅 / 伊勢名物で、「旅は春赤福
餅の前に立つ」とい
う虚子の句があります。
○うぐいす餅 / 桜餅
とともに季節感溢れ
る鶯の姿をした可愛
い餅菓子です。
○バター餅 / 秋田名
物で、狩猟をしてい
たマタギが昼の弁当
にしたもので、蒸し
た米をつき、バター、
小麦粉、砂糖をまぶ
したものです。

さて、ここからは断を上げましよう。
諺 / 絵に描いた餅食へられない餅
です。役に立たないものの例えです。
「一升餅」の習慣(一生食つに困らない
よつ)にこの願いをこめて一歳の赤
ん坊に餅を背負わせる伝統行事で
す。(一升で約1.8キログラムです)
落語 / 「幸助餅相撲取り」餅職人の
心温まる交流を描いた話です。
餅にまつわる話はまだまだ沢山あり
ますが、やはり、日本人のふるさとの
味なのかも知れません。(井)

編集後記

明けましておめでとうございませう
今年もぶちらいふ編集室は、
介護に関する情報を発信しま
すので宜しくお願ひします。

昨年12月15日一般社団法人「民間事業者
の質を高める」全国事業者協議会が主催
する第13回「事例発表会」関東甲信越地区
大会にリフシア鶴沼海岸が参加し、見事
最優秀賞を獲得しました。今号の特集記
事でも紹介した介護の現場でリハビリが
大きな効果を上げた事例です。全国大会
(2月23日)への出場が決まりました。



発表するリフシア鶴沼海岸ショートステイ高橋雄大(生活相談員(左)、守屋亮祐:ユニットリーダー(右))



理学療法士: 原田和巳先生がわかり易く解説する「健康呼ぼう体操」のコーナーです。読者の皆さんの質問、取り上げて欲しいテーマがありましたら、ぶちらいふ編集室にお問い合わせください。

健康呼ぼう体操⑥ 胸を上にあげて背筋を伸ばしましよ

背中が丸くなると...

「健康は姿勢から」と言われるほど、姿勢は転倒予防や誤嚥性肺炎などに大きく関わっています。もし、背中が丸くなってきたらこんな不具合が起こると言われています。

- ・深呼吸が行いにくくなり、強い咳が出せない
- ・首痛、肩こり、腰痛、膝痛を起こしやすくなる
- ・姿勢バランスが悪くなり、転倒しやすくなる
- ・ご飯が飲み込みにくくなる
- ・気分が落ち込みやすくなる

胸を上にあげる運動



- ①胸の前で両腕を交差させます。
- ②両腕を大きく上にあげて、一緒に胸も上げます。
- ③息を止めないようにして、気持ちよく大きく伸び上がりましよう。

介護現場で効果を上げるリハビリ職の活躍。



光



庭の手入れは私の仕事

団塊の世代が全て75歳以上となる2025年に向けて「自立支援・重度化防止」の取り組みが強く求められています。最期までその人らしく尊厳ある人生を送るため、要介護状態の軽減や悪化を防止する取り組みとして、在宅介護の現場でもリハビリが大きな効果を上げています。新年号の特集では、病院で行われる医学的リハビリテーションに対し、介護現場で活躍するリフシアのリハビリ職に今年の抱負を聞きました。



光



大川 幸恵 作業療法士(OT.)
リフシア松が丘デイサービス所属

■私たちの生活は日常生活動作がスムーズに行なえるだけでなく、趣味や生きがい、社会参加などの活動を日々の生活で続けることで、質の高い生活を送ることが出来ています。

松が丘デイサービスでは、私たち機能訓練指導員が定期的にお客様のご自宅を訪問して生活環境を確認し、ご家族やご本人からお話を伺います。その方にとって必要なことを見極め、一緒に目標を立てます。人それぞれ望む生活は違います。そのため、集団で行う体操や運動だけではなく、個別に立てた目標に向けてリハビリを行います。車椅子からトイレへの乗り移りの練習をする方、薬の袋を開ける練習をする方、リハビリも十人十色です。最近こんなお客様がいらっしやいました。木彫りや絵を描くことが趣味のお客様です。「自分の作った作品を人に見せたい」「新たにパソコンの操作を習得したい」というご希望が聞かれました。そこで「今までの作品写真を載せた年賀状をパソコンで作成して旧友に送る」という目標を立ててリハビリを行い、見事に年賀状を完成させました。



描いた絵をパソコンに取り込み、ワードで文章作成の練習。表紙でも紹介した中原治彦さん。



みんなで作るから楽しい。クッキングは男性にも大好評。



大阪四日大根の収穫

■リフシア萩園には理学療法士3名、言語聴覚士1名が在籍しており、リハビリの職員が多いデイサービスです。介護職・看護職などの他職種にもリハビリの意識が根付いています。介護現場で行うリハビリは病院と違い、その人の実際の生活が見えやすいため、状態の変化や生活の中で困っていることに沿った

今年のみなさんの「社会参加」を活性化していきたいと考えています。人間は「トイレに行く」「起き上がる」などの日常の行動だけでなく、役割や仕事、遊びといったことも含めて人生を送っています。しかし、これらのことは加齢や病気の影響を受けて人生からこぼれ落ちてしまふことがあります。そうしたとき

活動が提案しやすい利点があります。私は、ここにこそ介護現場でリハビリを提供させて頂く意味があると考えています。



田村 紗由未
言語聴覚士(S.T.)
リフシア鶴沼海岸デイサービス所属

■私たち言語聴覚士(S.T.)は食べたいのに上手に飲み込めない、話したいのに言葉が出ないという方の生活を支援する関わりを中心にこなっています。脳梗塞などで言葉が出づらくなることを失語症と呼びます。物の名前が出てこず決まった相槌しか出なかったり、複雑な表現を理解できなくなったり、時間や数字が正しく伝達できなくなります。私たち言語聴覚士は、意味やヒントを出しながら頭の中から言葉を取り

出しやすくする関わりを行います。また、食べ物を飲み込むことを嚥下(えんげ)といいます。上手に飲み込めなければ肺炎のリスクも高くなるので、嚥下機能の評価を行ないます。飲み込むスピードや力を確認し、嚥下音を聴くこともあります。口周りの筋肉を鍛える体操や、食べやすい食形態を探し、ペースト食や刻み食を召し上がってみてもらつ、クッションや足台を使用し

て姿勢を調整する、器や食具を調整しご家族様に提案することもあります。2019年の抱負は、言語聴覚士としてより多くのお客様の口腔ケアに関わっていくことです。皆様がいづまでも美味しくお食事を召し上げられるように口腔内の清潔を保ち、適切な食事の提供や提案を行っていきたいと思います。



クラフトプログラム中。ここでの活動はすべてリハビリです。



平行棒で歩行バランス練習