

ハートケア通信

2024年9月号

発行：2024年8月1日 No. 252
ハートケアグループ
〒583-0021 大阪府藤井寺市御舟町1-63
藤井寺オフィスビル
編集：ハートケア通信編集委員
TEL 072-931-2355
FAX 072-931-2730



ハンドメイドクラブ (デイセンター リハビリプラザ高槻)



今月の特集 ドールセラピー

ハートケアグループ

快適をご利用者に 安心をご家族に since1988

- (株) ハートケアホールディングス
- (株) 大阪ホームケアサービス
- (株) メディケア・リハビリ
- (株) 青蓮荘
- (株) マイオセラピー研究所
- NPO法人 ケア・ユニゾン



https://www.medi-care.co.jp

ハートケアグループ
ホームページ

- ◆ 介護保険ご利用者総数：5011名 (2024年8月1日現在)
【ケアプラン契約数】768名 【訪問介護事業】422名
【通所介護事業】1426名 【訪問看護事業】1931名
【福祉用具レンタル事業】464名
 - ◆ 介護保険外ご利用者総数：1451名
【訪問看護事業(医療)】998名
【訪問介護事業(障害者総合支援)】33名
【個人契約ヘルパー】4名 【有料老人ホーム】410名
 - ◆ 住宅改修・福祉用具購入(介護保険内外含む)：6件
 - ◆ 障がい児通所支援事業：520名
- ※上記の数は複数のサービスを利用される方の重複を含みます
- ◇ ハートケアグループ 職員数：920名
ご利用者虐待防止相談窓口 TEL：072-931-7735 担当：井口

リハ松の かわいい仲間たち

デイセンター リハビリプラザ松原では、カメを3匹飼っています。

3年ほど前のある日、デイサービスの駐車場に突然カメが現れたことがきっかけで、飼うことになりました。最初に現れた日には、スタッフが『車に引かれては大変!』と安全な場所に移したのですが、次の日もその次の日も駐車場にやってくるので、これはリハビリプラザ松原が好きなのだろうと、みんなで飼うことになりました。

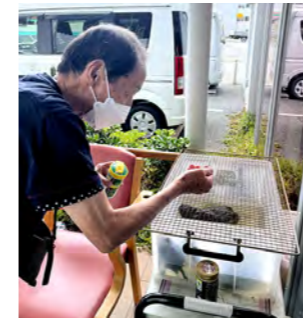
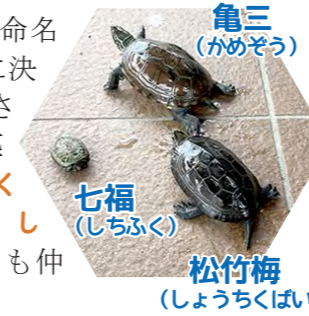
名前は前営業所長が命名して亀三(かめぞう)に決定。そのうち一匹ではさみしいだろうと、二匹目の松竹梅(しょうちくばい)、三匹目の七福(しちふく)の二匹のカメも仲間入りしました。

三匹は共にクサガメで、二匹目、三匹目も前営業所長が命名した素敵なシブイお名前です。

現在、飼育クラブのご利用者がエサやりを担当して下さり、重たい水槽の水替えは、送迎スタッフが担当してくれています。

朝と夕方には、『おはよう』、『バイバイ』とたくさんのご利用者が声をかけ、昼食後には、カメの水槽を囲んで会話をされている方もあり、皆さんにとっても可愛がられています。

三匹のカメたちも水槽の横に人が座ると、『エサを頂戴!』と近づいてきて、とても人懐っこく、リハ松にぴったりの愛嬌のある子どもたち。観ているだけで癒され、ご利用者の皆様にも愛されているリハ松のアイドルです。



笑う門には リハビリきたる

むくみ予防 の体操

昨今、気候変動により運動不足になりやすく、汗をかかないことで代謝が下がり、ひざ下から足がむくみやすくなります。むくみに対して効果的なのが、**身体を温めることや、ふくらはぎの筋肉を使うこと**で、足に溜まった血液を心臓まで送ってくれる働きがあります。

むくみを予防するためには…

- ・お風呂に入り全身を温める。(夏場は半身浴でも大丈夫!)
- ・首元や脇下、股関節の前を温める。(太い血管が多い!)
- ・カリウムを含んだ食材をとる。(昆布、わかめ、ひじき等)

むくみ改善 体操①

椅子に腰かけた状態で足を組み、かかとを持って足首をグルグルと回す。
→両足を10回ずつ、右回り左回りに。



むくみ改善 体操②

椅子に腰かけた状態で両方の膝は肩幅に開く。そのまま両方の踵を同時に上げ下ろしする。ふくらはぎの筋肉がしっかり動いていれば大丈夫。
→10秒～20秒連続の上げ下ろしを実施。



座ったままで出来るので、テレビを見ながらでも是非やってみて下さい!



