

前向きに

国立名物の桜の花が目を楽しませてくれるいい季節になりました。皆様はお元氣にお過ごしですか。

春は出会い、別れの季節でもありますね。人と別れるのは寂しいものですが、その先にはきっと新しい出会いと可能性があるでしょう。

さて、世の中にはたくさんの方がいますから、気の合う人、どうも苦手だなと感じる人などいるのが当然だと思います。また、毎日生きていくのはいいことだけでなく、嫌なことだってたくさんありますよね。でも、苦手な人、嫌なことが避けて通れないとしたら、考え方を変えて、苦手な人のいいところをさがしましょう。または、少し離れて見ては。人間必ずいいところはありますよね。その部分を認めて、受け入れ、また自分の糧にしていこうということです。嫌なこともやらなければいけないのであれば、やった後の楽しいことを考えましょう。リハビリも同様。体に障害を負った方も我々も、とかくできないことに眼がうばわれがちですが、少しでもできることやいい変化を見逃さずに伸ばしていくお手伝いのできればと思っています。

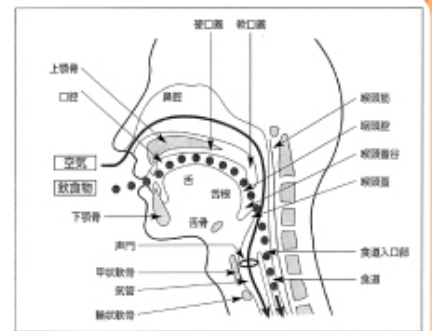
一度しかない人生、少し考え方を変えてなるべく楽しく過ごしていきたいですね。

リハビリテーション課 作業療法士
谷野 知美

特集 **リハビリのことが知りたい!** 第2弾 **ことばの部屋から ~構音障害のこと~**

右の図は、人の頭からノドにかけて縦半分に分けて横から見たものです。普段あまり意識をしません、これらの部分を動かして私たちは言葉を発しています。

脳卒中や事故などで、右の図のどこかの部分の筋肉や、それを支配している神経が上手く働かなくなったときに起こるのが「構音障害」です。例えば、息を肺から十分に送ることが出来なければ、声が小さくなったり途切れ途切れになります。唇にマヒがあるとよだれが出てしまったり、舌がうまく動かないと、いわゆる呂律(ろれつ)が回っていないような話し方になります。軟口蓋(なんこうがい)という部分のマヒでは、声が鼻に抜けてフガフガした話し方になり、また、声を作る声帯がマヒすると、声がかすれたりガラガラ声になります。



話すことが難しいという点では前回ご紹介した失語症と似ていますが、構音障害は基本的には話を聴いて理解すること、言葉を思い浮かべること、読み書きには問題がありません。そのため、手指の運動障害や認知障害がなければ、筆談や五十音表などが活用できます。

構音障害のリハビリテーションは、利用者様それぞれの状態に合わせて、以下のようなプログラムを組み合わせながら行っていきます。



- ①機能改善訓練：
口唇や舌、呼吸に関わる筋等の筋力増強をはかります。
- ②コミュニケーション能力の向上：
話し方を工夫したり、補助具などの代償的な手段を用いて"伝える"力の向上をはかります。
- ③環境調整：
周囲の方への説明や、コミュニケーション手段の確保、コミュニケーション機会の増加を図っていきます。
構音障害の方は、飲み込むことが困難になる場合(→嚥下障害)が多いです。言葉を発する時と、飲食物を飲み込む時に働く部分が共通しているからです。そのため、上記の①は、嚥下障害のリハビリにもなります。
訓練内容など、さらに詳しい情報をお求めの方は、リハビリスタッフまで気軽にお問い合わせ下さい。

入職のあいさつ

2月23日より入職することになりました福西智美です。お一人お一人との出会いを大切に頑張りたいと思いますのでよろしくお願いします。 理学療法士 福西 智美

退職のあいさつ

3年間、大変お世話になりました。深く感謝しております。新卒で入職して多くの方とふれ合いながら、実は不安と迷いだらけの日々でした。今後はそんな日々のなかで学んだこと、得た出会いを大切に、少しずつ確かなものを積み重ねていきたいと思ひます。 言語聴覚士 小向 由香

短い間でしたがお世話になりました。皆様のご健康とご多幸をお祈りしています。皆様のご健康とご多幸をお祈りしています。 作業療法士 植村 真記

皆様との時間で、私の方がいつも元氣をいただきました。これから私も周りの人を元氣にできるように頑張りたいと思っています。今まで本当にありがとうございました。 理学療法士 桐山 裕子



年齢をとってもおしゃれをしたい… ～おしゃれ特集第2弾！～ デパートに遊びに行こう!!

●買い物もリハビリだ!

歳をとると何に対しても関心がなくなったり、外に出ることをおっくうに感じませんか?

前号の特集のように、お化粧品やオシャレに関心を持つことは、大事なりハビリの一つなのです。

特に「買い物」は、「何をかうか自分で選んで、判断する」といった判断力を鍛えたり、外気に触れ、季節感を感じながら「歩く」機会にもなります。そんな時お勧めなのは「デパート」。体が不自由な方が利用しやすいよう、バリアフリー化も進んでいるのが魅力です。

今回は、「おしゃれ」をテーマに、伊勢丹・立川店に突撃取材!
ハートフルステーション ユニットマネージャー 布田 由奈美様にお話を伺いました。



「若いころ、デパートをご利用していただいた方々に、年を重ねても、足を運んでほしいとの思いから、『ハートフルステーション』という売り場を、店舗移転時の2001年より開設しました。『楽しいシルバーライフをお手伝い』をモットーに、専門の係員がお客様ひとりひとりのご相談を承り、ファッションから健康、日常生活にいたるまで商品選びをお手伝いします。ご来店のお客様にはゆっくりお話しを伺えるようお茶をお出ししています」。



●おしゃれがいっぱい

入り口はおしゃれな婦人服がずらり! まるで普通の婦人服売り場のようです。オムツ等介護用品は奥に配置され、立ち寄りやすく配慮されています。また、普段化粧品売り場にある「ウィッグ(かつら)」のコーナーもすぐそばに。手芸の講習会などのイベントも行われています。

●デパートに遊びに行こう!

普段は介護を必要とされなくても、買い物ついでに「ちょっとのぞいてみよう」と気軽に立ち寄れるコーナーです。お散歩がてらデパートに遊びに行ってみませんか?

春のぼかぼか陽気に誘われて、皆さんもお出かけしてみたいはいかがでしょうか?



お問い合わせは、伊勢丹立川店 ハートフルステーションへ

国立あおやぎ会グループ

介護ショップ ファミリーより

町の介護ショップは「機動力!」。介護に関することならどんな小さなことでもご相談ください。スタッフ一同おまちしています。

春の新商品情報!!

「素敵 エプロン」

(数量限定)



お食事の食べこぼしなど、エプロンを使用される方に、ちょっとオシャレな「素敵 エプロン」はいかがでしょうか? お食事のときだけでなく、スカーフがわりにそのまま外出もOK!

(お問い合わせは、
介護ショップ・ファミリーに)

(訪問リハ利用)

牧野孝雄様

紫の牡丹の新芽

やわやわと

(訪問リハ利用)

西川ふじ江様

梅林に放され雄鳥

輝やけり

木曾駒の牧場に

遊ぶ四温かな

あおやぎ
俳壇

園芸クラブ

今年は寒い時期も室内で作業を続けていました。ジャガイモやインゲンなど



新しい作物にもチャレンジです!



リハビリ室の庭にも春、到来!