陽の里

発行　平成21年10月25日

No.104

社会福祉法人　新生会
総合ケアセンター　サンビレッジ
〒503-2417 岐阜県揖斐郡池田町本郷1501番地
TEL（0585）45－5545㈹
URL　http://www.shinsei-kai.or.jp/

テーマ　日常生活の中のリハビリにとりくむ生活療法士たち

充実した暮らしを願って

理学療法士　和木田恵子

医療の分野から福祉の分野へと転身した私は、理学療法士が何を求められているのか、何が提供出来るのかと考えさせられる機会が本当に多くなったように感じます。

充実した毎日を送る為には、何かに興味を持つ事、それをしたいと思う気持ちが必要です。そして、どんなに小さくても目標がある事、自信を持つ事が大切になります。

▶利用者の方から着付けを教わるスタッフ（シティタワー・デイサービスセンター）

それが、身体がどんな状態であっても生涯を現役で過ごす鍵・・・

岐阜シティタワー三階、サンビッレジ岐阜のオープンから2年、最初から今日に至るまで「利用者の皆さんが、楽しく過ごしているうちに元気になっている」デイサービスを目指し、職員みんなで試行錯誤しています。ここで過ごす時間が、利用者の日常の生活にまで影響する程「心も体も」元気になるサービスです。そのためには、ここでの活動の一つ一つに意味を持って頂けるよう職員が働きかける必要があり、そして私はそれをより充実させる可能性を探っていかなければと思っています。

今までの職場にはなかった同僚たちのパワーに圧倒されながら、もしかしたら自分自身が一番充実した毎日を送っているかもと思うこの頃です。

「日常生活の中でのリハビリ」

作業療法士　川瀬　勢津子

「リハビリ」と聞くと、一般に病院で電気をかけたり、マッサージをしたり、足腰の筋力をつける運動をすることを想像される方が多いのではないでしょうか。

私達は、毎日自分で、寝て起きて・食事をして・お風呂に入ってなど身の回りのことや家事・仕事などをして、体を動かす機会が多くあります。

▶梅干しつくり

病気で心身に障害を持ったり、年をとり老化とともに体力が落ちてくると、身の回りのことに介助が必要になり、体を動かす機会が少なくなっていきます。体の機能は、使わないことで徐々に低下していきます。

一般的に想像されているリハビリを週一回行なうことも効果的ですが、自分の力を少しでも多く使って生活することが自然なリハビリとなります。また、生活の中で毎日継続して行なうことができるため効果的です。

例えば、一日中車椅子に乗っている方が、足腰の力を維持・向上するために、立つ練習を行うとします。この立つ練習を毎日の生活に取り入れると、ベッドから車椅子に移る、トイレで用をたす、食事の時は椅子に座りかえる、テレビを見るためにソファーに座る、といった様に1日に何回も立つ機会を積極的に取り入れることができます。

心身の機能に障害があっても、生活の全てを介助するのではなく、その方のできることを見つけ、日々の生活が継続して行えるように道具の工夫も行います。また着替えの時自分で袖を通してもらう、食事の準備・後片付けを手伝ってもらうなど、できる事は一人一人違います。毎日の生活の中で、その人の持っている能力・機能を十分に発揮してもらい「まだ、こんなことも出来る」と自信を取り戻してもらう。これが、日常生活の中でのリハビリ「生活リハビリ」です。

ベッド上での生活が長かった方が、起きるようになると表情が変化していきます。食事は介助してもらうより自分で食べる方が美味しいですし、オムツよりトイレで排泄した方が気持ちがよいと思います。生活リハビリ＝自立支援ということです。当施設では、生活療法に携わるスタッフは（作業療法士、言語聴覚士、理学療法士、臨床心理士、音楽療法士、他）その方の能力を見つけ、発揮しやすいよう環境を整え「もう一度頑張ってみよう」と、心が動き出す働きかけをし、自分らしい生活を送って頂ける様に手助けを行っています。

◀日頃の立ち上がりは日常生活のリハビリ

「回想法」（大正、昭和時代のお宝募集！）

作業療法士　高木　正剛

回想法とは、これまでに生きてこられた過去の経験を思い起こすことで、自分自身を再認識し、安心感や自信を取り戻されることを主眼とした療法です。思い出す手助けとして、その当時に使っていた物を手に取り、実際に使ってもらい、記憶を呼び起こすきっかけにします。今年度からは、サンビレッジ国際医療専門学校作業療法学科の教員や学生と共に行っています。

グループホームもやいの家泉では、一枚の洗濯板から楽しかった事、大変だった事等、様々な話が飛び交いました。いつもは口数の少ない人が、率先して洗濯板を手に取り、懐かしそうに「昔は洗濯板だったから、時間がかかったのよ」と、若い職員に使い方を教える等、昔を思い出し、生き生きとした表情で、会話を楽しまれていたのが印象的でした。

今後はホームの北東にある「サンビレッジ工房」の建物を拠点として大正、昭和の時代の暮らしに関わる物品を集め、そこで回想法を行っていきたいと検討しています。

そこで皆さんのご自宅に貴重なお宝は眠っていませんか？じゃまになるからと処分される前に、「こんな昔の物があるのだけれど」と一声お声をかけて頂けませんか？参加者の皆さんの生き生きとした活力と笑顔とを引き出す武器へと変わるかもしれません。

