

あけびだより

No. 245

2025年3月1日発行

URL <http://www.akebi.or.jp/>

令和7年3月



絵画教室

牛尾節子氏

あけび第三のデイサービスがOPEN

～予防介護・予防医療で超高齢社会の波を乗り越えよう～

「リハビリデイサービスあけび」が4月1日に開所します。

きっかけは、心身活性化療法（温熱療法・フィンガースポーツ・フラハンド有酸素療法）を認知症対象に行っていたデイサービスの業務を引き継いだ事です。以前より若年性パーキンソン病や、軽度パーキンソン病を対象とした予防介護・予防医療に携わってみたいと考えていたので、5月にあけびの里別館が開所予定で、慌ただしく準備を進める最中ではありますが4月の開所に至りました。温熱療法はデイサービスあけび開所当時から始め、約20年間ボランティアさんの協力で続いています。温熱療法は遠赤外線温熱装置で温めた特性の活性麦飯石マットを使用して体を温めながら適度な刺激を与えます。効果としては、深部体温の上昇、体の緊張や痛みを和らげる、また自律神経の働きを改善します。自律神経に左右されるパーキンソン病にとっても有効な療法です。脳（前頭前野）の血流が活発になり、認知機能の衰えを遅らせる効果に繋がります。上記の事より認知症に効果があったのも納得出来ます。

「リハビリデイサービスあけび」は、リハビリを目的としたデイサービスで予防介護・予防医療に重点を置きます。専門的な事はセラピスト（理学療法士・作業療法士・言語聴覚士）や看護師に気軽に相談しアドバイスが受けれる協力体制を備えています。

しかし、リハビリテーション＝専門職による機能訓練だけではありません。単なる機能回復ではなく「人間らしく生きる権利の回復」「自分らしく生きること」が重要で、そのために行われるすべての活動がリハビリテーションです。さまざまな職種の連携により成り立つのであけびでは多職種で皆様を支えて行きます。

リハビリテーションと心身活性化療法を組み合わせ、からだの強化だけではない運動療法の効果で脳と心と体を楽しく活性化し「生活の質向上」と「健康寿命を延ばす」お手伝いができればと思っています。

「デイサービスはまだ早いなあ」と考えておられる方へ
元気な方が病気にならない様に、既に病気をお持ちの方は病気が進行しない様に、今から運動習慣を身につけると共に、いつでも誰かに相談できる環境を作りましょう！！

※見学会を行います。是非お立ち寄りください。

日時 3月26日(水) 10:00～15:00

場所 姫路市花影町4丁目9番地クラウンビラ花影1階

認定・特定非営利活動法人あけび

認定・NPO法人あけび 事務所
TEL 079-262-6702 FAX 079-262-6703
グループリビングあけびの里

TEL 079-262-6707 FAX 079-262-6703
訪問介護ステーションあけび
TEL 079-262-6702 FAX 079-262-6703
Mail: akebi-herupa@akebi.or.jp
〒672-8064 姫路市飾磨区細江473-10

通所介護デイサービスあけびの実
〒670-0804 姫路市保城363番地の3
TEL079-280-6931 FAX079-280-6932
Mail: akebi-no-mi@akebi.or.jp

通所介護デイサービスあけびの輪
〒670-0952 姫路市南条1丁目101-1
TEL079-284-0055 FAX079-284-0056
Mail: akebi-no-wa@akebi.or.jp

訪問看護ステーションあけび
〒672-8064飾磨区阿成植木836番地A号
TEL 079-262-6708 FAX 079-240-6765
Mail: houkan@akebi.or.jp

リハビリデイサービスあけび
〒670-0047 姫路市花影町4丁目9
クラウンビラ花影1F
TEL079-290-5184 FAX079-294-5180

あけびの実



お誕生会

スイーツタイムの三名の方が来て下さいました。素敵なギター演奏と素晴らしい歌声で皆さんウツトリ。全員で東北大震災の「花」を歌い、最後は「サライ」を、、、感激、感涙のお誕生会となりました。



♪PDダンス

少し音が小さかったのですが、「こんな早い動き出来ないわ」と言われながらも、上半身のダンスはテレビを観ながら、しっかりとされていました。



♪節分行事

関西圏においては、患方に向かって太巻き寿司を無言で頬張りながら食べるという食文化、風習があります。あけびでもお昼に西南西に向かって巻きずしを食べました。「鬼は外！福は内！」力強い掛け声に思わず赤鬼も退散していきましたよ。



