



松原村ドライブより

松原サナホーム
だより

第109号

社会福祉法人 仁愛会
松原サナホーム
東京都西多摩郡松原村
3791-4
TEL 042-598-1101
発行人 施設長 齋藤 裕

安心できる良い姿勢

理学療法士 山下大輔

「リハビリテーション」(Rehabilitation)とは「(再び、戻す)とhabilis(適した、ふさわしい)から成

り立つもので、単なる機能回復ではなく「人間らしく生きること」が重要で、そのために「人間的に生きる権利の回復」や「自己実現」が重要で、それらを実現するためには様々な職種の方々が関わるチームケアが欠かせません。

「安心できる良い姿勢」を作る(ポジション)は、事は身体機能の維持向上に繋がります。寝ている姿勢の中でも仰向けの姿勢は体の接地面積が最も大きく安心できる姿勢です。寝ている姿勢が不安定では体の力は抜けず、逆に体を固めてしまいます。そのような状態が続くと首、体、手足の拘縮を助長させてしまい、立つ事ができない状態を作ってしまう危険性があります。私たちが

ポジションを提供する際には、寝ている姿勢のどこに隙間ができるのかを想像し、その隙間に適したクッションを入れていきます。例えば背中が曲がっている方には肩から枕を入れアゴが上がらないよう高さを調整します。また、膝の下にクッションを入れる際は痛みを伴わずにできるだけ膝を伸ばした状態にする事がポイントで、ふくらはぎ全面に大きく広いクッションを入れます。このように安心して寝ていられる姿勢を提供します。リラックスした状態でいられると曲がっていた首、体、手足が自然と緩んできたり、険しかった表情がやわらかくなる方もいらっしゃいます。こうした全てのスタッフが日常的に行っている「安心できる良い姿勢」を作る事はリハビリテーションであり、私たちが提供するチームケアの一つです。今後もご利用者様や地域の皆様に貢献できるように尽力して参ります。これからもご指導ご鞭撻のほど宜しくお願い致します。

行事紹介



外出クラブ ドライブ

お花と私、どっちが綺麗？



やっぱり外は気持ちがいいね



途中車窓から実家の「ヒーちゃん(愛犬)に逢えたよ



和太鼓ボラ

お上手ね~



うまく叩けるかな？



私も叩こうかな



カッコイイ!!



お陽さまが気持ちいいね



気分は最高だよ

日なたぼっこ



色々あるから迷っちゃうわ



これ私に似合いそうだね

買い物会



「誕生カードと木彫りの名札」をもらいました

お誕生祝い食



いっぱい釣るぞ!



でっかい魚釣れるかな

外出クラブ 釣り



上手に植えられたわ

園芸クラブ

綺麗に咲いたね



懇談会の様子



「あのね...」いつも貴重なご意見ありがとうございます

ご利用者懇談会

職員紹介

職員2名にインタビューした記事です。



《介護職員紹介インタビュー》

- ① 入職のきっかけは？
- ② サナホームで仕事をしていたよかったこと、嬉しかったことは？
- ③ 逆に難しいところは？
- ④ 好きな業務は何？それはどうして？
- ⑤ 普段心がけていることは？
- ⑥ サナホームのいいところは？
- ⑦ 今後の抱負、目標は？
- ⑧ 10年後の自分を想像してどうなっている？どうなっていたい？
- ⑨ 好きな有名人は？その人のどこがいい？
- ⑩ 気分転換の方法は？
- ⑪ 旅行に行きたいところは？



総務課 菅繕 川嶋金治



① 前の職種が、天候に左右されることが

多々あり、できれば転職したいと思っていた。

② 多くの人と会えたこと、遊んだこと、出かけたことなど色々な触れ合いが持てたこと。

③ 人との付き合い方が何にもまして難しいです。

④ パソコンに関すること、ワープロからPCに代わり、奥が深くなって終わりがないことかな。

⑤ 誰にでも話せるようにする。

⑥ ホームの外の人から温かく感じが良いと言われるところ。

⑦ いつまでも、話し相手が欲しいです。

⑧ 考えないです。

⑨ 伊東四朗さん、歳を重ねるごとに渋い味が増してきたので。

⑩ 推理小説に没頭する。

⑪ 近くても遠くても

いいので軽登山

(尾瀬かな)に行きたい。



大峠大介ケアワーカー



① 職員の鈴木ゆかりさんの紹介です

② ご利用者に「ありがとう」と言われた時

③ 体調の変化、訴えに気付けない時

④ 特にありません

⑤ ご利用者のお話、訴えを聞く事

⑥ 自然が豊かなところ
みんな優しいところ

⑦ 仕事を覚える、腰を壊さない

⑧ 健康を維持してたいです

⑨ ダウンタウン、有吉弘行
面白いから好きです

⑩ 昼寝、映画、漫画

⑪ 東は結構行ったので西日本へ
行きたいです。



サナホームの屋上から



ご覧下さい、この素敵な景色を。ここはサナホームの広い屋上です。



ご利用者は「田舎を思い出すわ」「こんな気持ちのいい所に来て嬉しい」「とんびが大きい」と大喜びです。また普段は車椅子



に座り過ぎられる人でも、遠くを見ようと立ち上がったたりされることも…。自然の力ってすごいなと思います。



コロナが収束せず、限られた環境と時間の中ですが、引き続きご利用者が少しでも楽しんでいただけるよう職員一同頑張ります。

新入職員紹介

杉並の新泉サナホームから来ました。皆さま、よろしくお願ひ致します。



介護ワーカー 古田 徹

★何でも相談室!★

松原サナホームでは、地域貢献の一環として生活相談員をメンバーに、何でも相談室を運営しております。介護のことに限らず、生活の中で大変なことがありましたら、お気軽にお電話ください。

(電話 042-

598-1101)



職員募集のお知らせ

サナホームでは一緒に働いて頂ける介護職員、看護職員を募集しております。自薦、他薦を問いませんので、もしサナホームで働いてみたいという方がいらしたら是非一度ご連絡を頂きますようよろしくお願ひ致します。担当…齋藤・松本