隔月誌（2023年3月発行）

株式会社かなえるリンク

かなえるレター

KANAERU LETTER

vol. 60
2023

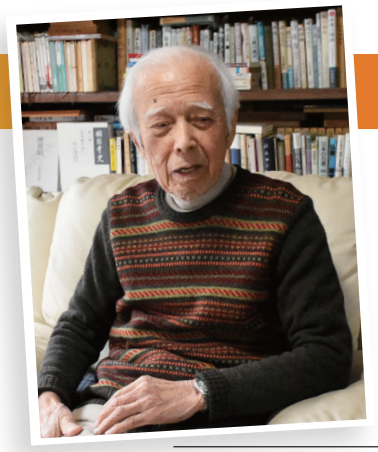


訪問看護事業 ／ 介護予防訪問看護事業（訪問リハビリ含む）

かなえるリハビリ訪問看護ステーション	大阪市西区北堀江1丁目2-19 アステリオ北堀江ザ・メトロタワー 503	☎06-6531-3500
かなえるリハビリ訪問看護ステーション住之江	大阪市住之江区粉浜3丁目15-9 コテジャルダン203号室	☎06-4701-8554
かなえるリハビリ訪問看護ステーション西淀川	大阪市西淀川区姫島1-18-12 ロワール三恵1F	☎06-6476-3703
かなえるリハビリ訪問看護ステーション鶴見	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	☎06-4257-3700
かなえるリハビリ訪問看護ステーション岸和田	岸和田市西之内町9-67 2階	☎072-423-0567
かなえるリハビリ訪問看護ステーション都	京都市中京区西ノ京池ノ内町19-11 御池KSビル202号室	☎075-803-0536

株式会社かなえるリンク 大阪市西区北堀江1丁目2-19 アステリオ北堀江ザ・メトロタワー 502 ☎06-6531-3505

株式会社 かなえるリンク
KANAERU LINK



大先輩に学ぶ

かなえるリハビリ訪問看護ステーション都　理学療法士　荒木（あらき）　良実（よしみ）

座右の銘「明日を期せず」

私が週に一度訪問を担当させていただいているK様は長年教職に携わり、京都の高等学校の校長も歴任されていらっしゃいました。歴代の教え子たちには某有名企業の社長や某大学の学長など錚々たる方々がいます。

K様は禅にも精通しておられ、座右の銘の一つに「明日を期せず」という言葉があります。意味を聞くと、このように教えてくださいました。「今日会うのが最後である。そういう関わり方をしなさい」と。そんなK様の豊富なご経験から気付かされることがたくさんあります。

K様らしさを支える訪問リハビリの役割

K様が訪問リハビリを開始したきっかけは、日常生活動作の改善を目指して運動する機会を作るためでした。数ヶ月前に足を骨折されて以降、徐々に体力や意欲の低下を感じるようになっていたのです。当時のK様は何事にも億劫になり、やる気が起きない様子で、弱気な発言が多いのが印象的でした。体力低下⇅意欲低下の悪循環に陥っている状態だったので、私は体力低下よりも意欲の低下に着目し、この負のスパイラルからの脱却を目指しました。

リハビリテーションとは様々な定義や意味がありますが、私が考えるリハビリテーションは、不自由に対して、少しでもその人らしい生活ができるよう支援することだと思うのです。

K様らしさとは何かを考え、たどり着いた答えが「お話し相手」でした。リハビリ中いつもどちらかが喋っています。K様はおしゃべりが大好きなのです。部屋に飾られている書を見ながら意味を教えてくださったり、人生経験を通した教訓をお話してくださったり。話し相手を得たことでK様の意欲は徐々に向上し、身体を動かす意識にも繋がっていきました。「あなたが来るのが楽しみだ」と言ってくださり、リハビリにも相乗効果をもたらしたのです。

その日その時を大切にした関わり

現在K様は、元教え子たちが結成したご自身のお名前を冠にした会などに参加されています。50年以上も欠かさず会が開かれているそうで、「今日会うのが最後である。」という関わり方をしてこられたからこそ、長年途切れない、人との繋がりがあるのだと思います。

K様との関わりで得た教え「明日を期せず」。訪問リハビリテーションのあり方に気付かされた言葉です。K様の教育の基本は「躊躇わず・判断して・行動に移す」だそうです。K様を通じて私は理学療法士として、とても大切なことを学ばせていただいたと感じています。

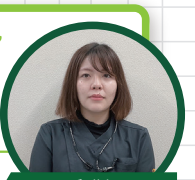
（理学療法士　荒木）





看護 豆知識

「湯冷め」に注意！



看護師
澤田 玲華
さわだ れいか

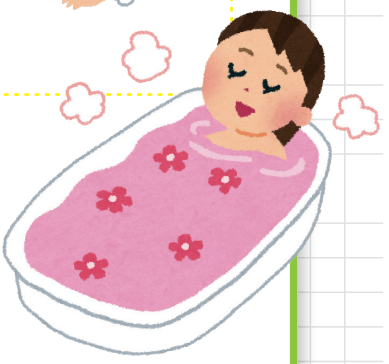
入浴して体温が上がると、体温を元に戻すために汗をかいたり血管を広げたりする身体の機能が働き、熱を身体の外に出そうとします。しかし、熱の放出が過剰になってしまうと体温がどんどん低下してしまいます。この現象を**「湯冷め」**といいます。
また、体温が必要以上に下がってしまうと神経が刺激され粘膜の炎症を起こし、免疫力が低下して風邪を引きやすくなってしまいます。

