

04

ピア特集 仲間と…ご家族と…

## 【仲間】ピアのサークル活動 第6回スイーツ俱楽部



昨年8月から始まった、創心会元気デザイン俱楽部 笹沖のピアグループによるサークル活動「スイーツ俱楽部」。当初は、3名からのスタートでした。そのスイーツ俱楽部も、今回で6回目。今や、水島・総社からも参加がある、人気サークルとなっています。デイサービスやご自宅とも違うご利用者様の顔が見られるという事もあり、スタッフの参加も増えています。子どもの参加もOKということで、子どもたちにとっては普段関わりのない年上の方に交じって活動できる良い機会になっています。場を仕切るのはスタッフではなくご利用者様!レシピの準備、お買いもの、当日の計画はもちろん、洗い物や調理もリハビリの一環なので、全てご利用者様が中心に進めていきます。回を重ねるごとに打ち解け、地域を越えたピアの輪が広がっているようです。サービス外での活動が活発なのも、創心会の魅力のひとつ。年齢・性別を問わず、気軽に参加できる、コミュニティ作りのお手伝いができる事ですね!

## 【家族】介護の不安を分かち合い、ホッとできる時間を



11月12日(水)に開かれた、五感リハビリ俱楽部玉島 家族会。この日は、ご家族、ケアマネジャーの方など、合わせて18名の方がご来所くださいました。《アンケートで頂いた声》

- 認知のための対応の仕方が頭ではわかっていてもつい大声を出し、腹立つ自分を感じている毎日の中、家族会への参加で少し救われた気がします。
- 一人ひとりにしっかり寄り添って下さっているお話を聞かせて頂き、心に響きました。家の接し方を考えると反省することばかりでした。スタッフの皆さまの日頃のご尽力に頭が下がります。ここで1日過ごせる事に感謝です。
- 皆さんのお話を聞き、聞いてもらい、心がスッキリしました。また頑張れそうです。
- 介護者にとっての困りごとは、一人ひとり違っていても、お話をしていると参考になること、共感できることがあり充実した時間でした。
- 家庭では分かっていてもできない苦しさと難しさもあり悩むところです。そのような中、プロの方、家族の方との懇親会の場を作り下さり少しホッとした気持ちになり、ありがとうございました。

家族会の様子は、創心会ブログからも見ることができます。  
<http://www.soushinkai.com/blog/>

家族会・サービスに関する  
お問い合わせはこちら

五感リハビリ俱楽部



TEL: 086-523-0033

〒710-0253 倉敷市新倉敷駅前5丁目208

受付時間／8:30～17:30(担当：中野)

平成27年4月1日開設予定  
創心会リハケアタウン北館  
**就職説明会 開催!**

**12/14日 年内最後!**

①10:00～12:00 ②13:00～15:00

会場： 株式会社 創心會  
〒710-1101 倉敷市茶屋町  
2102-14

株式会社 ハートスイッチ  
〒710-0038 岡山県倉敷市新田2424-4 FAX.086-435-5401  
URL: <http://heart-switch.com/>

この説明会は、株式会社 創心會からの委託を受けて株式会社ハートスイッチが運営しています。



介護スタッフ  
生活相談員  
看護師  
保育士  
PT/OT/ST  
柔道整復師

オープニング  
スタッフ募集中  
職場の雰囲気で選ぶなら創心會!

