



介護科:2階フロア

【触れることの持つ力】

今回は、“触れる”について書いてみようと思います。

デンマークイン新宿では、夏の納涼祭、秋の敬老会、文化祭と三大行事があるのですが、去年から文化祭にてハンドマッサージというものを始めました。マニキュアや足湯などのブースは例年あったのですが、数年前よりコロナウイルスの世界的な流行により直接手に触れるという事が難しい時代がやってきました。そんななかでもやはり手と手が触れることで利用者みなさんを癒すことが出来ないかと思い実施に至りました。

普段の入浴時に保湿の為使用している馬油ローションに精油を混ぜ(アレルギー等の心配がある為医療用のオイルを使用)マッサージを5分ほど向かい合い実施しました。実施するのもマッサージのプロではない職員の為、力加減など様子を伺いながら進めていき、利用者みなさんにアドバイスを頂きながら職員も直接手が触れ合う心地よさに自然に笑顔になりました。

長い間仕事をしてきた大きな手や、洗濯や毎日の食事の用意と頑張ってきた手。様々な手と触れ合わせて頂くなかで看護や介護の基本である優しく触れるという事の持つ力を感じさせられました。「傷の手当て」等に使われる手当てというのは実際に手をあてがうところからきているそうです。

いつも関わらせて頂いている利用者さん達のちょっとした違いも触れることでわかることもあります。利用者みなさんの“あたたかい”手に支えられながら日々穏やかに過ごす事ができるよう少しでも力になれるよう頑張っていきます。



## 介護科:3階フロア

### 【生活リハビリって知っていますか？】

生活リハビリとは、トイレや着替え、入浴、食事等の日常生活動作そのものをリハビリとしてとらえ、自立した生活を支援するという考え方です。そのためには、生活場面で適切な介助を行うことで能力の維持向上を図ることが重要になります。

実際に行なっている生活リハビリを紹介したいと思います。

食事面では、姿勢の維持、箸やスプーンの使用、噛む、飲み込むなどの動作を鍛える事が出来ます。歩行器や車イス等を使用し、食堂まで移動して食事を摂ります。その際、飲み込みやすい正しい姿勢に調整すると自分で食事が取れるようになります。また、食事前エプロンを使用する事で飲食物がこぼれても衣類が汚れるリスクを減らす事ができます。

排泄面では、トイレまでの移動や便器に座ったり立ち上がったりする動作が移動能力の維持に繋がります。手すりを使用する事でトイレ内を安全に移動することができます。トイレでの排泄はやや前かがみの姿勢を意識すると腹圧がかかりやすくスムーズな排泄に繋がります。便秘も解消しやすくなります。また、オムツ交換が必要な場合では体位交換の声掛けし、柵につかまってもらなどの動作を行なってもらい、お尻を上げる動作では自己にて行ってもらうことで運動を促すことに繋がります、寝たきり予防にもなります。

日々の生活のちょっとしたことが生活リハビリになります。今後も利用者様の残存の能力を見極め、最大限活用する生活をする事で、日常生活そのものが生活リハビリになるよう適切な介助を行なっていきます。

Access



電車

牛込柳町駅 都営大江戸線 西口 約徒歩 1分

バス

牛込柳町駅前 約徒歩 3分	飯 62	小滝橋車庫前 ↔ 都営飯田橋駅前
	橋 63	小滝橋車庫前 ↔ 新橋駅
	白 61	練馬車庫前・練馬駅 ↔ 新宿駅西口
若松町 約徒歩 4分	宿 74	新宿駅西口 ↔ 東京女子医大前
	早 81	早大正門 ↔ 渋谷駅東口(循環)

※ 駐車場はございません。公共交通機関または最寄りのコインパーキングをご利用ください。

介護老人保健施設 デンマークイン新宿  
〒162-0053 東京都新宿区原町二丁目43番地  
TEL: 03-3341-3640 FAX: 03-3341-3650