今後も回想法を中心として、皆さんの笑顔と元気をひき出せるような企画を、どんどん打ち出していきたいと思います。

▶懐かしの火鉢であの頃を語る

第4弾 飛ばそう あなたに HOT あったかメール

利用者、家族、スタッフ、そして地域の皆様へ

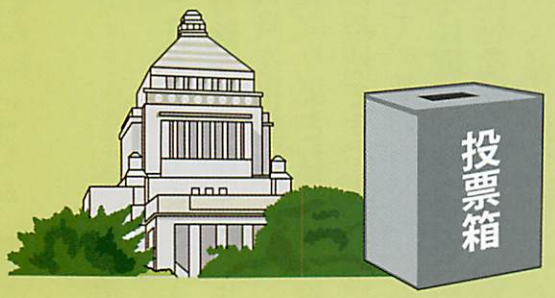
「お別れの会」

利用者家族　上松　妙

「お別れの会」の会場はサンビレッジの会議室、花に囲まれた祭壇の伯母の写真が笑っている。左には生前の様子を映し出すスクリーン。式進行は若いスタッフの皆さん、ずっと伯母を介護していただいていた面々です。お別れの言葉は、きめ細やかな心の交流があった日々が語られ、家族にとりまして大変嬉しく感謝でいっぱいでした。九十三歳になったばかり、伯母は皆さんに看取られて彼岸へと旅立ちました。認知が進んで行くなかでも感情は豊かに、ピアノやテレビなどを楽しんで最後まで本人らしく、残る能力を生かしていただきながら暮らす事ができました。「介護はプロの仕事です。家族には家族にしかできない大事な事があります。」と専門家としての強い信念と経験のこの言葉に、救っていただいたと、そしてお任せしようと決めたのでした。八年半余りの新生苑での生活、毎日看ていただいた皆さんとお仲間に写真映像や音楽で生前を偲んでいただき、伯母にとってこれ以上ふさわしい葬送がありましたでしょうか。心のこもった安らかな会でありました。皆様誠にありがとうございました。伯母のとびきりの笑顔が見えます。

トピックス

社会人として大切な１票
（Uさんから学んだこと）



６５歳 肺がんターミナルのUさん（男性）、退院後半年で他界された。その間娘さんご家族と旅行され思い出をいっぱい作られる。とりわけ私の心をとらえたのは、衆議院選挙である。

寝返り、座位もままならない状況下で、ケアマネの私の頭の中にUさんと選挙は結びつかなかった。
ところが「棄権してはいけない」との思いで、娘さんにおんぶされ、期日前投票に出かけられた。そのことを訪問時に妻から聞き、私はベッド上のUさんに対しての勝手な判断を恥じ、その強い意志に敬服した。１票の重みを政治家にも感じて欲しい。Uさんは組閣が行われ新しい内閣を見届けて他界された。

新生メディカル多治見営業所所長
兼　ケアマネージャー　西尾一美

手作り楽器・多世代交流会　開催！

今夏サンビレッジ新生苑で、地域の多くの小学校の児童・生徒を対象とした「手作り楽器教室」が開催されました。子供たちや同伴の保護者には、親子のコミニュケーションをとる機会を提供すると共に、施設を利用しているお年寄りとの多世代交流の場として実施されました。普段お年寄りと関る機会の少ない子供も多い中、職員のアドバイスの下で楽器を作り、それで演奏会を開きました。そして・・・「お年寄りがいっぱいで緊張したけど、話してみると楽しかった」「久しぶりに親子で楽しく物を作ったり、会話する機会を持てた」「懐かしい音楽を通して、子どもや親さんたちと心が響き合えた気がする」と、皆が大いに楽しまれました。そして夏休みが明け、地域の小学校の自由研究発表には、サンビレッジで作った楽器が並んだそうです。子供たちの福祉への興味が育ち、再び多世代交流会が開かれる日も遅くはなさそうです。
その時は、皆さんも是非ご参加を！！

燃えよケン!!
～サンビ特派員
兼太郎がゆく～

杉浦貴之さんトーク ＆ ライブ開催！
「命は輝きたがっている ～余命半年から10年を迎えて～」

10月24日、サンビレッジ国際医療福祉専門学校の秋季公開講座として、杉浦貴之さんのトーク&ライブが開催されました。28歳でがんの宣告をされた杉浦さん。しかし「くよくよ生きるより、生きることが許される限り、今をワクワクと一生懸命に行きたい」との思いのもと、人との出会いを生きるエネルギーにかえて、10年目を迎えた現在も命の大切さ・素晴らしさを伝える雑誌「メッセンジャー」編集長として、テレビや雑誌など幅広い分野で活躍され、同じように悩み苦しむ多くの人々に勇気と元気を与えたいと活動してみえます。学生達も、命の大切さ・素晴らしさを改めて感じ、考え、自分達の目指す役割を考える機会となりました。

羽田澄子監督作品
嗚呼　満豪開拓団上映開始！

9月5日、サンビレッジ新生苑で羽田澄子監督による、２００８年の東京国際女性映画祭オープニング作品「嗚呼　満蒙開拓団」が上映されました。この映画は1931年の満州事変以降、大陸へと渡り「満蒙開拓団」と呼ばれた満州移民の真実や悲惨さを訴え、戦争反対のメッセージを切に提唱する作品です。そして羽田監督の「この問題を両国の人々が過去の出来事ではなく現在も続く問題としてとらえ、それぞれの歴史を知り、日中関係の大切さを考える役に立てれば」という思いが込められています。今後も全国各地で上映予定です。是非ご覧下さい。