隔月誌（平成30年11月発行）

かなえるリハビリ訪問看護ステーション

かなえるレター

KANAERU LETTER

2018 vol.6 34号



今号の表紙　雑賀さま（ボーカル）

「演奏会」

毎年、夏に行われる演奏会。この演奏会のために、毎月バンドの仲間と練習したり、ボイストレーニングにも通われています。

担当: 作業療法士　佐治

かなえる TOPIC-01

「管理職」を対象にした「マネジメント研修」を開催

株式会社かなえるリンク
教育研修課 課長　門田 淳志

平成30年9月2日、弊社の管理職を対象にした「マネジメント研修」を開催しました。『職場環境』をテーマに、人と組織のコンサルティングを提供する、「ひとのわ」の福住昌子様に講演いただきました。福住様は国際コーチ連盟認定のプロフェッショナルコーチとして、様々な分野の企業を対象に人と組織について講演をされています。スタッフが「職場に来たい、長く続けたい」と思える組織。そんな組織をつくるために必要な関係性の築き方や伝え方・関わり方を学びました。なかでも特に印象に残ったのは、人間関係の４つの毒素、『非難（相手のせいだ）』・『防御（私のせいじゃない）』・『無視逃避（黙っていよう）』・『侮辱見下（ほんとバカだな）』を日頃の自分自身の行動に当てはめて、その意味を考えるというものでした。各々が人間関係の毒素を自身の行動から認識することで、良い関係を築くための糸口になったのではと感じています。私達は人や社会の変化に合わせ事業運営・人材教育を行う必要があります。今後も研鑽を重ねていきます。



「ひとのわ」の福住昌子様による
マネジメント研修の様子

かなえる TOPIC-02

「えほんpicnic（ピクニック）2018」に出展

かなえるリハビリ訪問看護ステーション
作業療法士　久保 史佳

平成30年10月7日に大阪市西区の靱公園で「えほんpicnic2018」が開催されました。昨年に続き、弊社からもブースを出展。当日は快晴で、たくさんのご家族が来場されていました。『えほんpicnic』は名前の通り、自分の家から持ってきた絵本を交換したり、絵本の読み聞かせ、その他にもアクセサリーや小物を作ることができるワークショップやスタンプラリーなど多くの催しが開かれています。その催しの中の一つ「キッズおしごとLABO」に私達も参加。これは「西区にゆかりのある企業の仕事に親子で触れて学んでみよう」というテーマの体験型ブースです。弊社では看護やリハビリの世界を体験できるように「親子で楽しめる体験型アクティビティ」と称してビジョントレーニング、自助具体験、看護師体験を実施しました。絵本でひとの体について学びながら、血圧測定の体験や聴診器を使う体験。ご両親やお友達の心臓の音を聞いているお子さんたちの顔は真剣そのもの。小さな看護師さんのかっこいい姿が沢山見れました。赤ちゃんから高齢者の方まで誰もが安心して幸せに暮らせる、そんな地域づくりに貢献できるように今後もスタッフ一同、取り組んで参ります。



「親子で楽しめる体験型アクティビティ」で
看護師体験の様子

秋の声が聞こえる美しい季節が到来しました。みなさま、いかがお過ごしでしょうか。早いもので、2018年のかなえるレターは今号で最後となります。今年もたくさんのご利用者にご協力をいただきました。本当にありがとうございました！来年もより良い情報を皆様のもとへお届けできますように精進してまいります。みなさま、2019年もどうぞ宜しくお願いいたします。



編集者　広報課　川口 智之

かなえるリハビリ訪問看護ステーション
〒550-0015
大阪府大阪市西区
南堀江1-16-15
名城ビル4階D号室
TEL 06-6531-3500
FAX 06-6531-3510

ご利用者数（H30/10/19時点）

介護保険…	880名
医療保険…	461名
その他　…	3名
計	1,344名（社員数127名）

かなえるリハビリ訪問看護ステーション河内長野
〒586-0048
大阪府河内長野市
三日市町240-1
三日市グリーンハイツ103号室
TEL 0721-63-3355
FAX 0721-63-3377

ご利用者数（H30/10/19時点）

介護保険…	167名
医療保険…	52名
その他　…	1名
計	210名（社員数20名）

かなえるリハビリ訪問看護ステーション都
〒604-8375
京都府京都市中京区
西ノ京池ノ内町19-11
御池KSビル202号室
TEL 075-803-0536
FAX 075-803-0537

ご利用者数（H30/10/19時点）

介護保険…	293名
医療保険…	64名
その他　…	0名
計	357名（社員数21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ください。あなたの投稿をお待ちしています。

かなえるリンク　検索

リハビリ 豆知識

簡単排便マッサージ



作業療法士
小谷 雅昭（こたに まさてる）

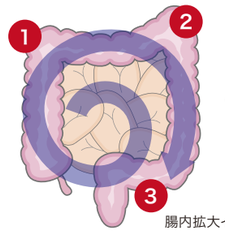
便秘でお悩みの方に「排便マッサージ」を紹介

腸に便が滞留することを便秘と言います。
腸内環境が悪化すると、腸の動きが悪くなり、
その結果、腸の血流やリンパが滞り、全身の冷えやむくみなどの
原因になるといわれています。

