隔月誌（令和元年5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

vol.37
2019

今号の表紙　片山さま

「未来へ進む一歩のために」



片山さまに合わせて作った
立位保持の練習に欠かせない短下肢装具です。

担当: 理学療法士　金

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（H31/4/15 時点）

介護保険…	928名
医療保険…	489名
その他　…	6名
計	1,423名（社員数124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（H31/4/15 時点）

介護保険…	181名
医療保険…	57名
その他　…	1名
計	239名（社員数21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（H31/4/15 時点）

介護保険…	221名
医療保険…	63名
その他　…	1名
計	285名（社員数16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

かなえる TOPIC-01

「かなえるリハビリ訪問看護ステーション住之江」を開設

かなえるリハビリ訪問看護ステーション住之江
所長　齋藤　貴俊

平成31年4月1日、住之江区粉浜に「かなえるリハビリ訪問看護ステーション住之江」を開設致しました。それに伴い、かなえるリハビリ訪問看護ステーションサテライト南港を「かなえるリハビリ訪問看護ステーション住之江サテライト南港」と名称変更致しました。住之江事業所の所長として、リハビリと看護が一体となったサービスを多くの地域の方々に提供し、地域事業にも継続して関わり、地域貢献に尽力していきますので、今後とも宜しくお願い致します。



所長
齋藤　貴俊
（理学療法士）

かなえるリハビリ訪問看護ステーション住之江
管理者　上　美幸

平成31年4月1日、「かなえるリハビリ訪問看護ステーション住之江」を新たな事業所としてスタート致しました。まだまだ学習していくことばかりですが、地域の皆様が安心してご自宅での療養生活を続けることができるよう、医療機関やケアマネジャー、他職種の方と連携を図りながら支援させていただきたいと考えております。今後とも、より質の高いサービスができるよう、研鑽してまいります。これからも宜しくお願い致します。



管理者
上　美幸
（看護師）

かなえる TOPIC-02

かなえるリハビリ訪問看護ステーション「サテライト東淀川」「サテライト西淀川」「サテライト平野」を設置

かなえるリハビリ訪問看護ステーション サテライト東淀川・サテライト西淀川
責任者　長瀬　正幸

大阪市内で淀川を挟んだ地域に新たに2カ所の拠点を設けることができました。サテライト東淀川では東淀川区を中心に北区・都島区・旭区、サテライト西淀川では西淀川区・福島区・此花区・淀川区でのチームを再編成し、より地域に根差したサービス提供が可能となりました。また、所属メンバーは各区の活動にも積極的に参加しています。サテライトの職員が一丸となって、地域にお住まいのご利用者の自立した生活に貢献できるよう尽力致します。



責任者
長瀬　正幸
（理学療法士）

かなえるリハビリ訪問看護ステーション サテライト平野
責任者　高橋　宏

平成31年4月1日より、平野区・生野区・阿倍野区・東住吉区を中心に訪問業務を行う拠点として「かなえるリハビリ訪問看護ステーションサテライト平野」を設置致しました。私達はご利用者が「住み慣れた地域でその人らしく暮らし続ける」ために、より生活に寄り添ったサポートをさせて頂きます。スタッフ一同、地域、ご利用者・ご家族と共に考え、成長し続けられるよう邁進していきますので今後とも宜しくお願い致します。



責任者
高橋　宏
（理学療法士）

「かなえるリハビリ訪問看護ステーション」管理者のご挨拶

平成31年4月1日付で「かなえるリハビリ訪問看護ステーション」の管理者となりました、看護師の和田将吾と申します。当ステーションは地域に根付いた看護・リハビリの提供を目標に地域の皆様が安心して、ご自宅での療養生活をおくれるように支援させていただいています。少しでもみなさまのお役に立ち、笑顔を見ることができるよう、これからも精進していきますので、どうぞ宜しくお願い致します。

かなえるリハビリ訪問看護ステーション　管理者　和田 将吾（看護師）



リハビリ 豆知識

「睡眠時無呼吸症候群」について

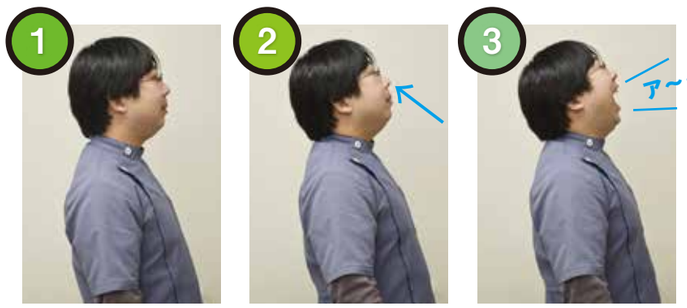
皆様こんにちは。言語聴覚士の江村卓です。今回は「**睡眠時無呼吸症候群**」についてお話致します。「**睡眠時無呼吸症候群**」とは主に眠っている最中に舌が落ち込んでしまい、空気の通り道を塞ぐことによって起きると言われています。舌が落ち込んでしまう原因として舌やのどちんこの筋力低下があります。この状態を放っておくと、寝ても疲れが取れない、昼間に突然眠くなる、などの症状があらわれます。
これらを予防するには、喉やお口や舌の筋力を鍛える必要があります。



