

通所リハビリテーション デイケアってどんなところ？

通所リハビリテーション(通所リハビリ)はデイケアと呼ばれることもあり、もえぎでは月曜日から金曜日(年末年始を除く)、二日定員30名で行っています。ところで通所リハビリとは、どんなところかご存知ですか？

年を重ねると年齢とともに身体の機能が衰えたり、体調を崩したりして日常生活に不便を感じることがあります。また、入院生活を送り自宅へ戻ったところ、これまでできていた日常生活が困難になってきた、なんてことも珍しくはありません。

そんな時、介護保険を利用して通所リハビリに通ってきていただければと思います。通所リハビリとは、理学療法士や作業療法士が主に行う個別リハビリテーション(個別リハビリ)と生活の中でできるリハビリテーションを行うことで、心身の維持、向上を図る日帰りの介護サービスのことです。したがって、利用するには要介護認定、もしくは一日(例)をご紹介します。

ご利用をお考えの方は、まずは担当のケアマネジャーさんにご相談ください。ケアマネジャーさんはいない方は、お気軽にもえぎまでお問い合わせください。それでは続いて一般的な利用者様の一日(例)をご紹介します。

要支援認定を受けていることが必要となります。
ご利用にあたり、事前にご自宅へ訪問して利用者様の生活の様子を見させていただき、ご本人・ご家族様が生活の中で困ることや、こんなことが出来るようになりたい等のご希望をもとに一緒に目標をたて、その目標が達成されるような必要な支援をさせて頂いております。

8:30	お迎え
9:50	健康チェック お茶 個別リハビリ 入浴
11:45	昼食 お昼寝 休憩・自由時間
13:00	個別リハビリ 集団体操 レクリエーション おやつ
15:20	お送り
16:50	



送迎
朝は10時頃までに到着頂くようお願いいたします。



健康管理
毎回、体温・血圧測定等の体調チェックの他、定期的に体重測定を行います。

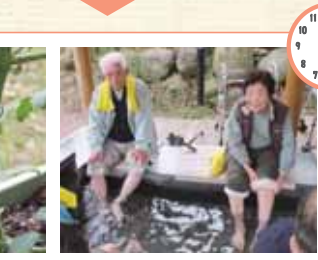
また、医師と連携をとりながら体調管理も行っております。

入浴
午前中に入浴を提供しております。なお、水曜日は行事やレクリエーションを優先しているため入浴は実施しておりません。



個別リハビリ
到着後12時、13時、15時の間に主に理学療法士、作業療法士がリハビリを行います。
また、必要に応じて自宅でも行えるような自主トレーニングの相談にものらせて頂きます。

食事
管理栄養士を中心に温かいものは温かく、冷たいものは冷たく召し上がっていただけるよう適温食の提供をしています。
月に1回、二種類の献立から選んでいただく選択メニューや、誕生日食として赤飯・刺身・フルーツなどをご用意させていただいたり、おやつ・飲み物を選んで楽しんでいただく喫茶会も行っております。



集団体操
午後にはストレッチ・体力向上の体操・立ち上がり練習・発声運動・歌唱などを行います。

余暇時間
ぬり絵や計算・間違い探し等のプリントを行う方、将棋やマージャンができる方が集まれば昼食後に皆さんで楽しんでいます。
水曜日はボーリングやバレー等のゲームをしたり、畑で野菜を作ったり、足湯へ出掛けたりもしました。これからも買い物や調理等を計画していきます。



送迎
15時過ぎから順番に乗車頂き、安全にご自宅までお送りいたします。

冬場の感染対策——ノロウイルス感染症——

▼ノロウイルスによる感染性胃腸炎とは

今回はノロウイルスによる感染性胃腸炎についてのお話をします。ノロウイルス感染は汚染された生ガキなどを食べて発症し、その患者の糞便・吐物を介して二次的に感染して広がる病気です。ウイルスは食物やヒトの手などを介してうつります。ウイルスが体内に入ってから症状が出るまでの期間は1〜2日で、腹痛・嘔吐・下痢などの症状が1〜2日程続きます。高齢者は脱水症や吐物による窒息と誤嚥性肺炎に注意が必要です。また症状が消えてからも2日間位は他人にうつす可能性があります。

ノロウイルスは非常に感染力が強く、予防と消毒の対策が重要です。

▼予防と消毒

予防としてはトイレの後、料理の前、食事の前には必ず手をよく洗い、貝類や野菜は良く加熱してから食べ、また、オムツ交換は手袋を使用するなど衛生的に行うことが必要です。

ノロウイルスにはアルコール消毒は効果がなく、塩素系消毒剤(商品名…ピュールックス、ミルトンなど)や家庭用漂白剤(商品名…ハイター、ブリーチなど)を使用する必要があります。

調理台や調理器具の消毒は洗剤で洗った後、家庭用漂白剤に30分浸ける

か、熱湯(85度以上)で1分以上の加熱が有効です。

吐物や便は大量

のウイルスが存在し感染源となりうるので処理には十分な注意が必要です。吐物が乾燥するとウイルスが空気中にたまたため、床等に飛び散った吐物や便を処理するには、使い捨てのマスクと手袋を着用し、乾燥する前にペーパータオルや雑巾でかぶせるようにして静かに拭き取り、ビニール袋に入れて密封し廃棄して下さい。拭き取った後は塩素系消毒剤で床を拭いてください。汚染した物品・衣類・寝具は、捨てられるものはビニール袋に密封して廃棄し、洗濯をする物はできるだけ汚物を取り除き塩素系消毒剤に30分浸けてから洗濯をしてください。バケツ・洗い場などの汚染された物品は塩素系消毒剤を使って拭き取りをしてください。

また、日常よく手を触れるところ(ドアノブ・スイッチ・テーブル・ベッド柵など)は時間を決め、1日2〜3回塩素系消毒剤にて拭き取りをする事も二次感染を防ぐ対策となります。

以上の事に気を付けて、ノロウイルスに感染しないように、また急な下痢・嘔吐があつた時はノロウイルスの感染を疑い、対応が取れるようにしておきましょう。



お正月準備

12月11日(水)と18日(水)に、しめ縄作りと餅つきを行いました。しめ縄作りでは、慣れた手つきで藁を編んでいらつしゃいました。餅つきでは、スタッフの餅をつく姿に「がんばれ」と声援が飛び、「よいしょ、よいしょ」と合いの手がかかけられ、とても賑やかに行われました。

利用者様も餅つきに挑戦。スタッフに付き添われながらも杵を振り下ろす姿はとても素敵でした。

106歳になられる利用者様がお祝いだからと歌を披露して下さいたり、詩吟の披露があつたりと楽しい時間でした。



つきあがつたお餅は、大根おろしとあんこで美味しく食べて頂きました。



年越し料理(御神酒付)

編集後記

新しい年を迎え、皆さんそれぞれに決意や目標などを決めて動き始めていることでしょう。「今年こそは…」と思いつつなかなか達成できないこともあります。今年がウマ年。何事もウマく駆け抜けていけるよう頑張っていきましょう!!

行事予定

4月	お花見	お花見特別献立
3月	ひな祭り	ひな祭り特別献立
2月	節分	節分特別献立

ボランティアさん募集

歌や踊り・楽器演奏
利用者様のお話し相手
車椅子の清掃やお花の手入れ
レクリエーションのお手伝い
など

