あなたを想う、プロになる

リニエ おたより

2023
5月
MAY

豆知識
昔ながらのおもちゃで
誤嚥予防トレーニング

PhotoTime
M様（80代女性）

ご利用者とともに

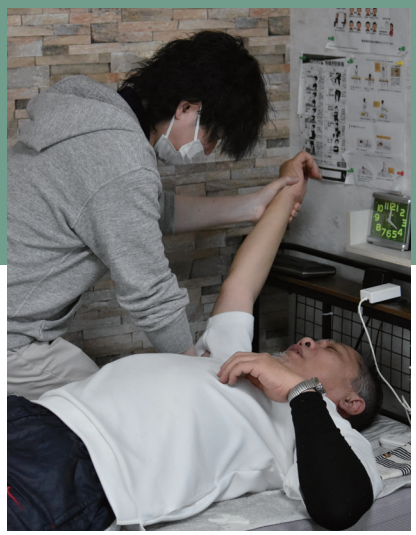
復職を目指し歩み続ける

リニエ訪問看護ステーション四ツ橋サテライト東淀川　理学療法士 小林

株式会社リニエL　大阪市西区北堀江1丁目2-19 アステリオ北堀江ザ・メトロタワー 502　☎06-6531-3505

復職を目指し、歩み続ける

リニエ訪問看護ステーション四ツ橋サテライト東淀川
理学療法士 小林（こばやし）



少しの変化や違和感なども療法士に伝え、その都度、正しい方法を確認し、効果や頻度を相談する。

逆境に立ち向かう日々の努力

Y様は2年半前に脳梗塞を発症され、右半身に強い麻痺を伴っています。なかなか思うように右手が動かせず、歩く時は右足が不安定な状態です。奥様と愛犬のモモちゃんと暮らしているY様は、病前は大工さんとして働き、建築現場で親方さんをなさっていました。復職したいとの強い気持ちを待ち、少しでも現場に関わりたいと熱心にリハビリに取り組まれています。

Y様の思いと理学療法士としての役割

退院後の半年間は「生きても仕方がない」と自棄になっていたとY様は話します。様々な葛藤があったでしょうが、ご自身の状況に向き合われて自主トレーニングに励むようになり、一年半ほど前、私がリハビリを担当し始めた頃に「自主トレーニングでは満足に鍛えられていない」とおっしゃっていた姿は非常に印象に残っています。Y様も自分の性格的にとことんやらないと気が済まないと話されます。その熱意の裏には、「約2年間、何もしていなかった分、リハビリは苦でもないし、鍛えても鍛えても足りない。ほんの僅かでも動かしてやる」という思いがありました。

リハビリにおいてご本人のモチベーションは非常に大切で、リハビリの効果にも大きく関わってきます。しかし、Y様の場合は頑張り過ぎるあまり過剰なトレーニングとなってしまい、筋肉が硬くなるといった逆効果が生まれていました。そこで、まずはストレッチで筋肉をほぐし、小さい範囲での運動を中心に行いながら正しいトレーニング方法をお伝えし、少しずつ筋肉を柔らかくしてご自身で動かしやすい体の状態に整えていきました。

積み重ねた努力と実感

現在は、Y様の熱心なトレーニングとリハビリによって、筋肉の硬さは減り、以前よりも右手を大きく動かせるようになってきています。右足の支えもしっかりしつつあり、バランス良く歩けるようになってきました。日課であるモモちゃんとの散歩で1時間以上歩いても疲れないような体力がついてきています。

ユーチューブやSNSからトレーニング方法を探されるY様の超積極的な姿勢には驚かされることばかりで、改めてモチベーションの大切さに気付かされています。これからも一心に取り組むY様を支えながら、効果的な運動量や正しい方法を伝える役割として真摯に努めていきたいと思います。

理学療法士　小林

リハビリ 豆知識

昔ながらのおもちゃで誤嚥予防トレーニング

言語聴覚士　伏見（ふしみ）

今回は、私がご利用者を訪問して口腔訓練を行うときによく使ってい誤嚥予防トレーニングをご紹介します。昔ながらのおもちゃ、「吹き戻し」をご存知ですか？100円ショップで簡単に手に入るものなので挑戦してみてください。

トレーニング内容

食事の前に行います。
できるだけ息が続くまで、長く吹くようにやってみてください。
目安は、**10回×2セット**です。
しんどくなければ、回数を増やしてもOKですよ！

トレーニングの効果

呼吸機能が向上し、声が出しやすくなったり、口元の筋肉が鍛えられ、飲みこみがしやすくなります。
また、ダイエット効果やほうれい線が消えるなど美容効果もありますよ！

PhotoTime（フォトタイム）

大阪市東淀川区　M様（80代女性）

椿

椿

もみじ

やまぶき

以前からお庭の手入れが趣味で、毎年季節のお花を綺麗に咲かせていらっしゃるM様。今、玄関先にはピンク色や赤色の椿、珍しい白色のやまぶき、新緑のもみじがみられます。M様はご家族の支えとお花の癒し効果で4月からデイサービスも再開され、お元気に過ごされています。

担当：看護師　横山（よこやま）

リニエグループ・リニエシューレ両サイトを公開いたしました

株式会社リニエL　共同広報推進室　新井 沙樹

私たちは、グループ会社とともに地域でのリハビリテーションや医療介護福祉体制の整備に携わってまいり、令和5年4月1日、各社の専門性を高めながらさらに社会に貢献できるよう「リニエグループ」として各社名を統一いたしました。

グループ全体では東北から九州まで70を超える事業所を構え、訪問看護・リハビリを軸としつつ、デイサービスや放課後等デイサービス、就労支援など皆さまの地域生活を支える事業を各地で展開しております。私たちは、グループ一体となり、ご利用者の皆さまが住み慣れた地域でその人らしい人生を全うできる社会をつくること、その人の持つ力や意志を支えることを理念に一層精進してまいります。

それに伴い、ホームページを一新し、リニエグループとリニエシューレの両サイトを公開いたしました。グループサイトでは、全拠点の事業所や、新規開設、イベント開催の最新情報、スタッフブログなどをご覧いただけます。リニエシューレは、認知機能やコミュニケーションなど療法士の専門的な視点からお子さまの学びを支える自費教育サービスを行っております。公式サイトにて詳しい内容や教室をご紹介しておりますので、ぜひご覧ください。

リニエシューレサイト
https://schule.linie-group.jp

リニエグループサイト
https://linie-group.jp

皆さま、こんにちは。リニエグループサイトはご覧いただけましたか？サイト制作時には、訪問に同行させていただいたりリニエ看多機ご入居者にモデルをお願いしたりと、たくさんの方々に撮影にご協力いただきました。ご利用者の皆さまとスタッフの姿からは、お互いへの思いやりや信頼が伝わってきて心があたたかくなります。処置を行う真剣な眼差しや、ふとリラックスして談笑しあう朗らかな笑顔など、素敵な一瞬をプロのカメラマンさんに収めていただきました。私も写真からその場の空気を伝えられるような撮影技術を磨いていきたいです。サイトをご覧になりご存知のスタッフを見つけた際には「発見したよ！」と、ぜひお声掛けくださいね！

リニエグループ広報 新井

・・・リニエおたよりへのご意見、ご感想はこちら・・・

リニエおたよりは皆さまとともにつくる広報紙を目指しています。ご意見、ご感想などございましたら、郵送・メール FAX・スタッフへのご伝言など、様々な方法でお待ちしております。

【リニエグループ広報】　メールアドレス：pr@linie-group.jp　FAX：06-6684-8906