



## 第14回 旅リハビリ倶楽部 in 広島

9月27日(日)岡山・吉備ブロック(築港・東岡山・益野・東備・吉備・陵南・今)の旅リハを開催しております。今回は、広島県竹原市の「街並み散策」への旅でした。

また今回よりブロックでの開催となっております。当日は、ご利用者様64名(ご家族含め)ボランティアスタッフ19名の計83名の参加者で実施いたしました。

1日の行程は以下の通りです。



1日の行程

1号車 岡山駅市営南駐車場・・・8:00→山幸経由 8:30

2号車 ハローズ(瀬戸内市 邑久)・・・8:00→益野センター経由 8:30

出発 → トイレ休憩(福山SA) → 昼食 広島エアポートホテル  
→ 13:50 竹原市街並み散策 → 15:00 竹原市出発 → トイレ休憩(福山SA)  
→ 17:30 山幸着 → 18:00 岡山駅、益野センター着 → 18:30 ハローズ着



今回たくさんのご利用者様・ご家族様に参加をしていただきました。皆さん今回の旅リハ開催に向けてデイサービスの中で様々な場面や状況を想定したリハビリメニューを実施してきました。

「街並み散策」ということで、たくさん歩く機会がありました。

皆さん普段のリハビリの成果が出せたことと、逆に課題も見つけ、スタッフもご利用者様も次回の旅リハに向けて更に頑張っていきたいと言われております。

あるご利用者様は、参加前に車イスなしで歩行を目標にされておりました。最後まで車イスなしとはいきませんでしたが、ほぼ街並みを歩行され、リハビリの成果が発揮できておりました。

外出する際には押し車を使用されているA様が、不安定な石畳の上でも杖を使用して歩行する事が出来ておりました。仲の良い利用者様方と一緒に歩くことで、長距離でも疲労感なく町並みを歩くことが出来ておりました。

普段外出される機会が少ないH様も、旅リハの参加を決めてからデイサービスでの訓練の際に屋外での歩行を想定して、障害物をよけたりバランスマットの上を歩いたりといった訓練に取り組むことで、屋外でも躓きやふらつきなく、町並み散策を楽しまれておりました。



仲の良い利用者からの勧めで、初めて参加されたY様は、外出への不安が強く「長時間歩けんわ。」と話されておりましたが、歩行器と車椅子を併用することで、最後まで散策する事ができ、外出への自信に繋がったと言われておりました。次回の旅リハにも興味をもたれています。

またもう1名の方は、常に車イスで過ごされている方ですが、デイサービスにてバスの段差を想定して段差昇降訓練を取り組み、奥様との旅行を楽しむことができました。

このようにたくさんのご成功体験が積み上げていけるように、スタッフ一同今後ともアプローチをさせていただきます。

次回は年末・もしくは年始に望年会の企画も検討しておりますので、皆様ぜひご参加ください。宜しくお願いします。

旅リハ実行員責任者 陵南センター 吉原 雄介  
益野センター 紀井 優希



心から  
創から



第14回旅リハビリ倶楽部 in 広島

## QOL向上への取り組み

- 01 生活に即したリハビリケアを  
創心会訪問看護  
リハビリステーション特集
- 02 笠岡・福山センター 旅リハ活動レポート
- 03 第3回 笹沖センター 秋の元気祭 in 笹沖!!
- 04 岡山・吉備ブロック 旅リハ活動レポート

PRIDESign powered by Soushinkai 2015 - No45

2015年9月4日号平成27年11月1日発行  
編集・発行 株式会社創心会 広報部

株式会社創心会

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

# 01 創心会訪問看護リハビリステーション特集

## 生活に即したリハビリケアを

住み慣れた地域に行きつけのお店を見出すことで  
在宅生活に主体性が出た事例

A様は小脳梗塞発症後後遺症の影響で転居を余儀なくされました。環境変化に伴い閉じこもり傾向となり廃用予防目的で週一回のサービスを開始。当初A様は頑なに「誰にも心配かけず生活したい」と言われておりました。

