隔月誌（2019年9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

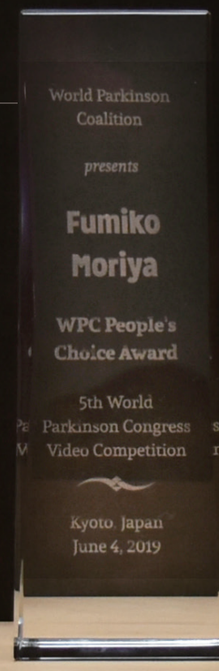
KANAERU LETTER

vol.39
2019

今号の表紙　守屋さま

「選ばれた私の生き方」

世界パーキンソン病会議
ビデオコンペティション
ピープルズ・チョイス・アワード　受賞



訪問リハビリで関わり、2年程になります。新たな事にチャレンジする姿は本当にかっこよく、私自身が学ぶことが多いです。これからも守屋さんらしい生活が続けられるよう、支援できればと思います。

担当：作業療法士　下川

かなえるリンク　検索

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（2019/8/19 時点）

介護保険…	691名
医療保険…	283名
その他　…	0名
計	974名（社員数89名）

かなえるリハビリ訪問看護ステーション住之江
〒559-0001
大阪府大阪市住之江区
粉浜3-15-9
コテジャルダン 203号室
TEL 06-4701-8554
FAX 06-4701-8556

ご利用者数（2019/8/19 時点）

介護保険…	55名
医療保険…	32名
その他　…	0名
計	87名（社員数8名）

かなえるリハビリ訪問看護ステーション岸和田
〒596-0044
大阪府岸和田市
西之内町9-6　2階
TEL 072-423-0567
FAX 072-423-0568

ご利用者数（2019/8/19 時点）

介護保険…	138名
医療保険…	191名
その他　…	0名
計	329名（社員数22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（2019/8/19 時点）

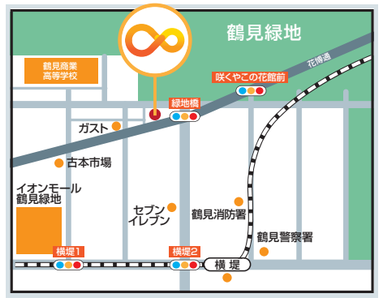
介護保険…	172名
医療保険…	41名
その他　…	1名
計	214名（社員数18名）

かなえる TOPIC-01

かなえるリハビリ訪問看護ステーション「サテライト鶴見」を設置

かなえるリハビリ訪問看護ステーション
サテライト鶴見

令和元年7月1日、鶴見区・城東区・東成区・旭区を中心に訪問業務を行う拠点として、鶴見区の横堤に「かなえるリハビリ訪問看護ステーション サテライト鶴見」を設置しました。訪問スタッフは、看護師をはじめ、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、管理栄養士が在籍しています。ご利用者の想いをかなえるため、地域に根差し、誰もが活き活きとした在宅療養を送れるよう、知識や経験豊富なスタッフが、医師やケアマネジャーと連携しながら、サービスを提供させていただきます。スタッフ一同、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いたします。



かなえるリハビリ訪問看護ステーション サテライト鶴見
〒538-0052　大阪市鶴見区横堤4丁目28-14
鶴見緑地道端マンション 702号室

かなえる TOPIC-02

「NICU入院児とその家族のために」

かなえるリハビリ訪問看護ステーション
作業療法士　竹島　隆太

令和元年7月23日、「山形県の小児リハビリテーションの現状地域とのつながり～NICU入院児とその家族のために～」というテーマで、山形済生病院　リハビリテーション部渋間勇人さま（作業療法士）による勉強会を開催いたしました。NICUとは、Neonatal Intensive Care Unitの略で、『新生児集中治療室』のことです。家族への支援では、お子さんができることや苦手なこと、泣いた時の対処方法等が書かれた行動説明シートを作成し、ご家族に提出しているそうです。お子さんの様子や療育の方法を知ることで、お母さんが安心感を持つことができ、母子間での愛情形成に繋がると感じました。訪問リハビリでも、変化を細やかに伝えることで、母子間だけではなく、ご家族と療法士の良好な関係性が構築できると感じ、心がけたいと思いました。今後は乳幼児健診や3歳児検診へ積極的に療法士が介入し、保健師との情報共有を行い、「NICU退院」で終わりにしない連携が必要になるということを教えていただきました。

勉強会の様子

今回、『ご利用者とともに』で執筆いただきました守屋さま。WPC『ピープルズ・チョイス・アワード』を受賞された守屋さまの作品を何度も視聴しました。人は誰しもが何かを抱えて生きています。その何かと向き合い、どう生きていくのか。作品から守屋さまの強い想いを私は感じました。私自身も自分の人生と向き合えているかを考えさせられました。記事内のURLやQRコードからYoutubeにて視聴できますので、是非皆さまご視聴ください。



広報課　川口 智之

看護 豆知識

より良い睡眠を確保するために

寝苦しい季節になりましたが、皆様は心地よい睡眠を確保してますでしょうか?
眠れなくていつまでもスマホを操作していたり、テレビなどを観ていませんか?
睡眠時間は確保しているのに起床時に疲れがとれていない事はないでしょうか?

