

ハートフルホーム小鹿公園前グループホーム ～生活リハビリ便り～



生活リハビリとは？

・高齢者が地域の中に生きがい、役割をもって生活できるよう、社会参加や役割の活動を通じて自己実現を目指します。アクタガワではリハビリ専門職（理学療法士・作業療法士）が監修した個別プログラムをはじめ、日々のケアの中でも様々な取り組みを行っています。

小鹿 GH の監修を務める理学療法士



- ・個別評価
- ・個別リハビリ
- ・プログラム作成
- ・動作のアドバイスなどを行います。

★★★ 生活の中にあるリハビリ要素を存分に活用します! ★★★



<食事の支度に参加!>
役割意識の創出だけでなく、立位で行うことで下肢筋力やバランスにも働かれます。

<お掃除で気分もスッキリ>
道具を扱いつつ屈む動作を行うのは、かなりバランス力を要します。



<夏祭りで焼きそば作り>
そばの切れ目を探して、肩を高く上げます。コントロールカバッチリ。



<プランターの植物に水やり>
お天気の良い日にベランダに出て、風を感じながら水やりのお仕事。車椅子の Y 様も、じょうろを持って背もたれから体を起こし、しっかり上半身のバランスを取りながら行ってくれています。

手先の器用さが光る

お裁縫～巾着作り～



完成!笑顔が眩しい★

※記念写真のため、一時的にマスクを外しています。

★生活動作が効果的なワケ

生活に必要な家事動作や趣味活動など、普段私たちが毎日行っていることは、実は高度な身体機能と認知機能を要します。つまり、こうした馴染み深い動作を行うことこそ、身体と脳を刺激し、活性化させてくれる、まさに「生活リハビリ」なのです。

グループホームは共同生活の場です。お一人では難しいことでも、お客様同士が協力したり、職員が少しお手伝いしたり、環境を整えることで取り組み、達成することができます。

認知症対応型共同生活介護・小規模多機能型居宅介護



ハートフルホーム 小鹿公園前
— HEARTFUL HOME —

静岡市駿河区小鹿927-1

TEL: 054-654-2220

電話受付: 8:00~17:30



詳しくはコチラ



生活リハビリレポート【S様】立位の介助量が軽減

◆◆◆ 8月下旬、立ち上がることや立位を保つことが大変になり、職員が2人介助で対応していました ◆◆◆

① 理学療法士が状態を評価し、個別プログラムを作成



<理学療法士の評価の結果>

右の股関節が硬くなって動きにくくなっており、お辞儀が出来ない可能性が考えられます。右の首と右手が柔らかく動けるようになると、少し右の股関節も柔らかくなり、お辞儀がしやすくなって、足に体重が乗るようになるのではないのでしょうか。

→「右手とお辞儀を使ったボールを右手で投げるあるいは箱に入れる」というメニューを提案。



介護職員のアイデアでアップデート!

→ボールでは反応が悪く、**介護職員がS様の興味を持つものを試行錯誤して発見**。今では環境設定をしておくだけで、自ら手を伸ばしてお辞儀の動作を行ってくれます。

② お辞儀ができるようになってきたら、次のステップへ



<理学療法士の評価の結果>

車椅子の背もたれから抵抗なく離すことが可能となっており、立ち上がりも足に少しは体重が乗るようになりました。毎日メニューに取り組んだ効果が表れています。

→立位保持（5～10秒）1日2セットを提案。

★姿勢の安定と動作に繋げるための車椅子の調整

座っている姿勢が傾くことで首の硬さが助長されていた為、**足を乗せるフットサポートの高さを調整。首の硬さが軽減!**

成果

10月、立ち上がる際にご本人も協力してくださるようになり、2人介助が必要だったトイレ介助が職員1人介助でも行えるようになりました!

サービス担当者

毎日関わる中で、お客様の变化に気付けることが嬉しいです。何よりもお客様自身にやる気があるのが伝わってくるので、職員も一緒に頑張ることができます。ご本人のやる気の出るメニューを続けることが出来たのが良かったです!



<担当理学療法士>

リハビリ専門職が関わらせていただく時間は短く、個別リハビリだけでは中々改善は見込めませんが、提案したメニューを介護職員の方々がS様の好みにアップロード! 成果に繋がることが出来ました。

これからも、多職種で協力しながら「生活リハビリ」を継続していきます!