

ピン・ピン・こうりん



部門紹介

東濃デイサービスセンター 滝呂



平成25年12月1日発行



責任者 中嶋 大貴



東濃デイサービス滝呂の管理責任者の中嶋大貴です。

右も左もわからない子供だった私も、8年の月日とともに少しずつですが成長し、責任のある仕事を任せていただけるようになりました。楽しいこと嬉しいこと、そして辛いことも沢山ありましたが、いつも会社の仲間や、お客様、ご家族様、ケアマネージャーさんなど沢山の方々から助言を頂き今日を迎えることができてあります。皆様には本当に感謝の気持ちでいっぱいです。

当社は在宅支援を中心にサービスの提供をしております。土岐内科クリニックからの訪問診療や、訪問看護、訪問リハビリ、様々な相談に応える東濃介護支援センター。そしてデイサービス部門は自宅での生活を支援するため、レクや入浴サービスだけでなく、身体のリハビリを行う1日・半日のデイサービス、認知症予防のため、学習療法を行うデイサービス、重度認知症の方の受け皿となる小規模デイサービス、身体重度の方々を受け入れるデイサービスがあります。また最近では介護予防や認知症予防、そして働き盛りの若い方へのライフマネジメントの新事業「ブレイング」を開設し、在宅支援に力を入れております。

私たちは今まで多くの看取り介護に携わってきました。在宅で最後まで生活することは、ご家族様のご苦労は計り知れない事かもしれません。しかし、生まれ育った土地や、思い出詰まった我が家、大切な家族と共に生活する事。きっと誰もが夢見ることだと思います。私たちにできることは、ほんのわずかな事かもしれませんのが、皆様のそんな願いをお手伝いする事です。「自分らしく生活できますように」と、時には家族のようにお客様の心に寄り添うサービスをし、お客様やご家族様がホッと安らぎ、笑顔になれる時間これからも提供することを心がけていきます。



泉



長澤



速水

毛利

中嶋

佐藤



加藤(弥) 加藤(さ)



竹中

井戸田



杉山

丸山

ホムドクスクエア

実践！年の瀬「シェイプアップ大掃除」



専門理学療法士
岸本 泰樹

早いものでとうとう師走...。今年もあとわずかです。今年一年、ホムドクでは隔月で運動にまつわる話題を提供してきましたが、皆さん、少しでも体を動かす習慣がついたでしょうか？

…え？ 「でも…外は寒いし、年末の掃除で大忙し(+_+)…」？ いやいや、掃除だって立派な運動！ この際、怠慢な生活もきれいに片付けてしまいましょう。今回は掃除の動作をちょっと気にして、シェイプアップ運動に変えるポイントを3つご紹介。

さあ、今すぐこたつから抜け出しましょう！

シーン① 窓拭き

もっと上につ！「背伸び＆かかと上げ」

高いところに大きく手を伸ばして拭き掃除です。かかとをしっかり上げ、背中をまっすぐに伸ばしましょう。人間ワイパーになったつもりで^_^。 左右に大きく10回×3セット。



～効くところ～
肩・ふくらはぎ・背中

シーン② 床掃除

「おなかを固めて掃除機がけ」

掃除機をかける時は、フーっと息を吐きながら、お腹に力を入れカチカチに！ 5秒力を入れたら脱力。自分のお腹を触って、力が入っていることをしっかりと確認しましょう。ひと部屋の掃除機がけで10回を目指して！



～効くところ～
お腹・腰

シーン③ ごみ集め

「背中をぴーんの拾い上げ」

集めたごみなどを拾い上げる時は、膝をしっかり曲げ、背中を伸ばしたまま持ち上げましょう。特に重いものは上にまたがる様にすると腰痛の予防にもなります。



～効くところ～
太もも・腰・おしり

今月のホムドクの一言
一大掃除 ついでに何でも 運動にー

パワリハ体験会を行いました。

11月22日地域のケアマネージャーを対象にパワリハ体験会を行いました。はじめに、アクティブ6(ストレッチ体操)を体験していただき、続いてパワーリハビリ6機種の運動効果を説明した後、実際に体験して頂きました。パワーリハビリとは、マシントレーニングを軽負荷で行い、全身各部の使っていない筋を



