

とれさぽ通信

発行
2025年2月15日

第07号



〒250-0126
南足柄市狩野494番地川下ビル1階
発行者: 合同会社とれさぽ
運動器機能向上型通所サービスとれさぽ
電話: 0465-46-6591
FAX: 0465-46-6592

ご利用者一人ひとりに
合わせた運動プログラムで
目標達成を支援



【介護のチカラで南足柄を

一番にする会 NEXT10研修会】

【股関節人工関節の脱臼リスクについて】

【人工股関節は術後3か月以内が一番脱臼しやすい】

転倒により股関節の頸部骨折をされたり、臼蓋形成不全により生まれつき股関節のはまりが浅い方いたりします。そのことが原因で変形性股関節症になり、手術を余儀なくされることがありますが、人工股関節全置換術は下肢の使い方によって脱臼することをご存じでしょうか？また術後3ヶ月以内が最も脱臼しやすい時期だと言われてい

ます。医療で術後、適切に説明を受けた利用者であっても、在宅に戻ってくればそんなこと忘れてしまったり、そもそも理解が進んでなかったりすることがあります。早期退院で2週間または1か月で在宅に戻ってきた。なんて利用者にはまだまだ脱臼しやすい時期が2か月も残っていることとなります。

【切開した場所が前か後ろで脱臼肢位が変わる】

手術で切開した場所が前(前方アプローチ)か後ろ(後方アプローチ)なので脱臼しやすい脚の肢位が変わります。



介護の「チカラ」、介護に「チカラ」



私たちは3つの「チカラ」をもつことを目指し、住民の方と共に「チカラ」ある南足柄をつくりたい。
感性(気づき)のチカラ
 人の強みに目を向け、客観的に自分を見つめることで、ひとりでないことに気づくチカラを大切にします。
表現のチカラ
 相手の心に寄り添うことのできる気持ちのケアと、常に自分を振り返り根拠を持ってケアするチカラを大切にします。
信頼のチカラ
 住み慣れた地域の暮らしを支え、有事の際にもケアワーカーとして頼りになるチカラを大切にします。

NEXT 勉強会

日時：2月18日(火) 19時～20時

現場の「困った」を解決します！ 会場：りんどう会館

「認知症介護のアップデートその⑧
～認知症のはなし」



講師 丹野 智文 氏

認知症当事者の貴重なお話を伺えます！

リモート出演！

39歳で若年性認知症の診断を受け、現在も企業で働きながら、当事者の支援や認知症の啓発活動を行い、全国で講演会をしています。また、2023年には、丹野さんの実体験をもとにした映画「オレンジ・ランプ」も公開されました。認知症の当事者である丹野智文さんの体験を通じた貴重な話が聞くことができます。

