

リハセン通信

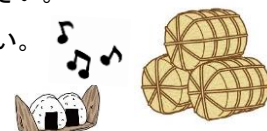
2020年度

9月号

暑かった夏も過ぎ、朝晩の気温も下がり、急に秋らしい季節になってきました。

コロナウイルスの感染拡大予防のために、新潟県内でも様々なイベントが中止になっていましたが、10月10日・11日の2日間に渡って、長岡市の東山ファミリーランドで【長岡米百俵フェス 2020～花火と食と音楽と～】が開催予定となっています。新潟県民限定のイベントであり有名アーティストも参加予定となっているようです。久しぶりの大規模イベントの開催となります。興味のある方は、ぜひ調べてみてください。

一日のなかでも気温差が激しくなってきました。体調を崩されないようご注意ください。



体育館の利用を再開しました！

ずいぶん気温も下がり体を動かしやすい季節になってきました。

今までは、気温の影響もありスポーツレクリエーションでの体育館の利用は中止していましたが、今月末から体育館での体操などを再開しました。

感染予防のもと、しばらく中止していたバドミントンや卓球、バスケットボール、サッカーなどの一部の競技も再開しました。普段のトレーニングとは異なり、利用者同士でシャトルを追いかけて汗を流す様子など訓練の顔とは違った一面が見える場面のひとつとなりました。もともと運動経験が豊富な利用者も多く、障害があっても体は動かしたいと思う利用者も多くいらっしゃいます。気分転換を兼ねて体を動かす機会や、生涯スポーツとして取り組めるように支援していきます！



体重・健康管理に関する認識を促します

リハセンターでの訓練の目的として、自己管理能力の向上が挙げられます。

体の機能面のみではなく、生活リズムの確立・体重コントロール・服薬管理・食事指導・褥瘡管理などに対して、看護師・管理栄養士・リハビリスタッフが連携し、生活状況の聴取を行い PDCA サイクルを通して行動変容につながるように支援を行っています。リハセンターでは、買い物はもちろん、間食や飲酒・喫煙など一定のルールはありますが、自由度が高い施設です。その分、ご自身の自制出来ることも重要になってきます。病院受診もご自身で行う方が多い分、受診日の確認・薬の管理や自分自身の体の状況把握が十分に行える必要があります。

評価結果やモニタリングによって自己覚知を促し、健康管理と職業生活の両立が図れるように支援を進めていきます。



社会福祉法人豊潤舎 **新潟県障害者リハビリテーションセンター**

〒950-0121 新潟県新潟市江南区亀田向陽 1-9-1 (新潟ふれ愛プラザ内)

TEL:025(381)8113 MAIL:n-rihacen@hojunsya.jp FAX:025(381)8117