第 18 号
2016 VOL.2
隔月誌
平成 28 年 3 月発行

かなえるレター

かなえるリハビリ訪問看護ステーション







今月の表紙
松岡　町子さま
「豚汁」「筑前煮」
「キャベツのうま塩サラダ」

かなえるリハビリ訪問看護ステーション

ご利用者数　　H28/2/17 時点
介護保険 857 名　　その他　5 名
医療保険 344 名　　計 1206 名　社員数 97 名

かなえるリハビリ訪問看護ステーション都

ご利用者数　　H28/2/14 時点
介護保険 181 名　　その他　4 名
医療保険　19 名　　計 204 名　社員数 18 名

ご利用者からの投稿募集



かなえるレターではご利用者の投稿を募集しています。あなたの作品をこの紙面で発表してみませんか？詳細は郵送、FAX、メール、または、訪問スタッフまでお問い合わせ下さい。あなたの投稿をお待ちしております。

かなえるリハビリ
訪問看護ステーション
〒550-0015
大阪市西区南堀江 1-16-15
名城ビル 4 階 D 号室

Tel　06-6531-3500
Fax　06-6531-3510

かなえるリハビリ
訪問看護ステーション都
〒604-8371
京都市中京区
御池通神泉苑西入
神泉苑町 1-11　コマ・ビル 3 階
Tel　075-803-0536
Fax　075-803-0537

かなえる　～ご利用者とともにPart1～

今回は、かなえるレター第12号にも掲載させていただいた、森尾茂則さまのご紹介です。森尾さまは13年前に進行性の難病である多系統萎縮症を発症され、徐々に身体の機能が低下してくるといった症状をかかえ、人工呼吸器を付けながらも、自宅でご家族とともに生活されています。



前回の取材の際に、息子さまが婚約されるとお聞きしたのですが、結婚式に参加されたとお聞きし、再度取材させていただきました。取材当日も前回同様笑顔で迎えていただき、結婚式当日の写真も多く見せていただきました。モーニングを着こなし、笑顔の森尾さまが新郎の息子さまと新婦の新しい人生の門出に寄り添っておられました。

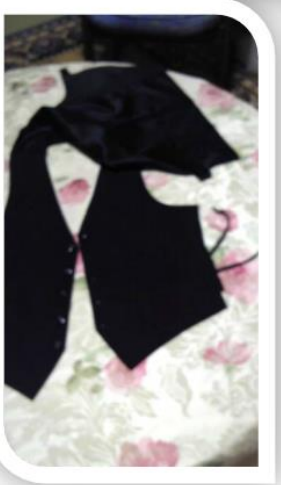
右の写真で森尾さまが着用されているモーニングは、一見すると普通のモーニングの様ですが、実は、車椅子に乗ったままでも着やすいように、呼吸器をつけたままでも着られるようになど、奥さまのお気持ちが溢れたモーニングになっていました。下の写真のとおり、もともとあったモーニングをリフォームされており、結婚式に着用するため「決して切らない！」をコンセプトに、全て縫い目を解くことによって作製されたそうです。













リフォームされたモーニング



ご家族で初詣に出かけられた様子

取材中、奥さまに写真を見せていただきながらお話をうかがっていた際、後ろでリハビリ訓練中の森尾さま自身が今日はベッドに座りたいと療法士に伝えておられました。奥さまがその時、「話に参加したかったのかしら」とおっしゃっていたのがとても印象的でした。何気ない日常の一場面で、森尾さまが結婚式の話に参加したいという強い意志を示されたとともに、その気持ちを見逃さない奥さまとの関係性に感動し、私たちにも必要な視点だと改めて実感しました。

これからも森尾さま、ご家族の想いをかなえられるように、全力でサポートさせていただきたいと思いました。

（取材：作業療法士　下川　貴大）

かなえる　～ご利用者とともにPart2～

今号ではもうおひとり、昨年２月から当事業所サービスを利用され、１年間で寝たきりから家事動作に参加するまでに回復された松岡町子さまをご紹介します。松岡さまは元々足部の変形や左膝人工膝関節の手術歴があり、H26 年 8 月に転倒され大腿骨骨折、11 月に再び転倒され二回目の大腿骨骨折後、人工股関節の手術を受けられました。その後、経過が思わしくなく寝たきり状態となりましたが、家へ帰りたいとの思いが強く、H27 年 2 月に退院されると同時に当事業所のサービスを開始されました。退院当初は「ポータブルトイレで排泄できる」を目標とし、リハビリに取りくまれました。

