

“結愛” ~ゆい~



『職員紹介』

今年の6月から介護職員として通所リハビリに所属となりました。渡邊好恵と申します。趣味は書道で、幼児の頃から学んでおり、筆を持つことが好きです。最近ではインスタグラムを始め、墨や筆、作品等を紹介しています。介護職に就くきっかけは祖父が脳梗塞で倒れたことです。まだ介護保険がない頃だったため、家族全員で助け合いましたが、全く介護を知らない私は戸惑う事ばかりでした。病院で働きながら介護を学び、ヘルパー2級から資格を取得し、仕事を覚えていきました。様々な場所で仕事をしてきて、利用者様や職員間でのコミュニケーションの大切さを感じています。「報告・連絡・相談」を大切にしながら利用者様と一緒に楽しく笑える場所に来れるよう努力し、頑張っていきます。

『通所リハビリテーション ~ 9月の制作とレクの様子 ~』



最近、涼しくなり秋らしくなってきましたね。9月は秋の味覚、「ぶどう」を作りました。細い画用紙を巻いてぶどうの実に見立て、房の形に貼り付けました。シャインマスカット・巨峰等、様々な種類の美味しそうなぶどうができました。

レクリエーションでは、腕の運動や集中力の向上の為、ピンポン玉渡しを行いました。



レンゲにピンポン玉を乗せています

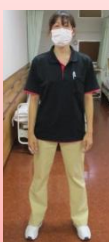


お隣の方へ慎重に…集中しています!!



『転倒予防~筋トレ~』 ※痛みや無理のない範囲で、息を止めないようにしながら運動して下さい。

○体幹のストレッチ・筋力強化



※バンザイが難しい場合は片手ずつ行いましょう。

※片方の手は手すり等の支持物に掴まりましょう



足を肩幅に開きバンザイをして10秒数えましょう。

足を肩幅に開き、後ろを振り返るように身体をひねり10秒数えましょう。