

# あおりは新聞



(平成21年2月1日発行)

## 第 25 号

発行 介護老人保健施設  
国立あおやぎ苑  
リハビリテーション課  
住所 国立市青柳 3-5-1  
電話 042-526-5100  
http://www.aoyagien.or.jp

### セツブン



節分は「立春・立夏・立秋・立冬」と、季節の分かれ目を指すため、年に4回あるということをご存知でしたか？ お恥ずかしいのですが、私は生まれて〇年目にして初めて知りました。

昔は立春が新年の始まりに相当し、その前日となる節分は年越しとして大切なものだったため、他の節分よりも重要視されるようになったそうです。

さて、節分といえば豆まきですが、近頃「恵方巻」という言葉もよく耳にするようになりました。七福神にあやかり、七種類の具の入った太巻きをその年の最も良いとされる方向（＝恵方）を向いて、黙々と一気に（話す）と運が逃げるので、食べるそうです。関西方面ではお馴染みの行事のようですが、その姿を想像すると、ちょっとおかしいですね。（個人的には、ケーキを切らずに丸ごと食べる感覚に似て幸せを感じますが。）

今年の方向は「東北東」だそうです。さあ、皆さんはどんなことを想いながら、どんなふうにご過ごされますか？

リハビリテーション課 理学療法士

桐山裕子

## 特集 **リハビリのことが知りたい!** 第1弾 **ことばの部屋から ～失語症のこと～**

「失語症」という言葉に皆さんはどんな印象をもたれるでしょう。「語（ことば）を失うの？」 そう思う方も、決して少なくはないでしょう。「失語症」は、確かに多かれ少なかれ、話すことが困難になります。しかし決して、ことばを失ったわけではありません。脳血管障害や事故などの後遺症により、脳の中のことばを司る部分が上手く働かなくなったために、自由にことばを操ることが難しくなってしまったのです。話すことが難しいなら、筆談をしたり、五十音表を指差したりすればいいのでは？ と思う方もいるかもしれませんが、しかし、失語症は話すことだけではなく、話を聴いて理解する、文字を読む、書くといった側面にも困難が生じてしまうのです。



私たちは、ふだん自分がおしゃべりができるということに何の疑問も抱いていません。何かを聞いたり聞いたりしては、家族や恋人、友人らに「こんなことがあったんだよ」と話し、楽しい時間を共有します。もし、そんな時間を過ごせなくなってしまったら…。そのような失語症の方やご家族が抱える想いを受け止め、少しでも不自由さが軽減するようにリハビリテーションのお手伝いをするのが言語聴覚士です。

リハビリテーションの場面では、失語症の方の個々の状態を見極めて訓練内容を組み立てていきますが、コミュニケーションをとる際の基本的な姿勢は共通しています。その中でも、特に大切だと思われる点をご紹介します。

### 会話の基本

- 1 ゆっくり、はっきり話す
- 2 短くわかりやすいことばで話す
- 3 繰り返して言う
- 4 先回りしないで、しばらく待つ
- 5 話題を急に変えない

### 話し言葉の工夫

- 1 「はい」「いいえ」で答えられる質問をする
- 2 用意された答えの中から選んでもらう
- 3 他のことばで言いかえる

### さまざまな手段・道具の活用

- 1 表情や身振りを添えて話す
- 2 実物を見せる
- 3 文字を書いて示す
- 4 絵や地図を示す



～「失語症の人と話そう」 地域ST連絡会・失語症会話パートナー養成部会編より抜粋～

多くの方が少しでも失語症について関心を持ち、失語症の方が暮らしやすい社会になることを願っています。

### 入職のあいさつ

12月17日付けで働かせていただくことになりました坂本愛香です。笑顔を忘れず、元気いっぱい頑張りたいと思いますので、宜しくお願いします。

理学療法士 坂本愛香

### 退職のあいさつ

色々ありがとうございました。お世話になりました。

作業療法士 平本洋子



# ～キレイになったら、心もイキイキ！～

## 化粧療法

ということばを耳にしたことがありますか？ それは「化粧を介した心への働きかけ」。単に化粧をしてキレイになったと喜んでもらうだけでなく（もちろん、それも大事）、次のような良い効果がたくさんあるそうです。

### 1 感覚の刺激

- 視覚：変化する自分やキレイな色を見る
- 聴覚：パフを叩く音や化粧水の瓶を振る音を聞く
- 触覚：ブラシの感触や心地よいマッサージを体感する
- 嗅覚：化粧品の良い香りを嗅ぐ

味覚以外のあらゆる感覚を使うため、  
脳の活性化に役立つ！

### 2 コミュニケーションの促進

「ステキね～」などと声をかけられることで、明るいコミュニケーションが生まれます。また、他者に認められることで、自分を大切に思う心が育まれます。



### 3 心の機能の調整

化粧を通してイキイキした自分を思い出したり、他者とのびのびコミュニケーションをはかることは、心の機能を活性化します。そのため、気分が明るくなるだけでなく、落ち着いて過ごすことができるとの報告があります。 ~ URL : [http://www.kaigo-town.jp/about/makeup\\_psychology.html](http://www.kaigo-town.jp/about/makeup_psychology.html)より抜粋 ~



化粧だけでなく、ネイルケアやハンドマッサージなども同様の効果があるそうです。また、服装や髪型を整えることは、基本的な身だしなみ。清潔にすることで、自分も周りも気持ちよく過ごせます。あおやぎ苑でも、ご家族やボランティアの方の手によって、利用者様がよりキレイに変身することがあります。そこには、やはりイキイキとした笑顔が！いくつになっても、いえ年齢を重ねるほどオシャレは大切なんですね。

## 笑顔のクリスマス会



視線の先で繰り広げられているのは？

演劇の出演者の皆さん。熱演でした。

昨年12月、盛大にクリスマス会が行われました。各フロアで利用者様に楽しんでいただけるよう、趣向を凝らした出し物が用意されました。



## あ の お お や ぎ 苑 あ お お 正 月

新しい年がスタートして、早1ヶ月。自宅でのんびり寝正月、初詣で願掛け、旅行でリフレッシュなど、それぞれのお正月があったことと思います。さて、あおやぎ苑のお正月は？



おいしいお茶が  
たてられました。

今年も健康  
で過ごせま  
すように。



おせち料理  
お味のほどは？



## ノロウイルス に注意！

今年も、ノロウイルスによる感染症が猛威をふるっているようです。ノロウイルスは、特に気温が低下する冬季（11月～3月）に多く発生します。主な症状は、嘔吐、下痢、発熱、腹痛など。冬季には、ノロウイルスの他にも、風邪やインフルエンザが流行しやすいものです。手洗い、うがいを丁寧に、予防に努めましょう。