



お1人お1人興味を持たれている事、得意な事、叶えたい生活は違います。私たち専門職はそれぞれのニーズを知り『支援する目的』を常に考えプログラムをご提供しています。

介護福祉士の取組み:

いつまでも自身で行えるように

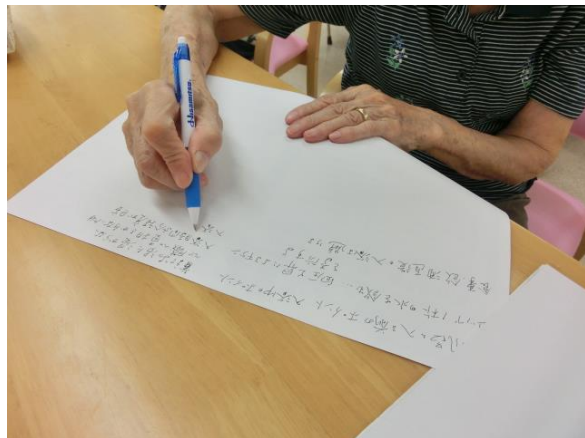


こちらの写真は昼食後の湯呑み洗いを行われている様子です。
洗い物をお願いするとよく行ってくださり、ご自宅でも『母として』という役割の下、食器は洗われているようで手際よく行われています。
今後いつまでもご自宅での洗い物はご自身で続けていけるようにうたしでも継続して洗い物係をしていただけたらと思います。

介護福祉士：石井沙織

看護師の取組み:

学んだことを活かせるように



うたしでは毎月第3週目に、看護師による健康教室を開いています。
これから寒さが増す季節となってきますので、今回のテーマは『ヒートショック』についてご説明しました。
いつもは話を聞かれていただけの利用者様ですが、熱心に板書される方が多く、中ではご自宅のお風呂場に掲示されている利用者様や、ご家族様に健康教室の話をしたよと報告をして下さった利用者様もいらっしゃいました。
今後も利用者様の健康増進に繋がるように、健康教室を継続していきます。

看護師 小出杏彌



セラピストの取組み:公園へ散歩～雨の日は365歩のマーチに合わせて～



目標に向かって前進！～ご自分でしっかり歩く～
デイサービスセンターうたしは、『最期まであなたらしく地域で生きる』というコンセプトのもと、利用者様の自律を支援しています。今回の記事は、その支援の1つである『歩行の改善』についてピックアップしました。歩行は単に日常生活の中で必要な動作というわけではなく、健康を維持・増進する為にも必要であり、さらに『その方らしく生きる』ために必要なことだと考えています。『散歩ができるようになりたい』『自分で買い物に行きたい』『また家族と旅行に行きたい』という利用者様の『あなたらしさ』を実現するために、私たちセラピストは専門性を十分に発揮し、利用者様と毎日楽しく、『歩行トレーニング』を行っています。

《歩行トレーニングの期待できる効果》

- ①全身の筋肉がバランスよく使われる
- ②足の筋肉が使われることで、血液が心臓に送り返されることにより、血行が良くなる
- ③糖や脂肪を燃やし、肥満を防止する
- ④心肺機能改善
- ⑤深くしっかりした睡眠のために、適度な疲労に繋がる
- ⑥物忘れ予防
- ⑦冷えやのぼせ、高血圧、むくみ、足のしびれなどの生活習慣病の予防

【写真コメント】

天気の日には近くの公園まで『歩く、歩く、歩く！』
雨の日には365日の音楽に合わせて『1.2.1.2！』

作業療法士 上田 綾乃

※ホームページやフェイスブックからもうたしの情報を配信しております。ぜひご覧ください。



←ホームページはコチラ
<http://www.utashi-day.com>
フェイスブックはコチラ→