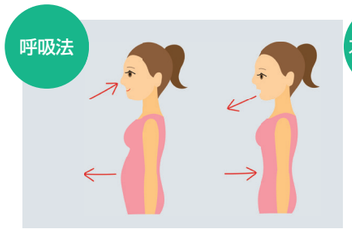


看護師
坂井（さかい） 智仁（ともひと）

睡眠は「質」が重要です !!

質を下げる要因として、体内時計が狂ったり、自律神経が変調したり、はたまた疾患の可能性が考えられたりします。疾患として睡眠無呼吸症候群、むずむず脚症候群などが考えられます。質が低下すると、精神状態が不安定になったり、記憶力が低下したり、肥満になりやすくなるといった悪循環に陥ります。質を上げる為に様々な文献や諸説はありますが、個人によっても違いますので、ご参考程度に取り入れてみて下さい。

呼吸法



眠る20分前から、腹式呼吸で全身の力を抜く。この時頭の先からつま先まで。

ヨガストレッチの活用



ホルモンの「カルノシン」を分泌させ副交感神経を優位にさせる

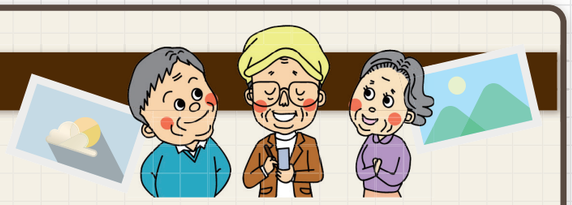
寝具の調整



マットレスや枕の工夫。自分にあった寝具を選択する事をおすすめします。

これらを参考にして自分にあった睡眠方法を見つけて、より快適に毎日が過ごせるようになると最高だと思います。

ご利用者「投稿コーナー」



作品

「写真撮影」

10年ほど前より趣味で写真を始められたそうです。
以前は全国を飛び回って撮影されていました。
また、写真撮影が再開できるようにと
現在、リハビリに注力されています。



大阪市
70代 男性
出川さま

担当: 理学療法士 釘宮

出川さまの
『愛用のカメラ』と『作品』

ご利用者からの”投稿募集”

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 —



「パーキンソン病」と共に生きる

守屋　富美子 さん

当ステーションのご利用者の守屋さまが、WPC（世界パーキンソン病会議）の、「ビデオコンペティション」に応募されて見事、優勝されました。今回、応募されるまでの経緯と制作への想いをご本人に綴っていただきました。

世界パーキンソン病会議（WPC）

6月、京都国際会議場で第5回世界パーキンソン病会議（以降WPC）が開催されました。WPCは、3年に一度、医師や医療関係者だけに限らず、患者も一緒に参加するというスタイルの学会です。最新の研究成果や患者の取り組み、パーキンソン病に効果的なエクササイズや体験などが発表されます。今回は約3000人の方が来場されました。

「私に与えられたチャンス」

私がWPCの存在を知ったのは2年前。世界中から集まる患者と共に病気と向き合うことで、「何かを得たい。何かを残したい」若年性のパーキンソン病である私に与えられた最初で最期の〝チャンス〟だと強く思いました。

それから私は、「WPCに参加したい！」と言う気持ちを常にアピールしながら、様々な取り組みに参加しました。活動の中でご縁も繋がり、私が所属するNPO法人「U60チャレンジド・サポーターの会」が招待されることになりました。

今迄、普通に生きていた私たちに突然襲ってきた病。できていたことができなくなる苛立ち。薬を手放せない不安。治す方法はないと言われる絶望感。「なんで私やねん?」と嘆いても人生はまだ続く。「それなら何とか自分らしく生きたい」そんな想いから、私個人として『ビデオコンペティション』に応募しました。多くの人々に見ていただける動画で何を伝えたいのかを考え、患者の方々から「そうそう!」、「こういう事が言いたかった!」そう思ってもらえる〝本音の部分〟を伝えたいと思いました。



YouTube
動画はこちらから

『wpc2019_Fumiko』
https://youtu.be/xtfL7r6lv0U

ピープルズ・チョイス・アワードに選ばれた作品

▶2012.12	パーキンソン病と診断
▶2017.5	訪問リハビリ開始
▶2019.1	動画制作開始
▶2019.2	動画完成
▶2019.6	ピープルズチョイスアワード受賞

「私らしく生きる」

作品が完成し、提出してしばらく経つと全世界約70作品の中から、私の作品が事前に行われたインターネット投票でTOP12に選ばれました。そのTOP12の作品の中から、現地で一般の方に見て貰い投票数が一番多かった作品が「ピープルズ・チョイス・アワード」に選ばれることになります。

WPCの当日、現地では大画面に私の作品が流れました。見慣れたエンディングと共におこった拍手が落ち着いた時、「ビデオコンペティションの勝者は「フミコモリヤ!」と私の名前が会場に鳴り響きました。私が「ピープルズ・チョイス・アワード」に選ばれたのです。

私達にとってWPCは「お祭り」のようなものだったのかもしれません。参加したことで明確に変わった事はありませんでしたが刺激は沢山受けました。私は新薬開発を信じて待ちます。それまで身体も心も鍛えて備えようと、心から思いました。

過去にとらわれず、今の私にできること、それを精一杯するのが、私らしく生きるってことなのかなと考えています。次は、何に挑戦しようか?久しぶりに先のことを考えています。

（守屋 富美子）