

通所リハビリテーションセンターかみごとう

かみごとう通信



新年度の挨拶

あたたかい日差しが降り注ぐ今日この頃。寒い冬が明けて令和6年度となりました。今年度は診療報酬・介護報酬同時改定があり、かみごとうにとっても変革の年度となりそうです。今後ご利用者おひとりおひとりに寄り添っていきことができるかみごとうであり続けたいと考えています。



今年度はリハビリについてのコラムを連載していきます。

リハビリコラム「作業療法って？」

作業療法

作業療法を行う作業療法士（OT）は、身体障害分野、精神障害分野、認知症分野、小児期から老年期まで様々な場面でリハビリテーションを実施しています。現在在籍している作業療法士はセンター長渡部、本村、小川の3名です。ご利用者ひとりひとりの「やりたい!」「できるようになりたい!」を、体の使い方の練習や代用品を使用しながら一緒に試行錯誤をしてできる方法を考えていきます。



01 環境に合わせた動作練習

万が一の転倒に備えていざり動作の練習を行っています。自宅の環境を把握した上で、必要な応用動作練習を行っています。



02 趣味活動で気持ちも元気に

園芸が生きがいのご利用者と共に楽しむ様子。趣味を通して会話も生まれ、気持ちも元気になります。



03 頭の活性化を促します

記憶力や生活に必要な基本的な能力を維持するため、机上での問題を解いています。「間違えてしまった!」も、頭をととも良く使っています。

家で気軽に
リハビリ!作業療法士
本村優衣

オススメ

認知機能の維持

おうちで日記を書いてみませんか?

日記を書くためには、その日にあったことを回想して思い返す必要があります。

何時に起床して、朝ごはんは何を食べて…と細かく書く必要はありません。

まずはその日の出来事を箇条書きで3つ書いてみましょう。毎日少しずついいので1日を思い返すことが大切ですよ★

医学的にも認知機能に対する日記の効果について証明されています。

新年度を機にぜひ始めてみてください!





バレンタインお菓子づくり



2月14日はバレンタイン！身近な方へ日頃の感謝を伝えられるように源氏パイを思い思いにアレンジしてお持ち帰りいただきました！

STEP
01

湯煎で溶かしたチョコレートをパイに絞っていきます。



STEP
02

お好みのトッピングを乗せていきます。



STEP
03

乾いたものを袋づめしたら完成！



感謝の気持ちは伝えられましたか？

アロマキャンドルづくり



春らしい日が増えてきてワクワクする今日この頃。

彩りきれいなお花を添えたアロマキャンドルを作りました！香りは“しゃきとする香り”と“リラックスする香り”の2種から選びました。かみごとう中にいい香りが漂っていましたよ☆

STEP
01

花材を選びます。



STEP
02

水を少量付けてガラスの内側に貼り付けます。



STEP
03

溶かしたろうをゆっくり流し込みます。このとき火傷に注意します。



STEP
04

ろうにオイルをたらし、混ぜます。



STEP
05

芯を真ん中にそっと置きます。ろうが固まると完成です！