メディケア・リハビリ
訪問看護ステーション
理学療法士 岡村亜未



有料老人ホーム 空室状況 (2024年8月現在) ※空室情報は変動することがあります。

青蓮荘	△	ケアホーム伊賀	○	ケアホーム長吉	満	○…随時入居可
コンフォート門真	△	ケアホーム藤井寺	満	ケアホーム加美	満	△…若干名
コンフォート大東	△	ケアホーム寝屋川	満	ケアホーム俊徳道	○	満…待機

空室、入居相談、各種お問合せ窓口

☎0120-974-115
(平日9時～18時)



ドールセラピーの効果が現れ、 ご入居者に喜んでいただけている施設の声をご紹介します



S様 (77歳)

12月にご入居されました。足腰もしっかりされてお誘いするとよく散歩にも参加されますが、コミュニケーションを取るのが少し苦手な様子で、77歳とお若いこともあり、自分からは他の方に関わりたがることはほとんどありませんでした。



いつも穏やかで話しかけるとニコニコ笑顔で答えて下さるS様。昨年



いつも施設の玄関前にあるソファに一人で座って外を眺めておられ、3度ほど玄関から出て行かれることもありました。スタッフは、まだ落ち着いた気持ちで過ごされていなかったので感じていました。



お部屋から降りて来られた別のご入居者も「わく可愛い」と『たあたん』を見てソファに座られ、抱っこされ、お二人で「見てみるこの手も足も柔らかいので、まっげ長いね」と嬉しそうに人形を通じてコミュニケーションも生まれました。



その後も頭を撫でたり、頬を触ったり、バスタオルでおくるみの様に人形をくるんでお世話をされたり、大好きなお散歩に誘っても「この娘が一人になるから行かない」といわれるほど大事にされ、体調が悪い時にもお部屋に人形を連れて行くこと喜んで抱っこをされ、人形はS様に寄り添ってくれる大切な存在になっています。



穏やかで思いやりがあり、お世話好きな方です。認知症の影響で、



ご高齢ですが、普段は車椅子を自分で自走して過ごされています。

認知症の影響で、落ち着きなく動き回られたり、苛立っておられたりすることもありました。『たあたん』の導入が決まり、お見せすると、「可愛い」と笑顔になり、夢中でお世話をされて、落ち着かれる事が多くなりました。『たあたん』を通じてご入居者とも会話されたりする様子も見られています。



今月は、有料老人ホームで導入を始めた『ドールセラピー』についてご紹介いたします。ドールセラピーは、赤ちゃん人形を用いて認知症を伴う人の心にアプローチするセラピーで、オランダで始められたと言われています。



セラピードール『たあたん』と『ぼぼちゃん』

当社では、当社の門真にある施設でのドールセラピー(ご自宅で大事にされていた人形を紹介してケアに取り組み、笑顔を取り戻された)をきっかけに、認知症ケア向上委員会で取り組みたいとの声が多く上がり、導入が決まりました。ドールセラピーについて、福井委員長に聞いてみました。

ドールセラピーで期待できる効果

オーストラリアのセラピストは、「認知症ケアにおいて最も大切な事は、愛する対象をみつめることと自信を取り戻させること」と言っています。恋をするのとキレイになる、ということと同じで「愛する」という気持ちが、人を元気にさせたり、心身をリフレッシュさせます。これは、脳科学やホルモンの研究でも実証されています。ドールセラピーは、その「愛する」という大切な気持ちと呼び覚ましてくれるものであり、それに伴い期待できる効果もたくさんあるそうです。

①「感触」が記憶をよびます

認知症は記憶障害を伴うことが多いのですが、「感触」や「感情」という原初的な感覚は忘れずに残るものだそうです。ぶよぶよした頬、柔らかい手指……。ドールセラピーのお人形は本物の赤ちゃんそっくりの感触をもっていて、赤ちゃんを腕に抱いた幸せな感情をよみがえらせ、子守り育ててきた記憶につながり、認知症の進行とともに失われてきた自信を取り戻すきっかけになります。

②赤ちゃんを「かわいい」と感じる心は誰にでもある

電車の中で、隣り合った女性が抱く赤ちゃんにほほえみかける男性がいるように、出産経験のない男性も、本能的に赤ちゃんを「かわいい」「いづくしむべき存在」と思っています。一説によれば、赤ちゃんに接することで脳が活性化するというアメリカの研究者の発表もあるそうです。

③愛し、世話をすべし 対象としての「赤ちゃん」

赤ちゃんは無力で、誰かが世話をし、慈しんでいかなければなりません。「世話をしたい」「世話をしなければ」という意欲を赤ちゃん人形が引き出し、生活にハリが生まれ、自立的な生活を回復させることにつながります。

④周囲とのコミュニケーションツールになる

赤ちゃんを抱いている方に、見知らぬ人が「かわいいお子さんですね」「いま何カ月ですか?」と話しかける、こんな光景は実生活でもよく見かけます。赤ちゃん人形を抱いていると、ご近所の方、病院、施設の入居者同士が、笑顔で話しかけてくることも多くなり、認知症の方にとつてなによりも大切な、「コミュニケーション」の機会がたくさん生まれます。

各有料老人ホームでは、赤ちゃん人形だけではなく、希望により子どもや犬・猫のぬいぐるみも導入して、認知症の方だけに限らず、ご利用者みなさんに人形と触れ合ってもらっています。



れてきます。これまで自分の殻に閉じこもっていた方も、コミュニケーションをとりながら、感情を表すことができるようになるのです。