おむつ排泄で日常生活全介助状態でしたが、旦那さま協力の下、意欲的にリハビリに取りくまれました。精神科で服薬されているお薬のコントロールが上手くいったことも相まって、身体機能が順調に回復しポータブルトイレ排泄ができるようになられました。その後も様々な目標を立て、次々に達成していかれました。

リハビリではH27年12月に調理訓練を実施しました。前の週に一緒にメニューを決め材料を書き出しました。「包丁持つの２年ぶり～」とおっしゃって、始まった調理訓練。筑前煮を作りました。椅子に座って材料を切り調味料を合わせ、調理台へ移動。鍋に材料を入れて煮る、そして味付け。調理台の下にある調味料を出すなどのお手伝いはしたものの、見守りでほぼお一人で行うことが出来ました。

H27 年 2 月	訪問リハビリ開始 目標：ポータブルトイレで排泄できる
H27 年 6 月	ポータブルトイレ排泄開始 目標：自宅のトイレで排泄できる
H27 年 9 月	自宅トイレ排泄開始（日中） 目標：自宅でシャワー浴できる
H27 年 11 月	自宅シャワー浴開始（ヘルパー利用） 目標：料理ができる
H28 年 1 月	自宅シャワー浴開始（家族の見守りにて） １日１食の調理開始



材料の書き出し練習

年明けに訪問した時に嬉しい一言！「熊野さーん、お雑煮一人で作れました！！」その後も２回調理訓練を実施しました。今では、調理台に立って調理できるようになり１日１食は松岡さまが担当され、旦那さまもとても喜ばれています。マカロニサラダ・かす汁・豚の生姜焼き…など毎週作ったものを教えてくださいます。旦那さまと一緒に、車椅子でランチやお買いものにもよく出かけられるようになりました。

松岡さまの夢を尋ねたところ「ドリームですか～（笑）旅行です！！」とのことでした。夢をかなえることができるよう、これからもサポートさせていただきたいと思います。

（作業療法士　熊野　真弓）

実際の
調理場面
の様子









ご利用者投稿のコーナー





（担当スタッフより）
色々なものに興味をもって意欲的に生活されている利用者さまです。多趣味な方で、様々なものに自分からチャレンジされています。「三ノ宮での同窓会に歩いていく事」を目標にトレーニングをがんばっておられます。



（ご利用者コメント）
元気で楽しくやっております。

茨木市
安井　哲子さま
作品「書初め」
「絵手紙」「折り紙」



（担当スタッフより）
紅茶の好きなＴくん、自分のティーカップを作りました！

Ｔくん
作品「ティーカップ」

リハビリまめ知識

便秘対策



かなえるリハビリ
訪問看護ステーション都
看護師
横江美鈴

高齢者は加齢による衰え、食事量の減少、薬の影響などで便秘になりやすいと言われています。日常生活を振り返り、できることから始めてみましょう。

食事

■水分をこまめに補給する
■油を適度にとる→腸の潤滑油となる
■食事量を多くする
　※歯科で歯や義歯の状態を整える
　※少量ずつ小分けにして食べる
■食物繊維をとる
水溶性食物繊維：便を軟らかくし腸内の善玉菌を増やす
　果物、きのこ、海藻、こんにゃく等
不溶性食物繊維：腸内で膨らみ、腸の蠕動運動を促す
　穀類、豆類、ごぼう、芋類等
■乳酸菌飲料・ヨーグルト等をとる





トイレ



■決まった時間にトイレに行く
■排便時は、足を床にしっかり着き、前傾姿勢になる
■オムツ着用中でも、できるだけポータブルトイレに移動する
■ベッド上で排便する場合は、ギャッジアップして体を起こした姿勢にする

運動

■筋肉を動かして、腸を刺激して血流を良くする
　（少しでも立つ・座る時間を増やす）
■運動が難しい場合は、腹式呼吸や、お腹を温めるだけでもＯＫ
■入浴や足浴をする





暖かい日が増えて来たかと思えば、また寒い日に戻り、寒暖の差が激しくなっていますが、皆さま体調はいかがでしょうか？今回は、ご利用者のお話を２本立てで掲載させていただきました。

ご利用者やご家族の想い、目標をかなえていくために看護・リハビリを提供していく中で、想いを共有することの必要性をより一層、強く感じました。これからも社員一同ご利用者の想いをかなえられるようにサポートさせていただければと思います。

編集者　下川　貴大