

# 但馬長寿の郷 すこやかセンター通信

## 目次

- 1 すこやかセンター散歩くモデルルームのコーナーく捨て目
- 2 新しく展示する福祉用具のご紹介
- 3 お知らせのコーナー
- 4



## 1. すこやかセンター散歩くモデルルームのコーナーく

但馬長寿の郷すこやかセンターには、モデルルームを設置し、住みやすい環境づくりを提案しています。このモデルルームは新築・増改築ゾーン、既存住宅ゾーンの2つのコーナーに分かれています。新築・増改築ゾーンでは、段差を低く設定したり、畳の部屋でも床から立ち上がりをしなくても良いような工夫を行うなど、家を新築・増改築する際の環境の工夫を提案しています。既存住宅ゾーンでは、段差の多い昔ながらの日本家屋に手すりを設置したり福祉用具を使用することで住みやすくした環境の提案を行っています。

すこやかセンターには、平日はセラピストが常駐しているため、お住まいの環境に合わせた福祉用具の提案や、環境に合わせた動作を提案することも可能です。身体機能や実際の動き方を評価し、家の中の移動や入浴の方法、調理などの家事動作を安全に行うための提案も行います。セラピストが必要と判断すれば、自宅にも訪問して自宅環境を評価します。

この他にも、モデルルームには、環境制御装置も展示しています。筋萎縮性側索硬化症（ALS）などの難病で体の一部分しか動かない場合でもスイッチひとつでパソコンを使用し、ベッドを動かしたり、テレビの操作を行ったり、他者とコミュニケーションを取ることにも可能です。

このように自宅内の様々な環境の調整方法や動作方法を提案するモデルルームを、見に来てください。

作業療法士 中野裕貴



新築・増改築ゾーン



既存住宅ゾーン



環境制御装置

見学・相談について

予約不要

一般、専門職問わず

電話相談も可

※平日のみセラピスト在中（9時～17時）。福祉用具の販売はしていません。

## 2. 捨て目

「振り返ることので次に活かそう」

私ごとですが昨年の秋に第一子が誕生しました。四苦八苦しながら子育てを楽しんでいます。そんな私と妻、娘の3人で年の瀬にシヨップイングモールへ行き、妻のお手洗いの間、娘と待っていた時の事です。ベンチに腰掛けて「さあ次はどの店に行こうか」と考えながら、私の膝に抱いている娘にふと目をやると表情がみるみる崩れていくではありませんか。

案の定、大泣きです。

私の中では「ミルクもオムツもやったばかりだし・・・」と心当たりがありません。

「大丈夫、大丈夫」(何が大丈夫なのか分かりませんが)と言いながらあやすことが精一杯です。ついには通りすがりの子どもにまで「だいじょうぶ?」と心配される始末となりました。

結局、妻が戻るまでどうにもならなかったのですがバトンタッチするととたんに泣き止んで寝るのです。お父さんとしては少し切なかったです。

帰り道で妻に泣いた理由を聞くと「さっきの時間帯は眠い時間のはずだからぐずりやすい」と教えてくれました。私はこれまで「娘が泣く時はミルクかオムツ」くらいにしか考えていなかったですし、確かに揺らしながら抱くことは眠る妨げになっていたようでした。この一件から「泣く原因は場面によって違う」ということを学び、娘が泣くと「何だろう?」と少しだけ余裕を持って考えることができるようになりました(それでも分からないことの方が多いのですが)。

私自身、ケアを提供する場面や会議に参加する際、初めての体験をした時や特に難しい問題に出くわした時、なんとかしようとして頑張ってはみるものの、なんだかよくわからないままに終わってしまうことが多いような気がします。皆さんもそんな体験はありませんか?

そんな時には困った体験をそのままにせず、振り返ってみることをしてみませんか。立ち話程度でも誰かと話し合ってみることで相手の知識や経験から学べることがありますし、自ら考えて振り返る中でも学びがあると思います。そして、それらの学びは次の機会に活かすことができるものになるのではないのでしょうか。

今回の捨て目は「振り返ることので次に活かそう」でした。ドドーン。 理学療法士 永田 智



# 3. 新しく展示する福祉用具のご紹介

29年度第2回福祉用具検討委員会を開催しました。新たに47の福祉用具の展示が決定しましたので、その中から12点をご紹介します。今回はベッド、クッション、排泄用具、靴などが新規用具として入りました。新しい展示品はすこやかセンターに展示しておりますので、ぜひ見に来てください。なお、すこやかセンターでは販売は行っておりません。また、表示価格は、すべて標準小売価格になります。

