第３号
2013 VOL.3
隔月誌
平成25年9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



担当スタッフより

「この帆船は生でみると迫力があります。他にもバイクや建造物などの素敵な作品を飾っておられます。帆船の写真撮影時に、生き生きとした表情をされていたのが印象的でした。その表情をみたときに、今回の掲載についての話しをして良かったなと思いました。」

今号の表紙
交野市
能生 實 さまより
作品：帆船の模型

かなえるレターからのお知らせ

かなえるレターは今号より隔月発行となりました。

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。
俳句、川柳、随筆、絵手紙など作品の種類は問いません。
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。

ご利用者数
H25/7/31時点 介護保険 253名
医療保険 131名
その他 3名
社員数 42名 計 387名

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
e-mail：info@kanaerulink.co.jp

ご利用者投稿のコーナー







担当スタッフより

作品は、今まで趣味として継続的に作成され身につけられた技術だとお聞きしました。
何事も継続し続けることのすごさを感じました。
今後も新しい作品の完成を楽しみにさせていただいております。





福島区
辻野　幸子さまより

ご利用者コメント

『趣味に取り組むためには長時間座ることも必要になってきます。長時間座っていても腰が痛くならないように頑張ってリハビリに取り組んでいます』

夏の海







素敵なレストラン



北港ヨットハーバー

担当スタッフより

暑い日が続き、出かける機会も少なくなっていましたが、写真を撮る為に久しぶりに外出。車椅子なので思うように撮れないとおっしゃっていましたが、素敵な写真が撮れました。ご無理なさらずに、好きな写真を続けて欲しいですね。

此花区
杉谷　昌之様さまより
タイトル：海のある街

リハビリまめ知識

ムセやすい姿勢とムセにくい姿勢



言語聴覚士
江村　卓

まだまだ暑さも厳しい時期ですね。やはり水分補給は欠かせません。しかし、水分補給をするときに気になるのが「ムセ」ですね。特に飲み込みに問題ない方でも、年齢を重ねるごとに飲み込む力が徐々に衰えていきます。
そんな徐々に衰えていく力をサポートしてくれるのが「飲み込む姿勢」です。飲み込みしやすい姿勢を取るとムセを減らすことができます。ポイントは３つ「安定した座位」「背中はやや丸める」「あごを引く」です。

ポイント①　安定した座位

座っている場所が不安定だと飲むことに集中できずムセやすいです。床であれば座りなれている座り方、椅子であれば椅子の真ん中に奥までしっかりと腰かけてください。

ポイント②　背中はやや丸める

背筋の伸びた姿勢だと食道が広がりにくく、胸につっかえるような感覚があり、飲みにくいです。上半身の力を抜いてリラックスした姿勢で飲みましょう。

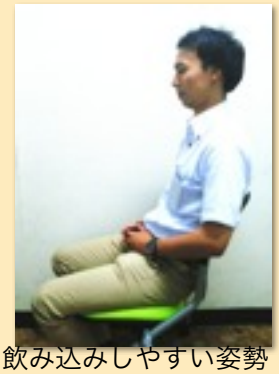
ポイント③　あごを引く

あごを突き出す姿勢は気管の入り口を広げてしまいムセやすくなります。正面よりやや下を向くようにしてあごを引きます。

この３つのポイントに気を付けながら水分補給をしましょう。ただし、飲み込む力によっては違う姿勢の方が楽なことがあります。「自分や家族の場合は？」と疑問に思われましたら担当療法士にご質問ください。



飲み込みしにくい姿勢



飲み込みしやすい姿勢

スタッフインタビュー

このコーナーでは、かなえるリハビリ訪問看護ステーションに所属するスタッフのご紹介をさせていただきます。
今号は、大阪市内（主に淀川区、大正区）で活動している作業療法士の高島千尋さんです！

Q.１.作業療法士になろうと思ったきっかけは何ですか？
A：もともと医療職に興味があり、専門学校の学園祭に行って「面白そう！！」と思ったこと。

Q.２これまでのご利用者との関わりで印象に残っていることはありますか？
A：退院直後からかかわらせていただいて、劇的に回復されていくこと。

Q.３仕事をしてて「やった！」と感じることは何ですか？
A：日常の動作など「○○しやすくなった」とご利用者の笑顔を見れたとき。

Q.４作業療法士として一番大切にしていることは何ですか？
A：ご利用者の想いをしっかり聴くこと。笑顔でいること。

Q.５最後に、高島さんの将来の夢をおきかせください。
A：まだ模索中です。今は目の前にあることに一生懸命取り組んでいきたいと思っています。



Profile

名前：高島　千尋
趣味：読書、追っかけ（笑）
特技：珠算
好きな物（人）追っかけしてる某ユニット。
好きな言葉　：Don’t dream just do it!
長所：好きになったら、とことん。
短所：熱しやすく、冷めやすい



スタッフより

「いつも笑顔の高島さん。ご利用者・ご家族のことを常に考え、悩みながら・・・
日々、奮闘中☆ 吸収力は抜群。学んだことを次に繋げられる力の持ち主。はたまた実は、人脈作りが得意(？)
知らぬ間に広がっている人脈に驚きます。人の輪にスッと入っていける自然体が魅力のOTさんです。」

