

のぞみんごう

2008年5月
平成20年春号

総合リハビリテーションセンター
救護施設 のぞみの家

〒651-2181 神戸市西区曙町1070
TEL (078) 927-2727

就任のあいさつ



総合リハビリテーションセンター

のぞみの家 所長 瀧口 幸司

この4月から「のぞみの家」で、仕事をさせていただくことになりました「瀧口」です。よろしくお願いいたします。

のぞみの家の桜も散り、ツツジが咲き始め、よい気候の時期になりました。

のぞみの家は、救護施設として様々な障害を有する人々が生活扶助を受けながら、生活の維持、向上を図るための支援をさせていただき、障害を有する人々のセーフティネットの役割をはたしてきました。

しかし、近年の障害者福祉の動向は「共同生活介護(ケアホーム)事業」・「共同生活支援(グループホーム)事業」と、就労をめざすための「就労移行支援事業」の推進が大きな課題になっています。

のぞみの家は、「障害者自立支援法」で運営されている施設ではありませんが、障害者福祉の変革は、近いうちに救護施設にも一部取り入れられるものと推測されますので、のぞみの家では、利用者の方々の地域生活移行に必要なサービスメニューの提供に努めています。

昨年度は、「居宅生活訓練事業」を行うことにより、3人の利用者の方が地域生活に移行され地域の一員として生活されています。

今年度も、この事業を継続しより発展させたいと思います。また、施設内外での生活を豊かに送っていただくために「音楽療法」を施設プログラムに取り入れました。

利用者の方々の、生活の充実を図るための努力を職員とともにしてまいりたいと考えておりますので、利用者の方々、関係機関皆様のご協力、ご指導を賜りたいと存じますのでよろしくお願いいたします。

平成20年度

4月



5月 家庭連絡会

6月 リハビリスポーツ

7月



8月 センター盆踊り

9月 観 月 会

10月



11月

12月 大 忘 年 会

1月

初 詣

2月



3月



※ 昨年は流しそうめん、たこやきなどをさせてもらいましたが、今年も自治会で話し合ってみんなで楽しめる催しを考えていきますので楽しみにしてくださいね。

行事予定

今年の旅行の予定は

日帰り旅行

- 食事コース(バイキング)
西神オリエンタルホテル
- 買物コース
マイカル明石
イズミヤ玉津
- 観光コース
神戸市立須磨海浜水族園
神戸空港・花鳥園
しあわせの村(入浴)
新開地劇場
- ストレス発散コース
カラオケ

一泊旅行 旅行の月日の予定未定

淡路方面を予定しています

毎月1回

- OT(作業療法士)
PT(理学療法士)支援
- 茶話会
- 全体の話し合い
- セラピードッグ

その他にクラブ活動など

- スポーツレクリエーション
- 生花・書道・陶芸・園芸・
カラオケ・創作工芸・
絵画クラブ等があります

上半期行事写真掲載

平成19年度 行事写真



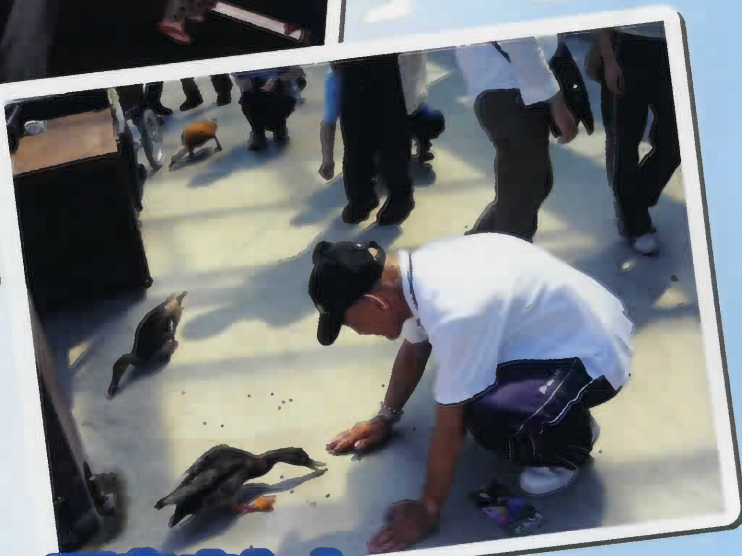
**一泊旅行
赤穂に行ってきました。**



盆踊り大会



**日帰り旅行
花鳥園に行ってきました。**



**今年度も、日帰り旅行や一泊旅行など行う予定です。
お楽しみにしています。**



さだ こうじ
後田 耕司〈課長補佐〉

初めまして。
丹南精明園より転勤してまいりました。長く知的障害者のお世話をさせていただいてました。不慣れなことが多く御迷惑をおかけしますが、よろしくお願いします。



ふくい かずひろ
福井 和宏〈主査〉

まだまだわからないことも多く力不足ですが、一生懸命がんばっていきたく思いますのでよろしくお願いします。



たむら なおひろ
田村 尚弘〈支援員〉

できる限り皆さんの力になれるように精一杯頑張っていきたいと思います。教えていただくことも多々あると思いますので、よろしくお願いします。

新人職員の 紹介と抱負



まえ かわ さち こ
前川 沙智子〈支援員〉

はじめまして。
これからお世話になります。まだまだわからないことがたくさんありますが、元気いっぱい頑張ります！



にし い ゆみ こ
西井 由美子〈支援員〉

袖ふれ合うも多少の縁をモットーに頑張っていきたいと思います。



はやみ けいこ
速見 恵子〈看護師〉



なかうち ともこ
中内 智子〈事務員〉



かさ はら こう いち
笠原 弘一〈主事〉

のぞみの家に勤務して早、2ヶ月になろうとしています。戸惑いながらもようやく利用者の方の名前と顔一致することができる様になった今日今頃です。利用者の方々は様々な疾患や障害をもち様々な歴史を刻んで今こうして縁があって生活をともにされています。その生活が円滑に過ごせる様に他職種の職員と協力しながらサポートできたらと思います。よろしくお願い致します。

