

ごしき秦野通信

湘南
メディケア
秦野
センター

創刊号

◇日々刺激のあるデイサービスを目指して・・・◇



所長の青木です。
令和七年二月一日に開所いたしました、デイサービスの紹介をさせていただきます。

まずデイサービスごしき秦野という名前ですが、ごしきとは虹をあらわしています。虹というと七色をイメージされる方も多いとは思われますが、日本でも昔は五色だったそうです、虹を五色であらわしているところもあるそうです。当事業所で現在でもフランス、ドイツでは虹を五色であらわしているところもあります。

デイサービスごしき秦野



は五色の色を人間の五感として考え、利用者様一人ひとりが五感を刺激して元気になっていただきたいと思いを込め「デイサービスごしき秦野」と名づけました。利用者様がごしき秦野に通つてくださり、五感を刺激して個々の秘めた能力を生かし、楽しみをたくさん感じ、ごしき色の華を咲かせて頂けるよう、私たちスタッフも頑張っていきたいと考えています。宜しくお願いします。

◇ごしき秦野での初のおやつ作り・・・◇



ごしき秦野では、七月よりおやつ作りを始めました。季節を感じられるよう、旬の食材・体に優しい食材・地元の食材などを使用したいと考えています。

第一回目は鈴カステラを作りました。

中にはエプロンをつくることやおやつを作るのが初めてという方もおられましたが、作業を分担しながら楽しく行なうことが出来ました。ボウルに卵を割つて入れるときには「殻が卵うてない（笑）」と冗談を言われたりと慎重に泡だて器をまわしていました。

では、始め火加減がわからずちょっとずつ温度調整をしながら様子を見ていきました。慣れてくると難しいと思つていたひっくり返す作業もピックを上手く使つて手早く行うことができ、予想していた時間より30分くらい早く出来上がりました。完成した鈴カステラを食べながら「美味しい」「ふわふわしているね」などおしゃべりをしながら完食されました。

（阿久根 菜都美）

第一回目は鈴カステラを作りました。中にはエプロンをつくることやおやつを作るのが初めてという方もおられましたが、作業を分担しながら楽しく行なうことが出来ました。ボウルに卵を割つて入れるときには「殻が卵うてない（笑）」と冗談を言われたりと慎重に泡だて器をまわしていました。

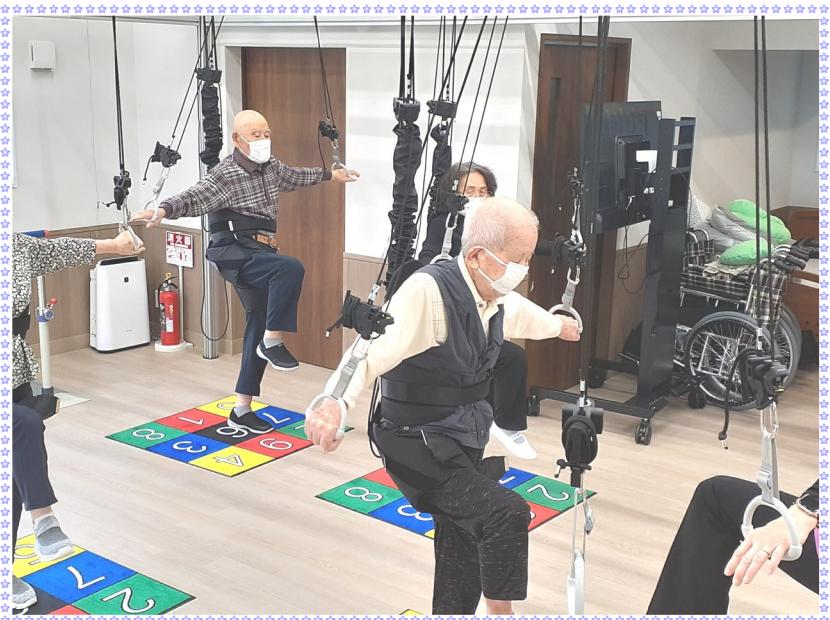


スペースワンダーのご紹介・・◆



『宇宙遊泳？ふわふわ体験』

スペースワンドーとは、ゴムで支えられているハーネス（固定具）を胴体と太ももに取り付けて、転倒防止と体重軽減を図りながら安全に運動ができるトレーニング機器になります。ハーネスで体を支えるのと腕の高さにつり革があるので、立位が不安定な方も、車椅子の方も安心して運動を行うことができます。紐とゴムの張力で最大四十キロまで体重を軽減できるため、膝腰の痛みがある方も痛みを軽減して体を動かすことができます。実施内容は身体評価させて頂いたレベルでグレード分けをして行いま



～ご利用者様の感想～

- T.M様 70代男性 「床から立ち上がる事が大変だったけど、これで練習してできるようになった」

H.K様 90代男性 「宇宙遊泳しているように楽しく、全身を使った運動になる」

Y.S様 70代女性 「全身を使った運動で、体がすっきりして歩くのが楽になった」

H.K様 80代女性 「転ばないから安心して立ったまま運動ができる」

S.A様 80代男性 「これがあったからこのデイサービスを選んだ、転ばなくて安心できる」

す。立ち上がりや立位だけを安全に行う格な事が出来るようになりたいか、どのようなループ、片足立ちや大きなステップをした事が出来ていなかなどを見取させていただき、前方や横へ大きく体を動かすグルーブなき、目標に合わせた動作の練習などもできまだレベルに合わせた運動ができます。グループでの運動時間は十分～十五分程度、様子をみたい」「床に落ちているものが拾えるようになら負荷や時間を調整します。

また、歩くタイプのハーネスも準備しております。体を支えた状態で平行棒内を歩く事もできます。体を真上から吊ることで転倒なく安全に歩く練習ができるのもスペーサーワンダーの大きな特徴になります。片麻痺で一人で歩くのが難しい方や、痛みや膝折れがある方も誰かを支えるハーネスで転倒を防止して、普段は支えてもらわずに歩行訓練ができます。

初回の身体評価の際に、「自宅でどのように歩いて、自宅でできる事、やりたい事を増やしてここでもからだも豊かにして下さい。是非この感覚を体験してみて下さい。

(作業療法士 宮本 崇)