PRIDESign powered by Souseikai 2014 - No34

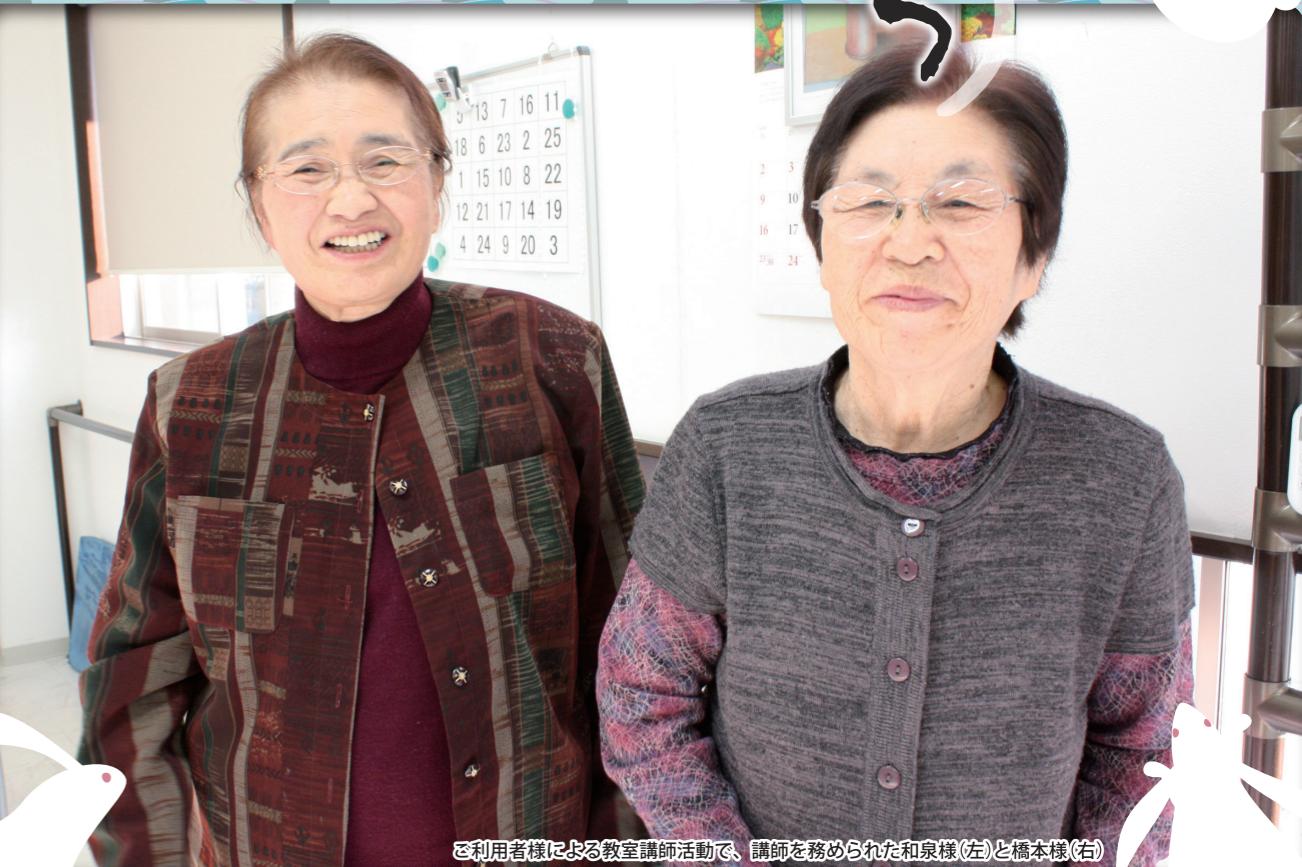
2014年第34号 平成26年12月1日発行  
編集・発行 株式会社創心會 広報部

株式会社 創心會

岡山県倉敷市茶屋町2102-14 〒710-1101  
TEL.(086)420-1500 FAX.(086)428-0946  
URL: <http://www.soushinkai.com>



12  
月号



ご利用者様による教室講師活動で、講師を務められた和泉様(左)と橋本様(右)

**要介護認定 重度の方にも対応  
創心会百年煌俱楽部を先取り紹介**

01 医療的ケアが必要な方でも大丈夫!  
**創心会百年煌俱楽部とは?**

- 02 今日から先生! 講師を務めた今の気持ち
- 03 充実したメニューで基礎体力訓練を
- 04 ピア特集 仲間と…ご家族と…

01

## 平成27年4月開設 (仮)重度改善余暇型デイサービス

## ◆創心会百年煌俱楽部の1日

9:30 到着  
健康チェック  
(体温、血圧、脈拍)

## 9:40 リハビリタイム

**柔軟** **バランス** **筋力UP**  
メンタルトレーニング  
全身運動  
マシントレーニング  
グループ体操



10:00 入浴 調理リハビリ

12:00 嘔下体操  
ランチタイム

## 認知症予防

食後に歯磨きタイム

## 13:00 リハビリタイム

ヘルス体操  
脳トレ

14:00 カフェタイム

## 14:30 各種教室 (選択制)

## 生活リハ 手先訓練 認知症予防

- ・クラフト
- ・リラクゼーション  
(足湯、マッサージ等)
- ・生活実践動作  
(掃除、洗濯、調理)

16:40 送迎車にて帰宅

医療的ケアが必要な方でも大丈夫!

## 創心会百年煌俱楽部とは?

## ご利用者様、ケアマネジャーの方の声にお応えして

創心会には、コンセプトの異なる3種類の通所介護事業所があります。一つ目の「創心会リハビリ俱楽部」は、主に要介護の方を対象とした生活機能向上型デイサービスです。二つ目の「創心会元気デザイン俱楽部」は、歩行や座位が自立している比較的軽度の方を対象とした介護予防・能力開発型短時間デイサービス。そして、最後が認知症対応型の「創心会五感リハビリ俱楽部」です。

平成13年、創心会グループにとって初めてのデイサービスが茶屋町にできました。それから、13年。長らくご利用されているご利用者は後期高齢者となられ、リハビリ俱楽部や元気デザイン俱楽部でバリバリとリハビリをするのはしんどい…といった声も聞かれるようになります。そして、その声はケアマネジャーの方々からも頂くようになりました。そうした創心会を支えて下さる皆さまの声を受け、生活機能を維持しつつ老後をゆったりと過ごして頂くための新しいコンセプトをもった通所介護事業所の必要性を感じるようになりました。