湯冷め対策を行い、気持ちの良いお風呂時間を過ごしてみませんか？

湯冷め対策

① ボディブラシで身体を洗う
② 38-40℃くらいのぬるま湯に全身ゆったり浸かる
③ 入浴剤やバスソルトを使う
④ 浴室で身体を拭く
⑤ 塗れた髪の毛はすぐに乾かす or まとめる

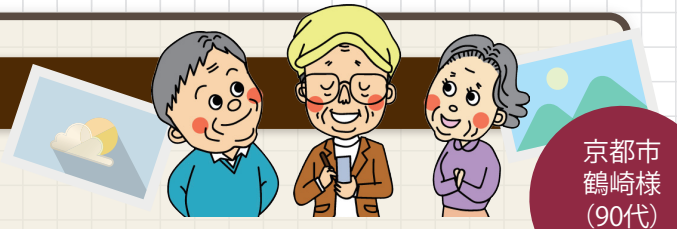




お風呂から出る時に水を…
お風呂からあがる前に足先にサッと常温の水をかける方法があります。
水をかけることで「冷たい」と身体が感じて血管が収縮して細くなります。

それにより、身体の熱が外に逃げにくくなります。ぜひお試しください！

ご利用者「投稿コーナー」



趣味

ことわざ新辞典

京都市
鶴崎様
(90代)
女性

鶴崎様はことわざが得意で、いつも沢山のことわざを教えてくださいます。「OK 牧場！」や「OK グーグル！」などのギャグもおっしゃられ、いつも楽しく笑わせてくださるとってもチャーミングで素敵な方です。二人の娘様からの温かいご協力のもとデイサービスにも通われ、毎日お元気に活動されています。





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。

かなえる
TOPIC

さらなる安心をご提供するリニエグループ

株式会社かなえるリンク　共同広報推進室　新井 沙樹

私たち株式会社かなえるリンクは、これまで株式会社三輪書店グループとして、株式会社東京リハビリテーションサービス、株式会社こみけあリンク、株式会社東京ライフケアサービスとともに、地域でのリハビリテーションや医療介護福祉体制の整備に携わってまいりました。関東や関西を中心に在宅医療や地域リハビリ、障がい児者支援を展開し、多くの方々にご利用いただく一方、まだまだ社会資源が充足しておらず支援を必要とする地域があることも実感しています。どの地域にお住まいでも同じサービスが受けられる環境を作り、年齢や生活状況に関わらず自分らしい人生を歩んでいただくお手伝いができるよう、私たちは令和5年4月にリニエ（Ｌｉｎｉｅ）グループとして再スタートいたします。

「Ｌｉｎｉｅ」はドイツ語で「線」を意味する言葉です。皆さまそれぞれが歩まれる人生は一本の線のように切れ目なく続いていきます。直線もあれば曲線もあり、時には交わることも離れることもありますが、一人ひとりの「その人らしい」人生を見守り、必要な時には手助けし、寄り添っていきたいと思うのです。私たちはグループ一丸となって各社の連携を強化し、ご利用者の皆さまに安心してサービスをご利用いただけるよう、更なる質の向上、安定したサービス提供に努めてまいります。

また、グループ名・社名の変更に伴い、長年「かなえるレター」の愛称で親しまれてきた広報紙も今月号をもちましてこの名前に幕を下ろします。そして、次号からは「リニエおたより」として、皆さまのもとへと私たちの思いをお届けいたします。

広報紙は、皆さまと私たちをつなぐ大切なものです。新しい名前には、リニエからのお手紙という「お便り」、皆さまから頼りにしていただきたいという「頼り」、そして、他よりも私たちが皆さまのお力になっていきたい、他よりも皆さまにご安心いただける存在になりたいという「他（た）より」といった3つの意味を込めました。ゆくゆくは皆さまにもご参加いただけるようなコーナーも設けていきたいと考えていますので、ぜひ今後もご覧いただければ幸いです。

Linie

リニエ（Linie）グループ
告知ページ

皆さま、こんにちは。先日、弊社の展開する教育サービス「コグトレ塾」が東京都世田谷区にオープンしました。私も内覧会の取材に行ってきましたよ！翌日にはグループ会社の東京リハビリテーションサービスへ。リニエとしてのさらなる一体化に向け、これからより一層、広報活動にも力を入れていくところです。“ご利用者の皆さまの安心ために”という思いを互いに抱き、ともに同じ方向へ進んでいけることは刺激にも活力にもなります。会社や地域を超えてたくさんの人に出会えることに感謝しながら、広報活動に励みたいと思います。

内覧会の様子はこちら♪



広報担当　新井