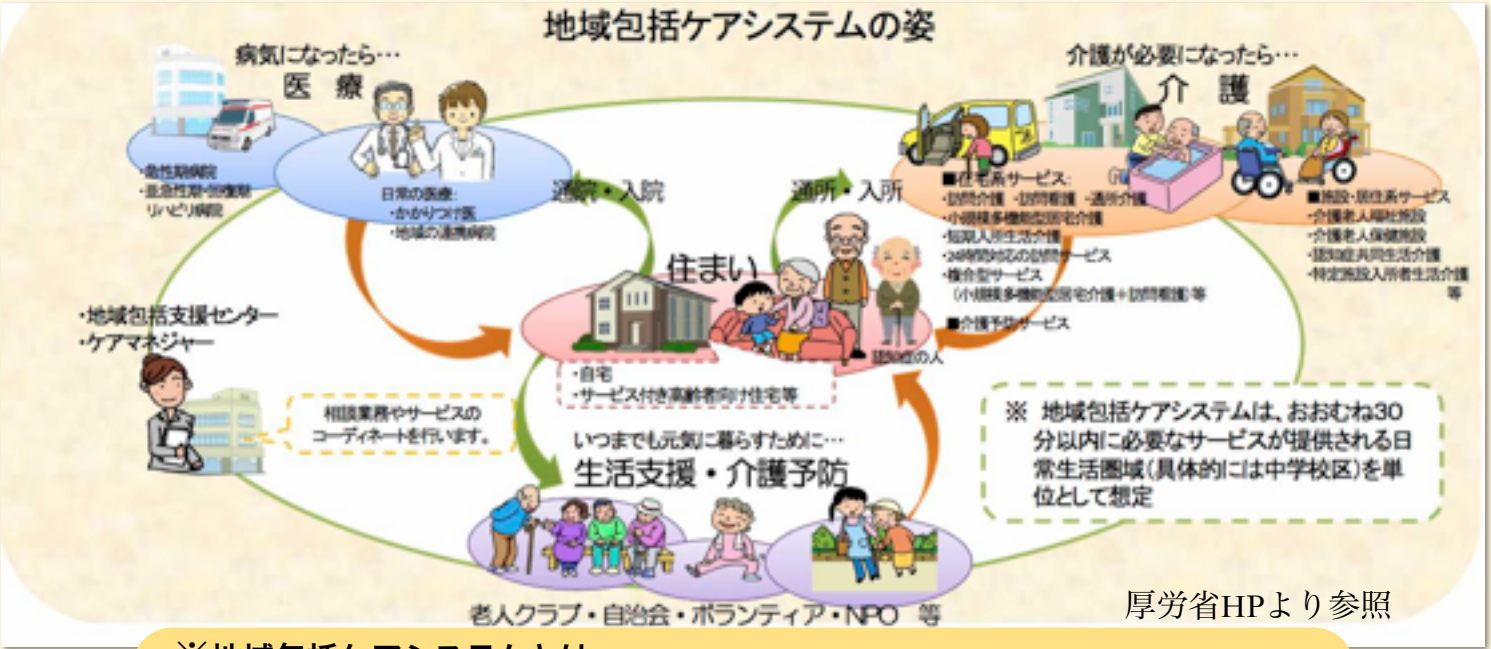
かなえる TOPIC

～研修会開催報告～
『地域包括ケアシステムで期待される専門職



平成25年8月3日（土）
国立社会保障・人口問題研究所
川越　雅弘氏を講師にお招きし、
『地域包括ケアシステムで期待される専門職の役割とは』
というテーマで研修会を開催致しました。
企画当初は、社内研修を想定しておりましたが、内容としても一社での研修会としてしまうのは勿体ないということで、日頃からお世話になっている方々もご招待しての研修会となりました。
川越氏からの講演内容は、人口構造の変化、国家予算と社会保障費の推移、制度改定におけるポイントや経緯・経過・現状から見えてくる取り組むべき（現時点とこれからの）課題を分かりやすくお伝えいただきました。研修会後には、参加者で懇親会も開催しました。
皆さん積極的に情報交換を行い、進むべき方向性を確認し合い、
また各々の強みを活かし、協力し合えるキッカケができたように感じられました。一社でできることには限りがあります。皆が協力し合い、
互いの強みを発揮（リンク）
して社会に貢献していけることが重要なのですから。今後も当社では、
関係機関の皆様にとって有益な研修会を企画・運営していきます。
引き続き、情報を発信して参りますのでご期待ください。





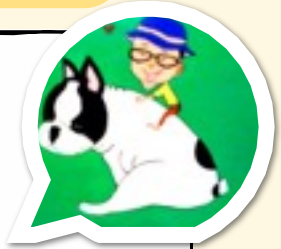
厚労省HPより参照

※地域包括ケアシステムとは…

地域内の様々な資源（医療・介護サービス（共助）、近隣の助け合いやボランティア等（互助））を総動員して、必要な方に必要な支援が提供される仕組みづくりをいいます。

編集後記

残暑厳しき折り、みなさまいかがお過ごしでしょうか？かなえるレターは今号より季刊から隔月での発行となりました。これまでよりも短い期間でかなえるレターをお届けできることを嬉しく思います。また、たくさんの方々から「かなえるレター読んだよ！」とのお声も頂き、ひととひととがつながるきっかけとしてこの誌面が活きていることに喜びを感じながら、次号の誌面作りを日々考案しております。



編集者　井戸　孝則