

あなたを想う、プロになる



# リニエ

お

た

よ

り

2024

11月

NOV

## 「訪問リハビリでつなぐ信頼」

私は以前病院に勤めていましたが、患者様との関わりが限られている中、退院後の生活に合わせたリハビリを提供してきました。しかし、患者様の生活により密着し退院後も継続してサポートしていきたい気持ちが大きくなり訪問リハビリのお仕事を選びました。ご利用者一人ひとりの目標に寄り添い、日々のリハビリを通じて信頼関係を築いていけるよう心掛けています。最初はなかなか話せなかった目標や悩みも、リハビリを続ける中で少しずつ共有でき、できなかったことができるようになる喜びを共に感じられることが、私の大きな励みとなっています。そして、リハビリでは身体的なサポートにとどまらず、心のケアも大切にしています。ご利用者のモチベーションを維持するため、日常生活動作の練習や個々に合った運動プログラムを作成し、きめ細やかなケアを提供しています。ご家族やご友人の方々とも連携し、ご利用者がより豊かな生活を送れるよう皆さまで一緒に目標に向かってサポートさせていただきます。ご利用者の「できるようになった」という言葉が、私の何よりの励みです。これからも、皆さまの笑顔のために、全力を尽くしてまいります。

リニエ訪問看護ステーション河内長野  
理学療法士 有地 瑠衣



## リニエ看多機河内長野 「秋の大運動会」

Linie



10月18日（金）リニエ看多機河内長野で運動会を開催しました。ご利用者の皆さまは紅組と白組に分かれ、「玉入れ」「スリッパ飛ばし」「お手玉運び」の3種目で熱戦を繰り広げました。「玉入れ」では白組が勝ち、「スリッパ飛ばし」では紅組が勝利。勝敗の行方は最後の「お手玉運び」までもつれ込みました。「お手玉運び」では大きな歓声が上がり、施設全体が一体となって盛り上がりました。今年は白組が見事勝利し、喜びの声と悔しさの声で施設中がにぎやかに響き渡っていました。また、最後にはスタッフが「マイムマイム」の曲に合わせてダンスを披露し、笑いの中、運動会を閉会しました。

介護職員 池田

リニエ看多機河内長野（旧：看護小規模多機能かなえるはーと）

〒586-0038 河内長野市上原西町25-1 tel: 0721-26-8383 fax: 0721-26-8384

【instagram】



## リニエ訪問看護ステーション河内長野 「深呼吸でリフレッシュ!!」



Linie

11月になり、朝晩の空気の冷たさを感じる季節になりました。季節の変わり目である秋は、「日照時間の減少」・「気温差が大きくなる」・「夏の冷えの影響」などで疲れがたまりやすく、体調不良になりやすい時期です。そのような時期におすすめのリフレッシュ方法は、1日1分間でよいので意識してゆっくりと「深呼吸」をすることです。酸素をたくさん取り込むことで、疲労回復やセロトニンという幸せホルモンの分泌促進などの効果があります。副交感神経が優位になり、体がほぐれてストレス状態も落ち着きます。日常に深呼吸を取り入れて、リフレッシュしてみるのはいかがでしょうか。

作業療法士

リニエ訪問看護ステーション河内長野（旧：訪問看護ステーションかなえるはーと）

〒586-0038 河内長野市上原西町25-1 tel: 0721-26-8383 fax: 0721-26-8384

リニエ訪問看護ステーション河内長野 サテライト富田林

（旧：訪問看護ステーションかなえるはーと サテライト富田林）

〒584-0006 富田林市旭ヶ丘町12-14 tel: 0721-26-3100 fax: 0721-26-3200

【instagram】





あなたを想うプロになる

# リエ

お

た

よ

り

2024

11月

NOV

## 「訪問リハビリで、笑顔あふれる毎日へ」

私は在宅支援に強い興味があり、病院とは異なる環境での新たな挑戦として訪問リハビリの道を選びました。訪問リハビリでは、ご利用者がご自宅で安全かつ自信を持って日常生活を送れるようにサポートすることに力を入れています。私は、日常生活動作（ADL）の改善に重点を置き、食事や入浴といった基本的な動作が無理なく行えるよう支援することを重視しています。ご利用者の体力維持や筋力・柔軟性の向上を目指したオーダーメイドのリハビリプログラムを提供し、日々の生活に必要な体力作りをサポートしています。また、ご自宅で快適に過ごせるよう環境調整や福祉用具の提案も行い、日常生活の質を高めるため、手すりの配置や歩行補助具の選定など、ご利用者の生活がより安心・安全になるよう具体的にアドバイスしています。私は「チャレンジ精神」を大切に、常に新しい方法や視点を取り入れることで、最適なリハビリを提供できるよう心掛けています。「どうすればもっと快適に生活できるか」「どうしたらご家族も安心して過ごせるか」を常に考え、一人ひとりに必要とされるリハビリを提供していきます。

リエ訪問看護ステーション美原  
作業療法士 下地 辰弥



リニエ看多機美原

## 「白熱！大運動会」



Linie

接戦の末、  
今年は紅組の  
勝利となりました！



10月16日（水）に毎年恒例の「運動会」を開催しました。秋の味覚豊かな手作り弁当で昼食を楽しみ、「美味しい」と大好評の中、午後から赤組と白組に分かれて競技が始まりました。最初の「紙コップの的当て」では、工夫を凝らしながら紙コップを倒す姿に歓声が上がリ、続く「棒送り」では、声を掛け合い協力しチームの絆が深まる場面がありました。「玉入れ」では、投げた玉がどこかに転がり行方不明になるハプニングもありましたが全員で探しだし、見つかったときには「そこだ」の声で、会場全体が一体となって盛り上がりました。接戦の末、2点差で赤組が勝利し、お互い健闘をたたえ合い温かい拍手で運動会をしめくくりました。

介護職員 井上

リニエ看多機美原（旧：小規模多機能あんはーと）

〒587-0043 堺市美原区青南台2-13-22 tel: 072-362-3033 fax: 072-362-3044

【instagram】



## リニエ訪問看護ステーション美原 「深呼吸でリフレッシュ！！」



Linie

11月になり、朝晩の空気の冷たさを感じる季節になりました。季節の変わり目である秋は、「日照時間の減少」・「気温差が大きくなる」・「夏の冷えの影響」などで疲れがたまりやすく、体調不良になりやすい時期です。そのような時期におすすめのリフレッシュ方法は、1日1分間でよいので意識してゆっくりと「深呼吸」をすることです。酸素をたくさん取り込むことで、疲労回復やセロトニンという幸せホルモンの分泌促進などの効果があります。副交感神経が優位になり、体がほぐれてストレス状態も落ち着きます。日常に深呼吸を取り入れて、リフレッシュしてみるのはいかがでしょうか。

作業療法士

リニエ訪問看護ステーション美原

〒587-0043 堺市美原区青南台2-13-22 tel: 072-362-7155 fax: 072-362-3044

【instagram】