4月から家庭介護リハビリ研修センターからのぞみの家に来ました。まだまだ100名近い利用者さまの名前と顔が一致しませんが、頑張っ覚えてる最中です。よろしくご指導を賜りますようお願い致します。

事務所の(かさはら)です。のぞみの家の経理担当をしています。皆さんのお役に立てよう頑張ります。(似顔絵は小3の娘が描いたものです。)



自治会役員紹介



〈会長〉
山口真人さん
努力と道徳を
目標に頑張ります。

〈副会長〉
檜原政子さん
皆で仲良く
過ごしたい。

〈書記〉
蓮菜久美子さん
慣れないが
頑張りたい。

音楽療法活動が始まりました～

利用者の心身機能維持と余暇活動の充実を目的に、音楽療法士の先生に来ていただき活動を始めました。

今後は月に2回程度午後から予定しています。

第1回目は5月1日(木)に2階会議場にて行われました。

みんなで歌を歌ったり、音楽に合わせて楽器を鳴らしたり、参加者は楽しそうに笑顔で過ごされていました。

第1回目に参加された方に感想をお聞きしました。

- ♪ Kさん ▶ 色んな歌を歌って楽しかった。
- ♪ Mさん ▶ 初めてした事なので、新鮮で面白かった。
- ♪ Yさん ▶ みんなで歌を歌って楽しかった。

活動を続けて行く中で、観月会などで活動報告を兼ねて発表していけたらと考えています。





居宅訓練後のインタビュー報告

10月から居宅生活訓練事業を始め、この4月から自立生活をスタートされました。
居宅生活訓練を通して自立生活を始めた感想などをインタビューしました。

Q. 居宅生活訓練を通して、大変だった・印象に残ったことはありますか？

A 今まで行ったことの無い役所や銀行に行って手続きをするのが色々大変だった。

Q. 自立生活をスタートされて、今の気持ちを聞かせてください。

A 自立生活することが昔からの夢だったので夢が叶って嬉しい。

Q. 自立生活を始めて、良かったことはありますか？

A テレビは好きな時間に見られるし、お風呂もゆっくり入れるのが嬉しい。

Q. 自立生活を始めて、心配や困っていることはありますか？

A ゴミの分別の曜日など、生活の身の回りのことで、今まで知らないことや分からないことが色々出てきた。困ったり悩んだ時は、のぞみに来て職員や利用者に話を聞いてもらえるのでありがたいです。

Q. 今後、居宅生活訓練を始めようとしている人にメッセージはありますか？

A ばくでも自立ができたから、次する人は大丈夫だと思います。
始めのうちは不安だと思うけどすぐに慣れると思います。



医務室だより

『生活習慣病とは…?』



自分の責任で行っている
生活習慣が原因で発症する病気

『成人病』という言葉は、文字どおり子どもから成人になるにつれてかかる病気という意味です。しかし、当然のことながら成人になって病気になる人もいればならない人もいます。では成人病の原因は何かというと、加齢よりもむしろ**食生活や運動習慣、職場や家庭などのストレス**といった**普段の生活習慣**であることがわかってきました。そこで『成人病』という用語は『生活習慣病』という表現にあらためられました。『生活習慣病』という言葉は**自分自身が求めて、自分の責任で行っている生活習慣が原因で発症する病気**という意味です。生活習慣病の原因には、生活習慣以外の遺伝的素因や環境もかかわってきます。しかし、自分自身がもっと注意すれば防ぐことができるのです。

『体の負担になる生活習慣』を続けることによって 引き起こされる病気の総称

- 高血圧病・脳卒中・心臓病・糖尿病など、かつて『成人病』と呼ばれた病気
- 悪性腫瘍・肝臓病・腎臓病・骨粗しょう症・メタボリックシンドロームなど



予防対策・進行を抑えるには…? 『運動・食事・休養』

1 適度な運動

- ストレス解消。運動の目的は肥満の解消だけではなく、運動を継続的に行うことで善玉コレステロールが増えることがわかっています。

2 バランスの良い食事

- 食べ過ぎると体重増加、食べるエネルギー量が少ないと、病気に対する抵抗力も弱くなってしまいます。
- 好き嫌いなく残さず摂取する。
- 食事のあいまにお菓子や果物などの間食をとったり甘い飲み物を飲んだりすることもエネルギー量の摂りすぎになりやすいので注意しましょう。

3 体力

- 十分な睡眠を心がけましょう。



上記以外で喫煙・アルコールをやめることで、かなりの予防になり、進行を遅くし、症状を軽くできるようになります。

※「死の四重奏と呼ばれる 生活習慣病」 New fon press社ニュートンムック参照

編集後記



のぞみんごう機関誌・春号の編集を終え、無事皆さんのお手元へ届けることが出来、大変嬉しく思っています。新年度を迎え、職員の異動で何かと忙しい日々が続きました。その中で、利用者さんとともに職員一同が一致団結し、のぞみの家の生活を盛り上げていく為に日々頑張っております。今年もどうぞよろしくお願い致します。