

暖かい日が増えてきて日も長くなり、春の訪れを感じます。桜が満開となり、花吹雪となって街並みに彩を加えています。4月は新しい年度の始まりの時期でもあり、入学や入社を迎えて新しい生活や出会いに期待を膨らませる時期でもあります。コロナの感染者数は段々と減少傾向に転じていますが、油断できない状況です。あさがおでは今後も検査や換気、消毒等、感染対策を徹底して実施していきます。安心して、元気にあさがおにおいで下さい。

## 誕生日会



3月17日(金) 18日(土)に、3月の誕生日会を行いました。  
今月は6名の方が誕生日を迎えられました。

**おめでとうございます！！**

いつまでもお元気にお過ごし下さい

## 手 工 芸



作成期間1月6日(金)~1月21日(土)、「干支(うさぎ)の木目込み風飾り」の作成を行いました。細かい作業から指先を多く使う訓練と作品から季節感を感じることを目標に取り組んでいます。発泡スチロールを正方形に切り取り、好きな絵柄の用紙を選んで転写を行っています。転写した絵柄にカッターで切り込みを入れてボンドを流し込みました。好きな柄の布やちりめんを選び、少し大きめに切り取ってから竹串で隙間に押し込んで仕上げています。絵柄が小さく布を押し込む作業がとても細かいため、指先に疲労が溜まり大変でしたが道具と指先を多く使い、リハビリ(作業療法)の成果を発揮することができました。季節感があり、可愛い仕上がりになっています。

## リハビリテーション&ご利用者様の声



利用者 M1 様 女性 78歳  
利用 0年 11ヶ月目



約3年前に大きな病気にかかり、手術と治療を行うために入院した既往がある。また、以前から高血圧、気管支喘息等の治療が続いていた。退院後歩行状態は安定していたため、病院にてリハビリを行うほどでもなかったが体力と下肢筋力の低下はみられた。また、喘息があるため運動量も制限があり、運動不足の状態が続いていた。自宅にて同居家族と生活を続けているが今後に対する不安がある。これからは自宅にて家族と共に自立した生活を続けていきたいとの本人の希望があり、主治医の勧めもあったことから、リハビリを行い、運動不足の改善や体力と筋力の維持向上、他者とのコミュニケーションを図るためにあさがおの利用を開始した。

目標は「杖を使わずに歩行を続け、自宅で家族と生活を続ける」ことだ。リハビリ内容は歩行訓練と筋力トレーニングをメインに行っている。リハビリメニューは平行棒による歩行訓練、棒の上げ下ろしによる上肢可動域訓練、ゴムバンドを使用しての下肢筋力訓練、マシンはエアロバイク(自転車のようにペダルを回し、腸腰筋を鍛える)、ローイング(重りの付いたレバーを手前に引き、背中中の筋肉を強化して円背(猫背)を予防・改善する)、屋外での歩行訓練を行っている。

来所時から暫くは環境に慣れない時期もあったが、現在は少しずつ運動不足も改善し、体の調子も良いことからリハビリの成果を実感している。また、ここ数年で少しずつ円背(猫背)が目立ってきているため改善を図りたい希望がある。他利用者様とも仲良くなり、コミュニケーションをとりながら楽しく生活できている。療法士や職員の声掛け、リハビリ内容に満足している。これからはリハビリ内容を療法士と相談し、積極的に取り組みたい。今後も体力と筋力の維持向上を図り、自宅にて家族と共に自立した生活を続けていきたい。

## イベント食



3月3日(金)に雛祭りのお祝いを行うイベント食が行われました。ちらし寿司とお吸い物、いちごのパバロアが提供され、色鮮やかでとても美味しそうです。フロアにも7段の雛人形が飾られていて、とても綺麗でホールに彩を加えています。雛祭りは別名「桃の節句」とも呼ばれ、女の子の健やかな成長を願う行事です。雛人形はお雛様に女の子の穢れを移し、厄災の身代わりになってもらうという意味が込められています。食事やイベント行事から季節感を感じて当時を思い出すことは回想と呼ばれ、認知機能の維持向上にとっても有効的です。おやつには桜餅と緑茶が提供されました。雛祭りらしさが表れていて、皆で楽しく祝うことができました。

## 4月のイベント

☆ 誕生日会 4月18日(火) 19日(水)