## フロアーベッド FLB-03J

フランスベッド (株)

超低床のベッドです。高さ11cm〜61cmまで調整可能です。布団のような感覚で使えるので、ベッドが苦手な方でも使いやすく、高さ調整もできるので、介護量の負担軽減もできます。また、左右だけでなく、前後のボードも取り外し可能です。(介護保険レンタル対象)



425,000 円

## CUCU ロイヤル・こげ茶

龍野コルク工業(株)

姿勢保持に使えるクッションです。伸縮性がある生地で背骨と骨盤を支え、左右に引っ張るとやさしく身体にフィットします。大きめの椅子やソファアでの使用に適しています。



(介護保険対象外)

5,000 円

## 車椅子用補助ボード

### Kisso (キソ)

龍野コルク工業(株)

布張りの車いすの上に敷いて、たわみをなくす補助ボードです。座面用クッションの能力を引き出し、安定した座位姿勢を作ります。

カバーのあるクッションではキソをカバーの中に入れて使用できません。座幅に合わせてカットすることも出来ます。(介護保険対象外)



3,300 円

## トライアングルサポート フラワー

龍野コルク工業(株)

伸びる素材と伸びない素材で出来た三角形の姿勢サポートクッションです。身体にあたる面の素材を変えることで保持や除圧など、様々な用途に使用できます。(介護保険対象外)



35 cm : 3,300 円

45 cm : 3,900 円

60 cm : 4,500 円



## パッセージ

ディオネ(株)

ループ付きのかかと、ベルトで足の甲をしつかり支え、伸縮性のある素材で脱ぎ履きしやすい靴です。中敷きが3D形状で足をしっかりと支えます。バレエシューズのような上品なデザインです。(介護保険対象外)



13,000 円

## エスパドマカロン・ピンク

徳武産業(株)

足にしっかりとフィットするルームシューズです。底には2カ所のすべり止めが付いており、蹴り出した時に力が入れやすくなっています。手洗い可。

(介護保険対象外)



2,300 円

## コンフォートⅢ

徳武産業(株)

両側がファスナーで、開口部が大きく開き足入れがしやすい靴です。アーチサポート付インソールで足底をしつかり支えます。装具にも対応しています。左右サイズ違い、パーティーオーダー可です。(介護保険対象外)



3E : 7,400 円

7E : 8,200 円

9E : 8,400 円

## ダブルマジックⅢ

徳武産業(株)

ベルトの長さが調整でき、浮腫や装具などにも対応できる靴です。アーチサポートがついており、足底を支え、グリップ性のある靴底になっています。左右サイズ違い、手洗い・パーティーオーダー可です。(介護保険対象外)



3E : 5,600 円

5E : 7,200 円

掲載した福祉用具以外にも、おしゃれで機能的な靴などを新たに展示しています。ぜひ、すこやかセンターへ見学にお越し下さい。

# 4. お知らせのコーナー

## 在宅リハビリテーション連携推進検討会のご案内

当郷では、退院後や老健施設退所後にデイケア・訪問リハサービスを利用しない場合にも、利用者がデイサービス等で継続して機能訓練に取り組むことができるよう、但馬圏域の職能団体（理学療法士・作業療法士・言語聴覚士）の協力のもと、新たに運動プログラムを作成しました。

この運動プログラムは、A D L 動作を細分化し、維持・改善したい動作に直結した運動を選択することで、生活機能の改善に寄与することを目指しています。

今回、この運動プログラムを広く関係者に周知する機会として下記のとおり研修会を開催します。多くの皆さんの参加をお待ちしています。

日時：平成30年3月11日（日）午後1時30分から4時まで

場所：但馬長寿の郷 郷ホール

参加者：介護支援専門員、地域包括支援センター職員

介護サービス事業所・医療機関に勤務するリハビリテーション職種

デイサービス・グループホーム・小規模多機能型居宅介護事業所に勤務する介護職 等

受講料：無料

### 1. 椅子からの立ち上がり

#### ※運動プログラム一例

##### 2-1 立ち上がりの準備①



- 【目的】椅子から立ち上がるための準備（足場への体重移動を促す）ができる。
- 【方法】1) 椅子に深く腰掛け、座面に手をつく。  
2) 軽く足を引いて体幹を前傾させ、右側を軽く浮かせて座面の前に深く腰掛ける。  
3) 同じように、今度は左側まで深く腰掛ける。
- 【留意】5回連続