動かします。それにより、動作性・体力の改善、心理的活動性の改善が得られます。パワーリハビリテーションが心臓に与える影響は「入浴」より軽く、運動によるリスクはほとんどないといえます。介護認定を受けておられる方は、いつでも無料体験受付けています。ご興味のある方はお気軽にお問合せ下さい。

(連絡先: 東濃デイリハビリセンター 0572-54-1196)

健康サポートクラブを開催しました。

11月9日土岐市防災センターにて、長谷川理事長の第三作目「公務員はなぜ認知症になりやすいのか ボケやすい脳、ボケにくい脳」の発売を記念し、出版記念講演を開催しました。認知症にならないためには生活

習慣を改善し三大疾病や生活習慣病を予防すること。そして感情を司る扁桃核に刺激を与えることが大切です。感情が伴うと記憶が長持ちするため、すべての行動に感情を持つことも重要です。今まで知らなかったことをいろいろ学ぶことができ、大変勉強になりました。本にはもっと詳しく書いてあり、とても読みやすい本ですので、気になった方は是非読んでみてください。



お客様の声 深川 あや子様

これからも元気に利用させていただきます。

滝呂デイに来て半年になります。家にいる時は歩くくらいしか体を動かせませんが、週2回パワリハをして体を動かせるのでとても気持ちよく過ごせます。

みなさんと千羽鶴を折り広島の平和記念公園へ送り、今は長崎に送るため日々丁寧に鶴を折っています。家では趣味の書道を続けていますが、学習療法も始め脳もトレーニングしています。スタッフの方もいい人ばかりで、すぐに来てくれるなど至れり尽くせりです。



東濃デイ滝呂のお客様とスタッフで折った千羽鶴を、広島の平和記念公園へお贈りしました。お礼に、千羽鶴を飾ってくださっている写真を頂きました。



高浜市にて講演をおこないました。

11月16日、高浜市安立荘にて長谷川理事長が講演をおこないました。認知症とは何か？という基本的な知識から、認知症の種類、認知症にならないための予防法まで、地域の皆さんに向けてお話をしました。高浜市は市をあげて介護事業に熱心に取り組んでおられます。地域全体で、高齢者の方を支援しようという姿勢は大変素晴らしいと感じました。



主任者研修をおこないました。

11月20日、土岐市防災センターにおいて主任者研修をおこないました。今回は、報連相しやすい職場づくりと、報連相の徹底のためにどうしていいかをグループごとに話し合いました。また性格診断テストや、図形を使ったクイズ、人間知恵の輪など、体も頭も使ったとても有意義な研修になりました。



講演・勉強会のご案内

担当者	対象者	日 時	場所	内 容
理事長 医学博士 長谷川 嘉哉	地域の方	2月1日(土)	大口町	認知症講話
理事長 医学博士 長谷川 嘉哉	関係者	2月2日(日)	名古屋学院大学	認知症講話

Brain
ブレイン・グループ
BRAIN MEDICAL CORPORATION

<http://brain-gr.com>

土岐内科クリニック
岐阜県土岐市肥田浅野笠神町2-12

TEL 受付・外来リハビリ 0572-53-0656
FAX 受付・外来リハビリ 0572-53-0658

株式会社ザイタック

岐阜県土岐市肥田浅野笠神町2-11-1

TEL 0572-54-0201
FAX 0572-54-0378

診察時間のご案内

	月	火	水	木	金	土
9:00 ~ 12:00	●	●	●	●	●	●
13:00 ~ 16:00	訪問診療					
16:30 ~ 18:30	●	●	●	●	●	/

交通のご案内



株式会社ザイタック
東濃テイ脳リハビリセンター
東濃介護支援センター
土岐内科クリニック

東濃訪問看護ステーション
(看護部門・リハビリ部門)

☎ 0572-54-0355

東濃介護支援センター

☎ 0572-54-1171

ナーシングティ

☎ 0572-53-1107

東濃デイ脳リハビリセンター

☎ 0572-53-1101

東濃デイサービスセンター東館・西館

☎ 0572-54-1103

東濃デイサービスセンター松坂

☎ 0572-20-1199

東濃デイリハビリセンター

☎ 0572-54-1196

東濃デイサービスセンター元町

☎ 0572-53-1010

東濃デイサービスセンター滝呂

☎ 0572-43-6696