

新任部長就任のご挨拶

皆さま、はじめまして。このたび、4月1日付で、すみだ福祉保健センターリハビリテーション部にまいりました平井徹でございます。

4月から、センターに来て、利用者の皆さまが毎日の活動を一生懸命頑張っているお姿を見て、大変感銘を受けております。

センター利用者の皆さまが、住み慣れた地域で元気に、自分らしく生活できるようなお手伝いができるよう、私も、リハビリテーション部の職員と共に、皆さまに寄り添いながら、頑張っております。

緊急事態宣言、まん延防止重点措置は、現在は解除されていますが、感染が収束したわけではありません。

引き続き、感染症対策を徹底しながら、皆さまに安心してセンターをご利用いただけるよう努力してまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

リハビリテーション部部長
平井 徹（ひらい とおる）



感染症対策のお願い

感染症対策のため、引き続き以下の事にご協力をお願いいたします。

- ◎来所時のマスク着用、手指消毒、手洗い
- ◎来所時や毎日の検温
- ◎訪問時のマスク着用

こちらが訪問させていただいた時に、感染予防の徹底のため、ご本人、ご家族ともにマスクの着用をお願いいたします。



今月のカレンダー

今月のカレンダーは絵手紙です。色とりどりのパンジーの花から、ご自身で選んで描いています。それぞれ、個性のある素敵なカレンダーができました。パンジーの花言葉は「もの思い」「私を思ってく」だそうです。



1日デイの集団体操リニューアル中!

現在、デイサービスの集団体操をリニューアルしています。今までよりも更に体幹や下肢筋力を強化する内容になっています。始めは上手にできなかった四股(しこ)運動も回数を重ねるうちに皆さん上手になってきました。今回はその様子をお伝えします。転倒しない体作りを目指しています。



足を上げて～

実は職員も結構大変です。



きついですけど、上手になって、いずれは両手を離して出来るようになりたいですね。



腰を落とす!



半日コースのリハビリの紹介



コップを洗って



丁寧に拭きます



半日コースのリハビリでは、個々の目標に合わせ、個別のプログラムを行なっています。ご自宅での家事動作の自立を目標に挙げている方には、調理や掃除などの動作を、実際に使用する道具等を用いながら、取り組んでいます。

プランター贈呈式



高次脳機能障害グループ「きずな」の皆さんがプランターを作成し、こうめ高齢者支援総合センターへ寄贈しました。

利用者様自身で計画を立て、木材をカットし、組み立てを行いプランターを作成しました。作成したプランターに、ニス塗ると素晴らしい色になりました。寄贈したプランターは、センターの玄関前のパンダ公園に設置されています。

とても綺麗な花が咲いて、地域の方たちや、ご利用者の皆様に楽しんでいただいています。



～リル～随想～ 私のおすすめ

私のおすすめはウォーキングです。始めるきっかけは生活習慣病予防にもなると、病院の先生にすすめられたからです。

気軽にできるウォーキングですが、最初は30分も歩くと疲れてしまいました。今では1時間くらいは歩き続けることができるようになりました。

これからは陽気も良く気持ちの良い季節になります。皆様も気軽にできるウォーキングを始めてみませんか?



デイサービス課
五十嵐則子



<編集後記> 10年前の5月22日に、「東京スカイツリー®」と「東京ソラマチ®」が開業しました。歩いて行ける距離ですので、デイサービスでもソラマチビルの30階に上がり、上空からの展望を楽しんだり、周辺を散策したりしましたね。早いもので10年です。この10年の間に皆さんも私たちもいろいろなことがありました。スカイツリーのライティングも時代や事象に応じ、様々な色の変化を見せてくれ楽しませてくれました。今は、「平和」を祈りたいですね。(編集長 RT)