筋力訓練、バランス訓練を繰り返し屋内で安全に移動できる距離が延びだした頃「できたらこの町で昔みたいに買い物や気の合う友達と話せる生活を送りたいじゃ」と聴く事がありました。続けて「でもまた外に出られるか不安で仕方ないし、ほんとに自信がない」とおっしゃられました。

A様の関心が自身の事から地域に向きつつある…。A様と話し合い目標を「アパート横の自販機で好きな飲み物を安全に買いに行く」に変更。屋外歩行訓練(外出準備・靴の脱着・施錠・エレベーターの使用、歩行車での長距離歩行・金銭支払)を繰り返し練習する事で1ヶ月後には見守りレベルで好きなコーヒーを嗜むことが出来るようになりました。この頃早くに夫を亡くされ以来仏様のお世話が出来ていない事を聴くと「ほんとにいつもきれいにお花生けてあげたいじゃ」と新たな意思を聴くことができました。そのため目標を「定期的に花屋で組み花を買い自分で生けてあげるに変更しました。調べてみると自宅から400mほど離れたクリーニング屋で販売していることがわかりました。応用歩行(往復できる持久力、リスク管理能力、金銭管理)を開始して2か月後、クリーニング屋の店主とも顔なじみになり、来店した際は注文しなくてもいつもの組み花をいつもの長さでカットしたものを購入しついでに談笑を楽しめることが出来るようになりました。また近頃ではそんな母の姿に安心したようで娘様ともたまに外食や散髪に行くようにもなりました。



岡山センター 創心会訪問看護リハビリステーション  
サテライト築港  
作業療法士 四角 修造



創心会訪問看護リハビリステーション サテライト築港 理学療法士 田邊 由人

また、「1日の生活が退屈であり、時間を持って余している。」とご本人から発言があり、新しい趣味の発見、認知機能の低下防止を目的に脳トレをリハビリに取り入れました。当初は、「頭が疲れる、思い出すのが難しい。」と訴えありましたが、次第に回答スピードが速くなり、楽しそうに実施される様子を多く窺う事ができました。人工骨頭施工によるADL上でのリスク変更点や介助時での不安要素については、ご利用者様を含めて各事業所が集まり、意見交換の会を開催しています。介助付きでの歩行は許可が出ており、日課となっていた毎朝の散歩はヘルパーと実施、訪問リハビリでは脳トレによる脳の活性化に努め、現在では心身状態ならびに活動や参加の維持・向上が図れています。また、脳トレを介した事により、別宅のご家族からご利用者様の昔の趣味など、新しい情報を得るきっかけ作りにもなりました。

### 他職種・ご家族との連携による ご利用者様のQOL活性化

O様は転倒による左大腿骨頸部骨折に対し、人工骨頭を施工されています。転倒前では、杖やシルバーカーを使用し屋内の歩行を自立で出来ていましたが、転倒リスクが高い理由から禁忌となっています。活動範囲の縮小やベッド上での臥床時間増大により、認知機能の低下が認められました。

「自宅でリハビリを受けたい、出かける自信をつけたい。寝たきりはイヤ。」

ご利用者様によって在宅生活の様子は様々です。個別の環境に即した訪問看護やリハビリを。

こんな方にオススメ!  
定期的な利用をオススメします!

- 要介護・要支援認定、特定疾患の方
- オーダーメイドのプログラムを希望される方
- リハビリの効果を期待される方

身体機能向上と  
認知症予防を  
目指します!

ご相談お待ちしています!



