

プロのおもてなし

私が学生時代を過ごした京都での出来事です。東京から遊びに来た両親に懐石料理を御馳走しよう

と、友人から紹介された老舗の料亭に予約の電話を入れたところ、考えていた予算よりも高い金額が店側より伝えられました。アルバイトで貯めていたこずかい全部をつぎ込んで少し足りず、諦めようとしたところ、店主が「そちらさまのご予算で用意させて頂きます」と予約をいれてくれました。最初、単純に喜んでいました。時間が経つにつれ少ない予算で用意したものが、はたして、両親に満足してもらえるかどうか、不安な気持ちになったものです。

ところがそんな心配は杞憂でした。料理は予算相応のものだったかもしれませんが、案内された部屋の清潔さ、店員の気配りの素晴らしさなどに両親は大満足です。単に食事を用意するだけでなく、客全員が心地よく過ごす時間も提供できる、まさにこれが「プロのおもてなし」と感動しました。

今では料金を客の予算に合わせるなんて当たり前かもしれませんが、二十年以上前の、それも老舗の料亭での出来事。

自分が現在の仕事に就き、サービスを提供する側になった今、「自分にも『プロのおもてなし』ができていくかな？」と時々この出来事を思い出します。

作業療法士 丸藤京子



特集

リハビリのことが知りたい!

～ことばの部屋から～

皆さんは最近、美味しく食事をされていますか？食欲はあるのに、むせ込んでなかなか食べられない…、食べこぼしが多くて周囲の人に気を遣ってしまう…、食事をするととても疲れる…、などなどお食事に関わる簡単チェックシートを作ってみました。ぜひ、この機会にご家族と一緒に確認してみてくださいね。

- ①固いものは食べにくいですか？ (はい・いいえ)
- ②お茶や汁物でむせることがありますか？ (はい・いいえ)
- ③口が渇きやすいですか？ (はい・いいえ)
- ④自分の歯または入歯で左右の奥歯に痛みかぐらつきがありますか？ (はい・いいえ)
- ⑤全体的にみて過去1か月間にあなたの健康に不調がありましたか？ (はい・いいえ)
- ⑥現在お口の中に不調がありますか？ (はい・いいえ)
- ⑦口臭が気になりますか？ (はい・いいえ)
- ⑧歯磨きをしない日がありますか？ (はい・いいえ)
- ⑨食事中または食後にむせ込むことがありますか？ (はい・いいえ)
- ⑩食事中に毎回食べこぼしをしますか？ (はい・いいえ)
- ⑪最近表情が乏しくなったと思いますか？ (はい・いいえ)



(はい) に2つ以上○がついた方は近くの言語聴覚士までご相談ください。いつまでもお口から美味しく健康的に食事ができるよう応援して参ります！

参考文献
「口腔機能向上マニュアル
～高齢者が一生、おいしく、
楽しく、安全な食生活を
営むために～」一部改編

ご存知の方も多いと思いますが、リハビリ室に新しいマシンが導入されました！！
このマシンは、スクワット運動（しゃがんで立つ屈伸運動）を行うもので、主に下半身を中心にバランスのとれた体づくりを行うことができます。

トレーニング方法 自分のリズムでしゃがんで立つ。

手は舟をこぐように動かします。



お尻を後ろに突き出すように、しゃがみます。



そのまま椅子に軽く腰かけます。



次はハンドレバーを引きながら立ち上がります。

その繰り返しです。

まだお試してない方は、ぜひスタッフまで。

皆さまには「スクワット運動が楽にできる」「足の筋肉に効いている感じがして良い」とご好評を頂いています。スクワットというとなら、正しいフォームで行わないと膝を痛めるなどのイメージがあると思います。このマシンで運動を行うと、きついところを使用者の体力に合わせて椅子が支えてくれるので、安全に筋力強化を行うことができます。

卓球クラブ



毎週木曜日の10時から、2階に入所されている方を中心に活動しています。若い頃、熱心に練習されてきた経験者から、ラケットを初めて握る初心者まで、幅広くご参加されております。

練習ではお互いを思いやり助け合う姿が見られたり、試合では白熱したプレーに歓声がわき上がることもあります。また、練習終了後も、自らすんで片付けを手伝う方もいらっしゃる、プレー以外でも充実したクラブ活動となっております。

これが卓球クラブ



計画停電時の対応（リハビリ室） 皆様へのお願い

計画停電の実施にあたり、リハビリ室で皆様が安全に過ごしていただくため、下記の事項においてご協力お願い致します。

- 停電時には、プログラムを一部割愛させていただく場合があります。
停電により行えなくなるプログラム
 - 物理療法（ホットパック・メドマーなど）
 - パワーリハビリ（レッグプレス：両足を曲げ伸ばしする機械）
 停電途中、行えなくなる可能性のあるプログラム
 - バイオステップ、エルゴメーター（足こぎの機械）
 - パワーリハビリ（レッグプレス以外）
 ※なお、停電時に行えなかったプログラムに関しては、できる範囲ではございますが、停電回復後に行わせていただきます。
- 停電により、リハビリ室内の照明が消え暗くなります。そのため、利用者様がリハビリ室内を移動中、転倒など危険を回避するため、スタッフ付き添いの対応を取らせていただきます。
- (2)のことから、リハビリ室への入場を一時制限させていただく場合があります。そのため、入場にあたってはスタッフから誘いかけがあるまで、お席でお待ち下さい。

何かと御不便をおかけしますが、安全にリハビリを行えることを第一に考えての事項ですので、ご理解の程、よろしくお願い申し上げます。

がんばろう
日本



3月11日、午後2時46分を境に日本は千年に1度ともいえる大災害に見舞われました。東北関東大震災で被災された皆様に深くお悔やみとお見舞いを申し上げます。一日も早い復興を目指して一人ひとりが助け合いの精神を持って苦境を乗り越えられるよう心より願っています。リハビリ課では計画停電や余震に備えて皆様が安全に過ごせるように対策をたてていきます。ご協力のほどよろしくお願い致します。また、停電の影響により今号の発行に遅れが生じてしまったこととお詫びいたします。

園芸クラブ



ブロッコリーの種を植え、収穫できるのを楽しみに育てていましたが…失敗。育ち過ぎて花が咲いてしまいました。



新入職員紹介

かんばら さや

神原 沙耶

（作業療法士）

3月から入職した神原沙耶と申します。利用者の皆様楽しく、笑顔が絶えないリハビリを提供できるように一生懸命頑張りたいと思います。よろしくお願い致します。