

# みのやま病院 デイケアセンター

Recent News

Spring, 2020

## 個別運動プログラム配布の取り組み

「新型コロナウイルス感染症」の流行が続く中、当デイケアセンターは、感染予防に十分に気を付けながら、サービスの提供を続けておりますが、利用者さんの中には、感染を恐れて長期的にお休みされる方もいらっしゃいます。

最近、「コロナ疲れ」という言葉をよく耳にしますが、外出自粛が長期化すると、知らず知らずのうちに心身にストレスがかかり、体の調子がくるってしまいます。デイケアを長期的にお休みされる利用者さんは体を動かす機会が少なくなり、立つ・座る・歩くなどの「基本的動作能力」や食事を摂る・トイレに行く・服を着替える・お風呂に入るなどといった「日常生活動作能力（ADL）」の低下が予測されます。

そこで今回、お休みされている利用者さんに対して、リハビリスタッフが個別に運動プログラム冊子を作成し、ご自宅へ配布する取り組みを行いました。冊子には、個々の利用者さんに適した運動メニューを写真付きで載せ、「運動方法」・「回数」・「注意事項」などを解説しました。

利用者さんや御家族からは、「コロナで気が滅入っていたけど、また運動する気が出てきた」、「早くデイケアに行きたくなってきた」などと報告の電話を頂きました。

早く自由に外を出歩くことが出来るようになって欲しいものです。



## 異動してきました！



ケアワーカー

やまぐち かずき  
山口 一樹

有料老人ホーム 美華 から異動してきました。利用者さんのために一生懸命頑張ります。どうぞよろしくお願いいたします。

趣味:スポーツ観戦(サッカー、競馬)

## 【デイケアの感染対策】

- ・スタッフ・利用者さん 全員の体温測定
- ・スタッフ・利用者さん 全員のマスク着用
- ・手指消毒の徹底
- ・リハビリ訓練ベッド使用 毎の消毒
- ・頻回な室内換気 など

## 「みのやま農園」始めました

今年の年明けから、デイケア室の裏手に畑づくりの準備を始め、ゴールデンウィーク前に、ようやく夏野菜を植えることができました。

利用者さんが歩行練習のついでに水をやったり、自主トレーニングの合間に成長を眺めたりされています。収穫できるのは七月くらいでしょうか？スタッフも利用者さんも非常に楽しみにしています。



・ミニトマト 4株  
・きゅうり 4株  
・にがうり 3株

歩行練習ついでに  
ちよいと水やり、(^o^)