お問い合わせ

創心会 リハケアタウン(本館・本社事務所)  
〒710-1101  
倉敷市茶屋町1720-1  
TEL:086-420-1500

創心会 訪問看護リハビリステーション岡山  
〒704-8173  
岡山市東区可知3丁目17-53  
TEL:086-944-6605

創心会 訪問看護リハビリステーション福山  
〒721-0955  
広島県福山市新涯町1丁目15-22  
TEL:084-981-5605

# 02 笠岡・福山センター 旅リハ活動レポート

## 第15回 旅リハビリ倶楽部 in 倉敷 できるをもっと知る旅

平成27年10月18日(日)に笠岡・福山センターにおいて第1回の旅リハを開催させていただきました。今回は倉敷美観地区と創心会笹沖地域リハビリケアセンターで開催される秋祭りへの旅でした。初めての笠岡・福山ブロックでの開催となりましたが、ご利用者様の10名(ご家族様2名含む)とボランティアスタッフ6名での合計16名の参加者がありました。リハビリの成果を発揮する場としての旅リハですが、印象的だった成果が2つあります。1つ目は、リハビリ倶楽部新涯をご利用の女性の方です。歩行訓練では5分歩くに疲れが出ていたのですが、旦那様の参加もあり、倉敷美観地区をほぼ車いすなしで歩ききられたことです。もう1つは、この方もリハビリ倶楽部新涯ご利用の男性ですが、奥様との参加でした。旦那様の歩行する姿を見て、「こんなにも早く歩くことができるのですか?私よりも速い!!」とスタッフへ驚きを伝えてくださったことが印象的でした。当日の倉敷美観地区は私のリサーチ不足でもあり、結婚式と神社の祭りが重なっており、とても大勢の方が集まっていました。石橋もあり、普段の訓練では歩く機会の少ないアスファルトの道もありましたが、転倒等なく時間になれば集合場所に集まってくることができました。中には、「大勢の方が集まる祭りの神輿の下をくぐるのができた」と報告してくださるご利用者様・ご家族様がおられました。倉敷美観地区の散策は約1時間30分となりました。その後は笹沖秋祭りへと向かいました。秋祭りでは、旅リハ専用弁当(自衛隊カレー・焼き鳥・飲み物)を用意して下さっており、美味しくいただくことができました。スイーツ倶楽部の大福も皆さん購入されており、元気デザイン倶楽部の作品展示会へも足を運ばれていました。秋祭りへの参加を決めた理由として、「できるをもっと知る」を知っていただきたいと思い参加させていただきました。笹沖秋祭りのスタッフの皆さんの協力へ感謝いたします。

帰りのバスの中で、たくさんの方から「楽しかった!また行きたい!」との声もいただけていますので、今後も継続して旅リハの開催をしていきたいと思います。

今回の旅リハではご利用者様はもちろんですが、スタッフの大きな成長も感じることができました。スタッフの皆さんにも「できるをもっと知る」を知っていただけたと感じています。

福山センター リハビリ倶楽部新涯 管理者 池本 慎二



# 03 第3回 笹沖センター 秋の元気祭 in 笹沖!!

## 今年も大盛況! 秋の元気祭 in 笹沖

10月18日(日)に創心会の笹沖センターで秋祭りを開催しました!

今回も地域の方へ日頃の感謝を込めてということで、毎年好評の自衛隊カレーを始め、焼き鳥、うどん、おしるこ、スイーツ倶楽部によるぶどう大福などスタッフ総出でおいしい出店を出店させていただきました。

今回はご利用者様の作品展も同時開催しました。弊社デイサービスをご利用いただいている方が作品展を見にご家族様や、お孫さんを連れてきてくださっている場面も多くみられ、また、はるばる福山・笠岡センターのご利用者様が旅リハという形で美観地区を経由して来場してくださり、さらに盛り上がりしました。



昨年からはじめたビンゴ大会では地域の子供さんから、ご利用者様から地区の民生委員さんまで会場がいっぱいになるほどの盛況ぶりでした。

秋祭りも第3回目を迎え、徐々に地域の方の来場者が増えてきているのを感じています。

「今年も笹沖センターの秋祭りの時期がやってきたなあ。」と思っただけのくらくらに地域に根差したセンター作りをしていきたいと思います。

笹沖センター長 水野 文彦