



# 「海」NEWS

リハビリデイサロン「海」2店舗の情報を毎月発信します。

## 来年のスローガンが決定しました！！

皆様のご協力もあり、2店舗合わせて約200ものスローガンがありました！  
本当にありがとうございました！  
頂いた内容をまとめ、12/15に開催された2店舗全スタッフによる合同ミーティングで2024年スローガンを下記の通り決定いたしました。  
採用されたお二人には50P進呈いたします。

**2024 根岸店スローガン「海で作ろう元気な身体」武次和代様作品**

**2024 三春店スローガン「海に来て元気な身体をとり戻そう」上平シマ子様作品**

## 根岸店の定員が首都圏最大級の120名になりました！！

新型コロナウイルスも落ち着き、夏過ぎより午前は利用定員の100名近くの利用者様が来られています。  
今月レイアウトも変更し、より多くの利用者様が利用できるように体制を整えましたので利用定員を増員させて頂きました。根岸店の最新の利用店員は以下の通りです。

### 【平日午前の部】

09:00～12:00 (1単位目) 利用定員 120名

### 【平日午後の部】

13:45～16:45 (2単位目) 利用定員 120名

### 【土曜日午前の部】

09:00～12:00 (3単位目) 利用定員 50名

### 【土曜日午後の部】

13:45～16:45 (4単位目) 利用定員 50名



## 4月に介護保険制度の改正が行われます。

令和6年4月は3年に1度の介護報酬改定が行われます。  
以前より様々な情報が流れておりますが現時点で明確な決定は伝わっておりません。  
確実に言えることは「ご利用料金に変更がある」ということです。  
詳細が分かりましたら「海」NEWSでお伝えするとともに4月以降の料金改定についてご説明をし同意を頂く予定となっておりますのでご承知おきください。

## MIHARUのフロア概念が今後変わります。

令和6年3月～4月(目標)より、リハビリデイサロン「海」MIHARUのフロア考え方が変更になります！  
今までは1Fを希望された場合は2F-3Fフロアが利用できず、逆に2F-3Fを希望された方は1Fを利用できませんでした。今後は全利用者様が全てのフロアを利用できるようになります。  
各フロアごとに今までよりも更に特色を強化し、リハビリも兼ねて根岸店のようにエレベーターだけでなく階段でのフロア移動もプログラムに追加していきます。(雨天時中止) 理学療法士3人と非常勤作業療法士による訓練方法にも変化が出てきますので事前に利用者様にお伝えします。

3F	<b>2F-3F合計45名</b>
前後半でフロアの入替えを行います。	
2F	<b>2F-3F合計45名</b>
前後半でフロアの入替えを行います。	
1F	<b>24名</b>
1Fフロアで3時間で訓練を行います。	



3F	
2F	<b>1F-2F-3F合計69名</b>
1時間おきにフロアを移動します。	
1F	

リハビリデイサロン「海」MIHARU

横須賀市根岸町3-1-3  
117-116

0044618845167111

最近Instagramにも力を入れています！  
雰囲気味わっていただくためにもリール(動画)も増やして投稿していますので是非フォローをお願い致します。



チャンネル登録をお願いします！



自立した生活に戻りたい / 自立した生活を続けたい

# Life with Rehabilitation

PHOTO BY FOOTARTIST JUN (根岸店秋山相談員)

今年も一年間走り続けます！！

謹んで新年のお祝辞を申し上げます  
旧年中はひとかたならぬご厚情を賜り、誠にありがとうございました。  
本年も相変わらず、よろしくお願ひいたします。  
皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。  
令和六年 元旦

拝啓  
時下ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。  
平素は格別のご愛顧を賜り厚く御礼申し上げます。  
この度株式会社海では、2021年より、全体的にお得意様に対し  
年賀状によるご挨拶を控えていたこととなりました。  
近年のデジタル環境への移行、自然環境意識の高まりも鑑みつつ、  
年賀状を控えていたことになりましたことをご案内申し上げます。  
何卒ご理解賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。  
敬具





