〒910-4103 福井県あわら市二面2丁目301番地 訪問看護ステーションなるざリハビリサービス TEL 0776-77-2282 ホームページ www.naruza.jp/

~その②~

3. いよいよ始動!!

== もくじ == 1. 在宅生き生き便り ~着替え~ 2. 介護 工夫で楽しく

扫当: 西・徳堂

在宅生き生き便り ~ 着巻え ~

梅雨に入り、蒸し暑かったり、肌寒かったり・・そんな日が続いていますね。ちょっと一枚羽織るなど 衣服で調整することも多い時期です。そこで、今回は着替えのリハビリを紹介します。 A さんは左手が不自由なので、右手で上着を着ることができるよう練習しています。

●袖が引っかかってしまって、腕まで上げられない

やみくもに手前に引いてしまうと、なかなかうまくいきません。 引っかかっているところを意識すると、腕の下で引っかかって いることがわかります。腕の下にたまっている衣服を体の線に 合わせて、外をまわりこむようにあげていきます。



●肩に衣服が詰まって降ろすことができない

ただ服を引っ張るだけではうまくいきません。 どこが一番窮屈になっているかを意識すると、肩の部分だとわ かります。胸をはって肩を後ろにやり、引っかかりをとります。 服のしわを伸ばして、スッキリ!



今回、あげたポイントは、着替えがしづらい方に よくあることだと思います。

衣服が体に合っていないと、窮屈だったり、何か 気持ち悪かったりしますね。

衣服が引っかかっていることを自分で感じとりな がら、練習していくと、より上手くなります。



衣服は体の一部ともいえます。このような練習をしていくと、体の感じ取る力、体のセンサーの感度が あがるので、肩のちょっとした動きや胸をはるなどの動きも出やすくなります。

介護・・・・工夫で楽しく②編

ご自宅での介護に、皆様それぞれちょっとした工夫をされており、スタッフがなるほど!と唸って しまうようなアイデアでベッドや車椅子などの福祉用具を上手に利用されています。

今回は二つのご家庭での介護の工夫について紹介します。

●車椅子のブレーキがこんなに・・・

腕や足の力が弱く車椅子を利用している S さん。普通の車 椅子のブレーキでは自分で操作ができないため、スタッフが サランラップの筒を使用しては と勧めました。

しかし、サランラップの筒では不安定なためご主人がエンビのパイプを切ってブレーキにかぶせました。これでブレーキの持ち手が固定され、S さんご自身で操作がしやすくなりました。



●ベッドから物が落ちなくなりました

ー日をベッド上で過ごす I さん。ベッドの上には I さんが使う 生活用品が枕の周囲に所狭しと置かれています。

しかし、マットと柵に隙間があるためしょっちゅう物が落ちていました。ご家族が毎日拾うのも大変です。

そこで I さんのお孫さんがホームセンターでスチールの板を 買ってベッドの周囲の隙間にはさみました。

またジャバラ型のゴミ箱をIさんが届く位置に吊るしました。 そうすることで、ベッドから物やゴミが落ちなくなり、ご家族 の負担も軽減されました。



いよいよ始動!!

6月9日・10日に 『リハビリスタジオ なるざの森』 の内覧会を行い、 盛況のうちに終了いたしました。ご来場していただきました皆様、本当に ありがとうございました。

今後も、見学や体験を随時行っておりますので、0776-77-2251 (杉本) までご連絡ください。

私たち訪問看護ステーションの事務所も、なるざの森内に 移転しました。

ユニフォームも一新し、新しい気持ちで皆様のお宅に訪問 します!!