《今年度、リモート配信はお休みです》

コロナ禍をきっかけに始めてきた「ZOOMでの配信」ですが、一旦お休みいたします。

皆さまに会場に集まっていたいただき、講師の方々や参加者同志の交流もしていただけたらと思います。

忙しい時間帯での開催、参加できない人もいるかと思っておりますので、後日の配信も考えています。引き続きNEXT10勉強会よろしく申し上げます。

NEXT10 運営スタッフ 募集！

皆さんの得意を生かして、NEXT10の運営を一緒にしませんか？楽しい交流会もあつたりします。

《参加お申込みはこちらへ》

①氏名 ②連絡先
を社協までご連絡ください。

南足柄市社会福祉協議会

電話：0465-72-2299

Fax：0465-74-3276

E-mail：minamivc@muse.ocn.ne.jp

Facebook用 QRコード

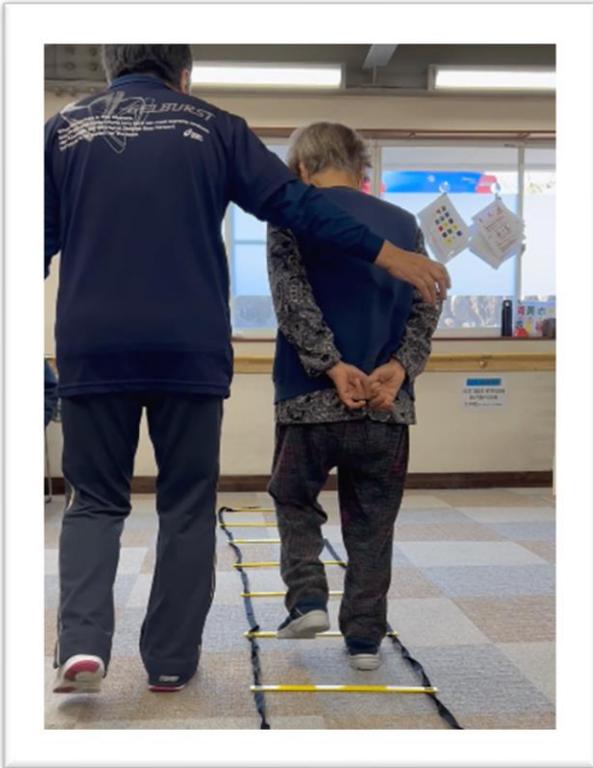
LINE用 QRコード



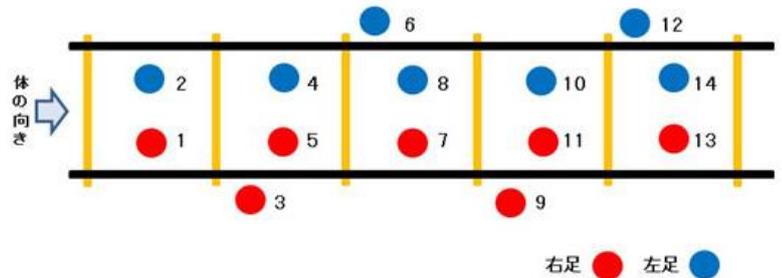
「オレンジランプ」で知られる若年性認知症の当事者である「丹野 智文」さんにズームでつないでお話を聞いていきます。

運動・機能訓練の様子

ラダーを使ったトレーニング



はしごのような器具を置いてリズムよくステップを踏むラダートレーニングというのを運動で行うことがあります。ステップは踏み方によって難易度が変わり、とつても頭を悩ませますが、**認知機能の低下予防**や**転倒予防に必要なステップ反応**に良いトレーニングになっています。



こんな感じでステップを踏む

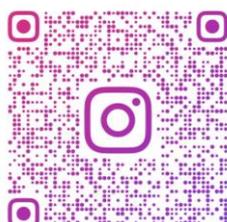
運動後のレク！手指の作業訓練としても👍



【目標達成への最適解！】

当デイサービスはご利用者の生活(自立)目標達成のために利用者ごとに個別訓練メニューを作成しています。また目標達成や生活課題を解決するべく、最適解に向けて入念に身体機能を評価し、何が原因で、どこに、どのようにアプローチするかをスタッフ全員で考え、実行⇒検証の繰り返しでアセスメントに磨きをかけています。

インスタ始めました！！



@KAIGOYOBO_TORESAPO

@LOCOMO_PERSONAL_GYM_TORESAPO

新企画！新しい運動教室のお知らせ

【(仮)介護保険に頼らない

少人数制介護予防トレーニング教室！】

2025年4月～介護保険を使わなくても介護予防が行える運動教室を始めます。この運動教室の目的は市内の要支援1や事業対象者の認定を受けていても週に1回しか通えない人や、1箇所しかデイサービスも通えないから運動をする機会が確保できないなどで運動機能維持が図れない人を対象にした介護予防トレーニング教室です。

また、地域に様々な運動を提供する社会資源があるけどもなかなか一緒に行えるほど機能が低いなどで参加できない話もよく耳にします。

そんな人が利用できる運動教室にしたいと考えています。

開催日時:第1・第3土曜日13:30～15:00

場所:運動器機能向上型通所サービスとれさぼ

定員:5名

利用料:2,500円/回

送迎:あり(送迎付きの場合は+500円/回)

対象:要支援1または事業対象者

指導者:健康運動指導士 金盛 智也

パーソナルトレーニング募集

医療的配慮や運動器障害のリスク管理が必要なハイリスクな高齢者に合わせ個別の運動指導を行っています。送迎・出張(別途費用)もOKです！！