##### 2-2 立ち上がりの準備②



- 【目的】椅子から立ち上がるための準備（足場への体重移動し、右側を浮かせる）ができる。
- 【方法】1) 椅子に深く腰掛け、座面に手をつく。  
2) 体幹を前傾させて右側を軽く浮かせ、両手で椅子を押し下して後ろに下げ、着座する。  
3) 同じように右側を軽く浮かせ、椅子を引寄せながら前にも移動する。
- 【留意】5回連続

### 1. 上衣（かぶり服・ボタン服）の着脱

##### 5-1 タオルを頭の後ろにまわす



- 【目的】衣服がかりやすくする。
- 【方法】1) 両肩幅の肩幅で両手にタオルを持ち、ピンと張る。  
2) 肘を伸ばした状態で両手を上に上げる。  
3) 肘をしっかりと曲げ、タオルを頭の後ろにまわす。
- 【留意】5回連続

##### 5-2 背中側でタオルを上下に動かす



- 【目的】肩まわりの動きが大きく取り、衣服のゆるむ動きがゆるみやすくする。  
また、背中側で衣服（ボタン服）を脱ぎやすくする。
- 【方法】1) 背中を後ろに倒し、タオルを持ち、ピンと張る。  
2) 両手を伸ばす。  
3) タオルを上下にゆっくり大きく5回移動させる。  
4) 反対側も同じように行う。
- 【留意】左右各3回連続

##### 5-3 タオルを振る



# 廃番品の福祉用具をお譲りします！

この度、すこやかセンターで展示しておりました福祉用具の中で廃盤となった商品と当郷で使用していた福祉用具をメーカーの協力により、希望される施設、事業所にお譲りします。希望される商品があれば、すこやかセンターまでご連絡ください。商品の一覧は別紙に記載しています。申込み方法については下記をご参照ください。

なお、お譲りする福祉用具は廃盤品のため、部品の交換やメンテナンス（有料）などできないこともあります。使用に当たっては各施設、事業所の自己責任でお使いいただきますようお願いいたします。

## 【申込み方法について】

### ◆申込み方法

すこやかセンター（☎079-662-8456）まで電話にて申し込み  
月～金曜日（祝日は除く） 9時～17時まで  
※希望者多数の場合は、当方で抽選いたします。

### ◆申込み期間

平成30年3月1日(木)～3月20日(火) 17時まで

### ◆結果について

平成30年3月30日(金)17時までに当選された方のみ電話で連絡いたします。

## 【問合せ先】

兵庫県但馬県民局但馬長寿の郷 地域ケア課  
担当：竹内 中野 吉田  
〒667-0044 兵庫県養父市八鹿町国木 594-10  
電話：079-662-8456 FAX：079-662-9959

## H29 年度 福祉用具廃盤品譲渡一覧

	分類	商品名	発売元
1	入浴	シャワーベンチ EN	アロン化成株式会社
2	入浴	安寿湯おけスタンド M	アロン化成株式会社
3	入浴	バスツール軽量レギュラー1520(40×30 サイズ)	パナソニックエイジフリー ライフテック株式会社
4	入浴	シャワーチェアコンパクトワンタッチ(おりたたみ)	パナソニックエイジフリー ライフテック株式会社
5	入浴	シャワーチェアサポートタイプ角形ワンタッチ(おりたたみ)	パナソニックエイジフリー ライフテック株式会社
6	入浴	シャワーチェアコンパクトサポートタイプ(おりたたみ)	パナソニックエイジフリー ライフテック株式会社
7	入浴	入浴グリップ	
8	シルバーカー	ヘルスバッグ AR-S	象印ベビー株式会社
9	靴	RE-002 黒 6E L サイズ(23.0~23.5)	徳武産業株式会社
10	靴	ヘルパーシューズ ピンク M サイズ(22.0~23.0)	徳武産業株式会社
11	靴	カウンタールームシューズ 茶 LL サイズ(24.0~24.5)	徳武産業株式会社
12	靴	ベルフォート 黒 3L サイズ(25~25.5)	徳武産業株式会社