住み慣れた地域で、愛し愛される人たちに囲まれていつまでも元気に生き生きと暮らして頂く。そのための支援をするという想いはそのままに、創心会には来春、「創心会百年煌俱楽部」が生まれます。

## 医療的ケアの必要な方も安心

創心会百年煌俱楽部の最大の特徴は、医療的ケアに対応できるところ。具体的には、経管栄養・在宅酸素・人工肛門・留置カテーテル・インスリン自己注射の見守り・褥瘡処置・喀痰吸引などが可能です。例えば、重度者への吸引・注入の場合は1日合計3回。他、ご相談承ります。

## 自宅での生活を意識した、無理のないリハビリプログラム

20歳のときの体力に比べて80歳では、筋力・バランス(開眼)40%、持久力60%、柔軟性は80%も低下します。それに伴い、心臓・肺の機能も、半分に低下するといわれています。百年煌俱楽部では、マシンや全身運動などの基礎体力訓練で体力維持を図ります。運動で心臓に適度な負荷がかかるため、心肺の機能維持にも繋がります。また、訓練に生活実践動作を取り入れ、自宅で“できる”ことを増やし、自然と活動量を高められるようにしています。



## 各種教室

生活実践動作  
リハビリ基礎体力  
訓練

管理者の山川です!  
ご不明な点は  
お気軽に  
お問合せ下さい。

サービスに関するお問い合わせはこち  
ら  
**創心会百年煌俱楽部** 〒710-1101  
開設準備室 倉敷市茶屋町 2102-14

**TEL:086-420-1500**

受付時間／8:30～17:30(担当:山川)

02

## 今日から先生! 講師を務めた今の気持ち

## 【絵画】初めての教室講師、今度はもっと上手に!(貝原 康正様)

創心会元気デザイン俱楽部 茶屋町に通われている貝原康正様は、6年前に発症し右半身麻痺に。退院から1年は自宅でリハビリを行い、約5年前から創心会を利用されています。

11月9日(日)に開催された芸術祭では、日頃の絵画の腕前を買われ、絵画教室の講師に抜擢されました。病前は、建築士として活躍されていた貝原様。細部まで書き込まれ、色鉛筆で表現された微妙な色合いにはセンスが光ります。絵画教室当日は、先生として、受講された方々の絵を丁寧に見て、アドバイスをして回る姿がありました。

元気デザイン俱楽部でのリハビリメニューは、スタッフと相談はするものの、どういった動作に

するかも含め、独自のものを組み立てているというこだわり。また講師を務めるなら、今度はもっと上手にやりたいという言葉からも、物事を突き詰めて取り組む貝原様の真摯な姿勢が感じられました。今後の講師活動に期待“大”です!



▲元気デザイン俱楽部 茶屋町芸術祭の様子



## 【折り紙】また、やりたい!(橋本 すまこ様)

和泉様と同じく朗らかな笑顔で表紙を飾って下さった橋本様。元気デザイン俱楽部 茶屋町は、発症され右半身麻痺となった4年前からご利用されています。

和泉様と一緒に講師を務めた裁縫・折り紙教室には、女性5名の参加がありました。紙を片手で器用に折り、組み合わせて立体的な人形に仕上げていきます。今後の講師活動について意欲を伺ったところ「また、やりたい!」との嬉しい声。折り紙を通じて、デイサービスを越えた趣味の輪がどんどん広がっていくと良いですね。



▲ご利用者様の作品。左上が橋本様のもの。

03

## 充実したメニューで基礎体力訓練を

## 就労継続支援B型事業所で、定期的に働けるまでになりました。

発症を機に、創心会元気デザイン俱楽部 茶屋町に通われて3年半となる笠石卓夫様。介助無しで歩く今の様子とは裏腹に、通われ始めた頃は杖が手放せなかったそうです。「ここでは、リハビリに忙しい。」と話す笠石様の言葉どおり、1日のメニューは充実そのもの。体重の免荷により回復期早期での歩行リハビリが可能なBWSTTや姿勢の改善に効果のあるチェストなど、数種のマシントレーニングにはじまり、スタッフが個別に行う手足のストレッチ、生活実践動作リハビリ(窓ふき、雑巾がけ、白板消し)、集団体操といった基礎体

力訓練だけでなく、訓練効果を高めるメンタルトレーニング、記憶・判断力などの脳を鍛える脳トレもあります。その効果について、発病当初からいうと体力がついたと実感されているご様子。元気デザイン俱楽部には、同病の仲間がいるのでライバル心からリハビリへの意欲が掻き立てられるとも話されました。

現在は、創心会グループ会社 NPO法人未来想造舎和一久で週2回働かれている笠石様。一人前に出来るようになり、仕事を熟知して、教えられるようになるのが目下の目標です。