▶いつでもできる、簡単排便マッサージ方法

手のひら全体で「**の**」の字を描きながら腹部全体を
2～3回ゆっくりとマッサージしてください。

便やガスは腸の曲がり角や、たわんだ箇所（❶～❸）に滞留しやすいので、腹部全体をマッサージしたあと、指先を使い痛みがでない程度で2～3回、優しく円を描くように❶～❸のマッサージを行うとさらに効果的です。



腸内拡大イメージ



腹部全体のマッサージ ＋ ❶～❸のマッサージ ＝ 1セット

注意点 **マッサージの回数は朝と夜の2セット。食後1時間は避けましょう。**
少しでも体に違和感を感じた場合は、かかりつけのお医者様にご相談ください。

ご利用者「投稿コーナー」



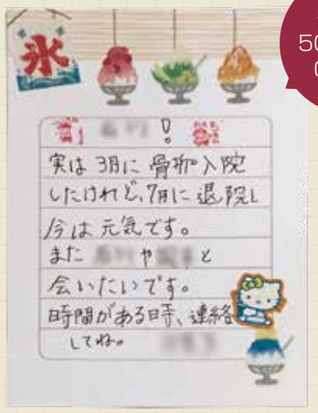
作品 「手紙」

右半身麻痺になり、利き手を左手にかえて書いたご友人へのお手紙です。
失語症のため、文面はスタッフ等と一緒に考え下書きを作成し、それを見て丁寧に書かれます。
折に触れて手紙を書いたり、ランチに出掛けるなど、
親しいご友人達との交流を大切にされています。

担当: 言語聴覚士　青木



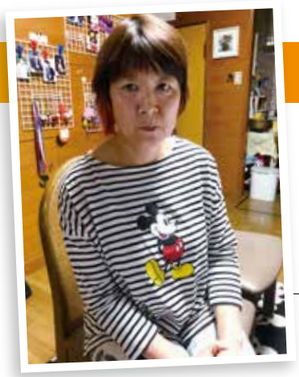




鶴見区
50代 女性
O.M 様

※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ください。あなたの投稿をお待ちしています。

— ご利用者とともに —



趣味・仕事、日常生活を送るための「身体維持」と「自己管理」

雑賀（さいが）さま（53歳）は、先天性脳性麻痺により右上下肢に麻痺があります。
数年前にご両親を亡くされ、現在は一人暮らしになり、
週3回の訪問介護員による家事援助など様々な方に支えられて生活されています。

「身体」の「管理と維持」

冬の寒い時期になると右の手足が硬くなり動きにくくなるということから、身体の管理や維持を目的とし、また自己管理ができるようにと約2年前より訪問リハビリのサービスをご利用いただいています。

仕事や趣味「溢れるバイタリティ」

雑賀さまは、身体の不自由さを感じさせないくらい明るく活発な方で、平日は作業所（生活介護福祉施設）でお仕事をされ、プライベートではご友人とバンドを組み、ボーカルを担当するなど非常にバイタリティに溢れています。元々、『XJAPAN』や『TOKIO』など、ロックバンドの熱狂的なファンであり、15年間バンド活動を続けられています。

「家族の事など、精神的につらい事もありましたが、いつもバンド活動と仲間が心の支えでした。今でもそれは変わりません」その言葉から雑賀さまにとってのバンドへの強い思いが伝わってきました。

「変化」を振り返り「試行錯誤」を重ねる

日常生活の中、家事や仕事、バンド活動や遊びなど…やらないといけない事は沢山あります。その中でしっかりと時間を決めて、自分自身で身体のメンテナンス（ストレッチなど）を行う事が非常に大切になります。訪問リハビリでは温度と服装の管理や疲労と身体の変化、ストレッチ内容の確認といった支援をさせていただいています。気温が低くなるにつれ右の手足が硬くなってしまい、姿勢が悪くなったり、歩きにくくなったりと日常生活に支障をきたします。そのため気温の変化に合わせて身体がどう変化したかを一緒に振り返り「その時どうしたらよかったのか」「これからどうしていくべきか」を話し合い試行錯誤を重ねています。

「身体の変化」を「自己で「認識・管理」」

目標は身体の変化を自己で認識し、管理ができるようになることです。今後、気温だけでなく生活場面や環境の変化により身体への影響が出てくる可能性もあります。それでも慌てず自分なりに理由を考え、対応する事を今後も続けていくことが重要になります。あらゆる可能性をその場で伝え感じていただけるよう、今後も雑賀さまの生活を豊かにするために支援を継続します。次の演奏会も楽しみにしています。

（作業療法士　佐治）


リハビリに励まれている様子



壁一面に大好きなXJAPANのグッズ

▸H15.	バンド活動を開始
▸H28.10月	訪問リハビリサービスを開始
▸H30.8月	演奏会出演（本号の表紙）