♪ルネエ卓球

月に2回、2時間体育館を借りて卓球に励まれています。寒い時期ですが、身体を動かせばポカポカ温まりますよ。皆さんお気軽にお越しくださいね。



♪歩行練習

2分30秒、音楽に合わせてワンツー、ワンツー、リズム良く歩いています。歩行が不安定な方は平行棒の中で足踏みをして頑張っておられます。



♪作業療法

春の壁面制作に取り組まれています。桜の花びらをトイレトペーパーの芯を使って表現。折り紙を貼って絵の具で色付け。今から桜の花が満開になるのが楽しみです。



♪全体体操

毎日、午前中、午後と全体体操頑張っています！しんどい時も仲間がいるから頑張れる！！

山本文子氏

そ手
びあ

春名正興氏

連
山

あけびの輪



★今月のちぎり絵は、ふくよかな愛らしいお雛さまです。俳句は、高野房代様です。



★2日節分は日曜でしたので、3日立春の日に豆まきをしました。お昼は巻きずしをいただき、午後から利用者さん手作りの鬼の面を被り、甘納豆で♪鬼は外 福は内♪ 邪気を祓いました。



★温熱療法を実施しています。主な目的は、疼痛緩和・血行の改善・代謝亢進・腫れの軽減・リラクソ効果などがあります。

★誕生日会Partoは、『しらさぎマジック研究会』の皆さまにマジックショーをご披露していただきました。手品師さんの巧みな技で一瞬にして魔法にかけられ、驚きの連続でした。

★誕生日会Partoは、真冬の大会！！ 競技種目は50メートル走に輪っかりレー、玉入れ。寒さを吹き飛ばし奮闘されました。



★空き時間に自主リハビリ（階段昇降・自転車こぎ）をされています。継続は力なり！！

★午後は、いろいろなレクリエーション（ティッシュ飛ばし・わんこそばゲーム・豚のしっぽ・風船パレー・テーブルホッケー等）をしていただきました。楽しみながら、リハビリになるよう工夫しています。



柳澤ひろ子氏



小林裕子氏



田中千満氏



Y・M 氏



グループリビングあけびの里

人生会議始めませんか

先日、サービス担当者会議に出席し人生会議のパンフレットを紹介し、元気な今のうちからもしもの時どうするか考えておきませんか？何を大切に、どう生きたいか一緒に考えませんか？と人生会議についてお話をしました。

「元気だからまだまだ先の話ね」「もっと弱ったら考えるわ」とまだ大丈夫。自分には関係ないという雰囲気でした。しかし、人生会議は健康な段階にいる人から人生の最終段階にある人まですべての人が対象です。元気で判断能力のある時から前もって希望するケアや医療について考えておきましょう。そして大切な人にその考えを伝えておきましょう。縁起でもない話や、まだ先の話ではなく人生会議を身近に感じていただくことが、まず第一歩だと思っています。自分らしく生き抜くきっかけとして一緒に人生会議をはじめませんか。

※ACP（アドバンス・ケア・プランニング）
愛称「人生会議」とも呼ばれ将来の医療やケアについて前もって話し合い、共有する取り組みです。（T/M）



★兵庫県立リハビリテーション西播磨病院の水田先生をお招きし医療相談会を開催しました。空き時間に全体的な医療座談会をし、皆さんと病気の理解を深めました。

お知らせ

パーキンソン病友の会 姫路ブロック

*3月患者・家族交流会

- [日時] 3月16日(日)13:00～15:30
- [場所] あけびの実
- [会費] 1家族 500円
- [連絡先] TEL280-6935 FAX280-6932



「卓球クラブ」3月練習日

- 3月4日(火) 18日(火)
- 場所：ルネス花北体育館
- 持物：上靴・ラケット
- 連絡先(280-6931)

法人通常総会

- 5月25日(日)13:00～
- 場所 あけびの里別館
- 詳細については別途連絡致します。

富山の中川様の指導によるアート系脳リハビリ臨床美術が開催されました。



♪友の会での臨床美術体験

「本当に絵が苦手です・・・」と言われていた方もほんの1時間程で、筆やスポンジを使って個性あふれる桜の絵が完成しました。その桜をどうイメージして描いたのが、みんなの前で発表するまでが臨床美術です。講師の中川さんの迫力あるトークも手伝って、とても楽しい時間となりました。

♪あけびでの臨床美術体験

真っ黒い筆で桜の木を書き始めたときは、どうなるのかと心配していましたが、真っ黒い大木の上に花や細い枝が乗っていく中で樹齢何年？というくらい立派な大木に変貌していきました。桜を描くとわかっていても、全貌の創造が全くできない中で、白やピンクの色を乗せていきます。あらあら「なんということでしょう」どれもみな立派な桜の木に変貌したではありませんか。感想の中で思い出を話されるときは、「あの時の、あの木」とはっきりとしたイメージをもって話されます。上手下手がありません。どの木も素晴らしく、感動を与えました。

