



ゆくら

みねひやあ

第5号



こころの小箱

日差しがまぶしく、夏到来です。
皆様、いかがお過ごしでしょうか。



長い長いコロナ禍を経て、やっと通常生活に戻りつつありますね。

面会も時間制限、マスク着用はありますが、直接お顔を見てお話できるようになり、利用者様の笑顔も増えてきたと思います。私たちも一緒に笑顔になります。

私は理学療法士としてふぁみりいに就職して17年目になります。

病院、リハビリセンター、通所、訪問リハなどを、茨城、千葉、東京、奈良、福山と場所も変わりながらいろいろ経験させて頂きました。そして、ここが一番長い職場となりました。



私の出身は愛媛です。義母、母とも80代となりながらも、何とか一人暮らしを頑張ってくれています。義母はなかなか介護保険の申請ができなかったのですが、この春やっと受け入れてくれました。まだまだお友達とグランドゴルフを楽しんでいます。物忘れがあったり膝も悪いので、デイケアなどに通って少しでも良くなればと思っています。母は首と腰が悪く、通院でリハビリを受けています。よく電話であちこちが痛い、こんな運動を習ってきたと言っています。電話でその運動の目的や方法を説明し、時にはグチも聞きながら、毎日頑張るよう励ましています。

そんな母たちとやり取りをしながら、自身も利用者様に説明が足りなかったかなと思ったり、こういう説明の仕方だと納得しやすいんだと発見することもあります。母たちには十分に関われないので、そこは愛媛のリハビリ職員にお任せし、私は福山の利用者様たちに母たちへの思いも込め、少しでも楽になったり、動きやすくなるようお手伝いしていきたいと思っています。

これからもどうぞよろしくお願いします。



理学療法士 土居美幸



ご利用者に(こっそり?)聞いてみました!

「好きです! ふぁみりいのこんな事」 テイクア第一弾



仲間と会って 楽しく話す事
顔を見るとホッとして
話がつきません



趣味の将棋で
思う存分 対戦する事
お互い 負ける気はありません
いつも白熱しています



イケメン親子の散髪で
髪も心も
スッキリする事
(週違いで
美人ママもいます)



食事が美味しい事
食べる事で元気がでます
今日は何かな? って楽しみです

不動の一番人気は
「ちらし寿司」
天ぷら カレーも人気です





これって知っ得!



～リハビリパンツのサイズを見直してみませんか?～



リハビリパンツとは、

下着感覚ではけるショーツ型の紙パンツのことです。

☆リハビリパンツは

身体のサイズに合ったものを選びましょう! ☆

脱いだりはいたりする時は

ひとまわり大きめサイズの方が上げ下げしやすい場合もありますが、大きすぎると漏れや不快感につながる可能性があります。

ふぁみりいのトイレやお風呂で

大きすぎる人をよく見かけるので、ぴったりサイズの選択をお勧めします。

リハビリパンツの大きさは

「ウエスト」のサイズに合わせましょう。

メーカーによりますが、SS～LLサイズが展開されています。

もし分からない場合は、ふぁみりいの職員へご相談ください。

試供品もご用意しています。

このサイズがいいと思っていたけれど、大きすぎたんだな。



リハビリパンツの大きは 小を兼ねませんヨ!

☆リハビリパンツと尿とりパッドを併用するのがオススメ! ☆

パンツ内に装着した尿とりパッドだけが汚れた場合にはパッドのみを取り替えられるので、リハビリパンツ代の節約になります。



<編集後記>

今年度から人生初の広報委員になりました。「ネタ集めて大変なのね。」「定期雑誌の編集者さんは、こんな感じなのかしら?」と思いながらも、皆様に楽しんでいただける広報誌作りを目指します!
(中山麻紀)



<ゆっくらみなひゃあ 第80号>

題字：平川フミエ 様

良い体験を
させていただきました。

発行：令和5年7月

発行者：〒720-2104

福山市神辺町道上中ノ町 2977-1

(TEL)084-960-0300

(FAX)084-960-0301



(医) 緑陽会 介護老人保健施設
ふぁみりい