言語聴覚士
江村 卓（えむら たかし）

喉やお口や舌の筋力を鍛えるには「高い声」を出すことが有効

高い声を出すことによって普段よりも喉やお口の筋肉を動かすことが可能です。1日10回、なるべく高い声で『**ア〜〜〜〜〜〜**』となるべく長く発声します。無理の無いよう休憩を取りながら行って下さい。喉やお口の筋肉を鍛えて睡眠時無呼吸症候群を予防して快適な睡眠をとりましょう。



1 背筋を伸ばして　2 大きく息を吸い込み　3 高い声で『ア〜〜〜〜〜』

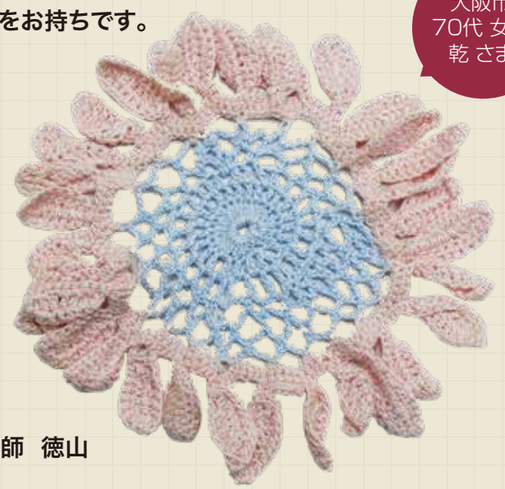
ご利用者「投稿コーナー」



作品 「編み物」

乾さまは編み物や刺繍やウクレレなど多彩な趣味をお持ちです。
時間をかけて丁寧に編まれました。
笑顔でパワフルな姿に
いつも元気をいただいています。
これからもその素敵な笑顔で居てくださいね！

大阪市
70代 女性
乾 さま





担当: 看護師　徳山

※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 —



寝たきりの状態から少しずつでも、できることを増やしていきたい

理学療法士　金

産業機械製造メーカーのメンテナンス部に長年お勤めになられていた片山さま（66）
お仕事柄、国内外問わず出張や転勤が多かったそうです

「訪問リハビリ」のサービスを開始

定年を目前にしたある日、出張先で強い頭痛を訴えられ、近くの診療所に駆け込まれました。くも膜下出血との診断を受け、すぐに大きな病院へと移られました。退院時はほぼ寝たきりの状態で、寝返りや起き上がりが行えないことから、平成28年3月より当ステーションの訪問リハビリをご利用いただいています。

「家族の負担」を減らしたい

「寝たきりの状態から、少しずつでもできることを増やしていきたいんです」と退院と同時に週3回という高頻度のリハビリを希望されました。寝たきりの状態からの筋力トレーニングはつらいことだったと思いますが、「トレーニングを重ねることで筋力が上がっているのを実感していきます」とモチベーションを高く持ち、「家族の負担を少しでも軽減させたいんです」という想いで日々の動作練習やトレーニングを重ね筋力をつけることで寝返りやベッドでの起き上がり・座位の保持ができるようになりました。

立位姿勢を保つ「短下肢装具」

その後、立ち上がって立位姿勢を保つという練習に移行。立位姿勢を保つためには適切な足首の角度を必要とします。その角度を保持するための短下肢装具を作り、環境を変えながら何度も練習を繰り返しました。今では、立ち上がりも軽介助で可能となり、歩行車を使用した立位は5分以上の保持が可能です。退院時の寝たきりの片山さましか知らないご友人達は、お会いしてその回復にとても驚かれるそうです。



立位姿勢を保つ練習

▶H27.8月	くも膜下出血と診断
▶H28.3月	訪問リハビリをスタート
▶H30.10月	両足に短下肢装具を処方

「美味しいもの」を食べに出かけたい

美味しいものを食べに出かけることがお好きで、いつもインターネットでお店を探し、車椅子と介護タクシーを利用して食べに出かけられます。店内には段差や車椅子が通れないような狭い場所があるため、様々な環境に対応できるよう、固定物を掴んで立ち上がる練習や松葉杖を使用して立位を保持する練習を現在継続的に行っています。片山さまに次の目標を伺うと、「松葉杖をついて外出したいです。松葉杖での外出であれば、僕の中でイメージができています」とリハビリへの意欲を高くもたれています。今後もご期待に応えられるように、ご希望に寄り添いながら支援してまいります。

（理学療法士　金）