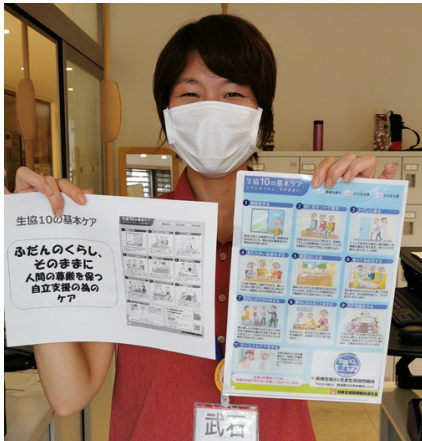




『結』と共に

所沢診療所 通所リハビリテーション結(ゆい)



「私が、生協10の基本ケア推進委員の武石です!!」



モニターを用いた脳のトレーニング



マットを使った体操

生協10の基本ケア ～概論～

医療生協さいたまでは、地域で安心して生活を送ることができるための支援として、「生協10の基本ケア」に取り組んでいます。～ふだんの暮らし、そのままに...～をコンセプトとしており、以下の3つを大切な介護としています。

- その1：尊厳を護る
- その2：自立を支援
- その3：在宅を支援



「10」のケアのとしては、下記の通りです。

- ①換気をする
- ②床に足をつけて座る
- ③トイレに座る
- ④あたたかい食事をする
- ⑤家庭浴に入る
- ⑥座って会話をする
- ⑦町内におでかけをする
- ⑧夢中になれることをする
- ⑨ケア会議をする
- ⑩ターミナルケアをする



次回の通信より、上記「10」のケアの具体的な内容について、説明させていただきます。



【今月号の内容】

生協10の基本ケア ～概論～

利用者様との対談

～車の運転ができるようになりまして～

「結」からのお知らせ

【発行元】

医療生協さいたま生活協同組合
所沢診療所 通所リハビリテーション結
〒359-1143 所沢市宮本町2-23-34
電話：04-2923-3697

車の運転ができるようになりました ～S様との対談～

今回は、利用者様S様との対談をさせていただいた時の内容を掲載させていただきます。

利用者様のS様は、2018年にくも膜下出血を発症されました。発症当初は寝たきりであり、意識のない状態が何日間も続いたとのこと。その後、懸命なりハビリの成果が積み重なり、車いすでの生活から、歩行器を利用しての移動…。そして、現在は麻痺による不自由さは残っていますが、杖を使わなくても歩けるようになりました。2020年に結の利用を開始され、その過程の中で、身の回りのことや家事をひと通り行うことだけでなく、運転ができるまでに回復され、最近では、街中のフィットネスにも通い始められました。

今回、いただいたお言葉一つ一つは、結のスタッフにとりまして、とても心に強く響くものとなりました。このような機会をいただけましたことに、S様、ならびにご家族様へ心より感謝申し上げます。

●スタッフ：「利用当初から比べると、表情がとても明るくなられた感じがします。ご自分の中で、どのような変化がございましたか？」

S様：「身の回りのことがひと通りできるようになってきて、何でも一人でできる！と思っていました。しかし、行動範囲が広がり、人の助けがないとできないことがあると分かってきて、他の人に頼めるようになってきたことが、自分の中での変化だと感じています。」

●スタッフ：「ご家族の協力があるということは、とても心強いですよね？」

S様：「夫は、一つのことを二人で協力しよう！と言ってくれました。洗濯物を運ぶ、買い物の荷物をトラックに入れるなど、ちょっとしたことを手伝ってくれています。そのことが、本当にありがたいので、助かっています。」

●スタッフ：「お身体の不自由さは、まだおありでしょうか、ご自分でどのように感じていらっしゃいますか？」

S様：「健康がいいに越したことはありません。しかし、今の自分にもできることはたくさんあると思っていますので、気になっていません。」

●スタッフ：「結に通われて、11月で2年になりますが、現在の思いをお聞かせください。」

S様：「結に来るととっても楽しいです。自分より高齢の方と話しをする機会は、ここに来ないとできないことです。皆さんが頑張っていて取り組んでいる姿を見ているだけでも、非常に刺激になります。いろいろな人に助けていただいて、本当に感謝しています。」

「自分ができること、助けが欲しいことについて、周りに伝えることが大切だと思えるようになったことが大きな進歩だと感じています。自分自身の気持ちも楽になりますし、相手も何をどのように手伝えればいいのかが、分かることに繋がりますから...。」

『結からのお知らせ①』

～風邪症状がある場合～

新型コロナウイルスの感染が、減少傾向にはありますが、まだ予断を許さない状況です。発熱・咳・咽頭痛などの症状がある方は、受診によりPCR検査を受けていただき、陰性の結果が出てから利用再開いただいております。何卒、ご協力の程よろしくお願い申し上げます。

『結からのお知らせ②』

～振替利用のすすめ～

私用や体調不良でお休みされた場合、その週の中であれば、他の曜日に振り替えてご利用いただくことが可能です。結での運動の効果を持続させるためにも、週1回ないし週2回のご利用回数を確保いただきたいと思います。振替利用に対してご不明な点は、スタッフまでお声掛けください。