

縄文棟によろこそ！

十二月一日いよいよオープンする「縄文棟」の管理を務めることになりました。あおやぎ苑に奉職してもうすぐ一年、ご利用者様の笑顔と元気に随分励まされ癒されております。

十一月四日のくにたち秋の市民祭りでは、私どもも縄文棟のアピールのため、テントを出しパンを売りました。ちょうどご家族の介護を始めようとする方、ご高齢の一人暮らしで困っていたが今日相談できてよかったとおっしゃった方など、多くの市民の方々に心を持って頂きました。この場を借りて御礼申し上げます。

今後の在宅ケア重視の国の方針から考えると、リハビリ・介護・医療などのチームプレーの拠点として、私どもも老健の地域での役割はますます重要になると思います。縄文棟では特にショートステイ枠を増やし、高齢の方々が住み慣れたお宅、地域で暮らすお手伝いをさせて頂きます。皆様なにとぞよろしくお願ひ申し上げます！

縄文棟施設長代行 医師 長瀬 敬



縄文棟

特集 『作業療法』「活動の効果と目的」第4回

【料理】

料理といえば、和食、洋食、中華と言ったさまざまなイメージを思い浮かべますが、辞書では「食事をこしらえる事」、と定義されます。また女性にとっては生活の中で繰り返し行うことの多いなじみのある作業です。

料理を作るということは、一見簡単な作業に見えますが、いろいろな過程から成り立っています。

献立を決める、買い物、手順の確認、調理、盛り付け、会食、後片付け…という流れの中、「切る、混ぜる、ちぎる等の運動能力」や「鍋を振る、フライ返しでひっくり返す等の道具を操作する能力」、「手順の確認、食材の切り方の工夫、味付け、火加減、等の認知的作業」など、様々な能力が必要とされています。

そのため、料理動作による身体の障害の回復、楽しみや気分の転換、自信の回復による情緒の安定や、

集団内での料理を通じたマナーの学習や豊かな人間関係の構築など、多くの効果を得る事が出来るのが料理の



特徴と言えます。当苑では毎週木曜日、在宅復帰予定者を優先に、日常生活の中でお茶を沸かす、ご飯を炊くなどといった簡単な事でも料理の機会のある方、また、替取った杵柄で料理の腕前をぜひ見せたい！といった方が料理教室に参加されています。

穏やかな雰囲気笑顔も多く見られる中、皆様非常に熱心に取り組んで頂いております。



そんな料理教室の中でも簡単で特に評判が良かった料理。それはなんと水ようかん。お店で売っても間違いのない味に仕上がりました。レシピに興味のある方は是非リハビリ課、有島洋平までお問い合わせください！！



文責：作業療法士 有島洋平



運動会

2階の皆様が運動会で車椅子リレーや玉入れを楽しみました。



4階の皆様が運動会で玉入れを行い元気よく楽しめました。



昭和記念公園訪問



3階の皆様が昭和記念公園へコスモスの見学に行きました。澄み渡る秋空に一面のコスモス畑が綺麗でした。



リハビリルーム

新棟（縄文棟）のリハビリ室は明るい落ち着いた雰囲気です。設備の整った綺麗なリハビリ室を準備し、皆様をお待ちしております。



新入職員紹介

徳上 みゆき（理学療法士）

大阪から来ました徳上みゆきです。東京に来てまだ2ヶ月なので、いろいろ教えてほしいです。笑顔で元気にがんばります！よろしくお願いします。



私のふるさと自慢

今回は東京都青梅市についてご紹介させていただきます。皆様もご存知とは思いますが、青梅市は梅がとても有名で過去に日本一の梅の名所に選ばれました。中でも吉野梅郷という所は約2万5000本もの梅の木があり、1時間では回りきれない程の素晴らしい所です。他にも御岳山から見える景色は東京とは思えない程の大自然が広がり、今の時期は右から左まで180°紅葉が楽しめる絶景スポットとなっております。川は多摩川の上流に



位置している為、アユやヤマメなどいつでも新鮮な魚を釣る事が出来ます。初めての方でも釣り堀が多く何も準備しなくても楽しむ事が出来ます。



祭事もよく行われております。1月の“だるま市”と5月の“青梅大祭”は青梅駅から隣駅までの約3kmの道路を使い屋台などを出します。だるま市ではその名の通りだるまを販売し青梅大祭では神輿が来て、とても賑やかなお祭りとなっております。



寺社も多く、中でも塩船観音寺は約1370年前からあるとても有名な寺院なので遠方からお越し頂くかたも居るそうです。青梅駅から2つ離れた河辺駅には温泉ができ、眺めがとても良くとても気持ち良い温泉となっております。

立川駅から約40分、車では50分と以外にも近いので機会があれば青梅へお越し頂き身も心も癒されてみてはいかがでしょうか？

リハビリ助手 菅原 聖