# リハビリデイサロン「海」MIHARU 最新情報

## 2024年スローガン 「海に来て元気な身体をとり戻そう」



「すかなごっこで買物訓練&歩行訓練」  
「すかなごっこ」とはよすかの大地に育まれた新鮮野菜の「すかなごっこ」を味わって欲しいという想いから生まれた造語。\*「ごっこ」には「ごっこごっこさま」という意味もあるそうです！  
実際、買い物には様々なリハビリ効果があります。大きく分けて①運動機能の向上②認知機能の向上③社会参加の促進を通して、心身共に介護予防効果があると言われております。ただ、実際にご利用者さまの様子を見ていて感じたことは、上の3つのリハビリ効果だけではなく利用者様の生活の変化があるということでした。  
みなさん楽しんで商品を見て考え、お金の管理をする。といったように社会参加などに関してもしっかりとリハビリできたと思います！また開催するので、リハビリに対する気持ちなどを変えて頂きたいからこれからの生活を楽しくして頂きたいと思っております。

3階フロアには職員が毎月季節ごとに様々な飾り付けをされているコーナーがあります！時には利用者様が製作された物も飾ってあります！季節で変わるので、もうすぐそんな時期になるんだなと利用者様同士で話をしたり、ご自身の携帯で写真を撮ったりと色々な方法で楽しんで頂いております★2・3階をご利用されている方や、三春店に見学に来られる際はぜひ注目してみてください！

「季節の飾り」

☆ノロウイルス：罹患すると嘔吐や下痢などの激しい胃腸症状を引き起こします。嘔吐物・便から感染することが多いです。私達職員も感染対策が出来ないように先日研修を行いました。看護師による説明や実際に吐しゃ物の処理の仕方など理解していると思ったことも再確認できると良い研修になりました！

【高齢者が冬に気をつけたい健康管理】

- ヒートショック
- 脱水
- インフルエンザ
- ノロウイルス

「冬に気をつけたい健康管理」  
気温が下がりが乾燥する冬は、ヒートショックやウイルス性の感染症などがみられますのでいくつか紹介させていただきます！  
☆ヒートショック：室温の急激な変化で血圧が著しく変動し、心筋梗塞や脳梗塞、めまい、失神などの症状が現れることです。浴室やトイレといった気温が低い部屋には暖房器具を設置し、しっかりと水分を摂る、熱すぎるお湯には浸からない、長湯をしすぎないといったことに気をつけましょう。  
☆インフルエンザ：咳やくしゃみと一緒に広がっていきます。流行している時期には人混みを避け、外出するときはマスクをつけることが大切です。手についたウイルスから感染することを防ぐために、手洗いもしっかりと行いましょう。

開始肢位

体をひねらずに、お尻を壁に近づけながら、手を上方に挙げていく。

まずは麻痺側から始めて、効果を感じられなければ、反対側もやって下さい

「お化粧&撮影会イベント」  
女性利用者様向けにお化粧&撮影会イベントを開催しました！  
『この色の方が似合つかしら』『まゆ毛かくのつて難しい』『お化粧すると気持ちがいい』『自然と笑顔になっちゃう』『次回イベントでこのお化粧用品を買いたい』と、鏡を見ながら整容訓練。お化粧後は写真撮影をしました。おしゃれなお洋服を持参され着替えて写真撮影される方もいました。  
身だしなみを整える習慣を持つことが出来ます。気持ちの前向きになり、ご家族様やご友人様と外出するきっかけになって頂けると嬉しきです。1月にはお化粧品を買いに行くとイベントを開催します！

「海」新春見学会開催のお知らせ

OT(作業療法士)による新シーズンの体験と説明会  
2024.1.17(水) / 2024.1.24(水)  
12:15~13:30の時間帯で開催

1月よりマスターゾーンとやる元気ゾーンOPEN

リハビリデイサロン「海」は、自立した生活に向けて訓練強度を上げたいという利用者様からの要望にお答えする形で、令和6年1月より独自のTRXやマットトレーニング等を行うマスターゾーン、ツツを使用し今までよりも更に強度を上げた運動を行うやる元気ゾーンをOPENします。  
そこで、作業療法士による新シーズンの体験説明会を開催致しますので、作業療法士「海」にいらしてしてください！

開催日時：令和6年1月17日(水)  
一部：12:15~12:45 / 二部：13:00~13:30  
令和6年1月24日(水)  
一部：12:15~12:45 / 二部：13:00~13:30  
開催場所：リハビリデイサロン「海」 根岸店  
※参加費無料  
対象者：介護職員・三春市内・黒山町で勤務するケアマネジャー様

★自立度の高い利用者様向けオリジナル新メニューの体験  
★「海」で取り扱っている商品(一部)の試食お土産付き

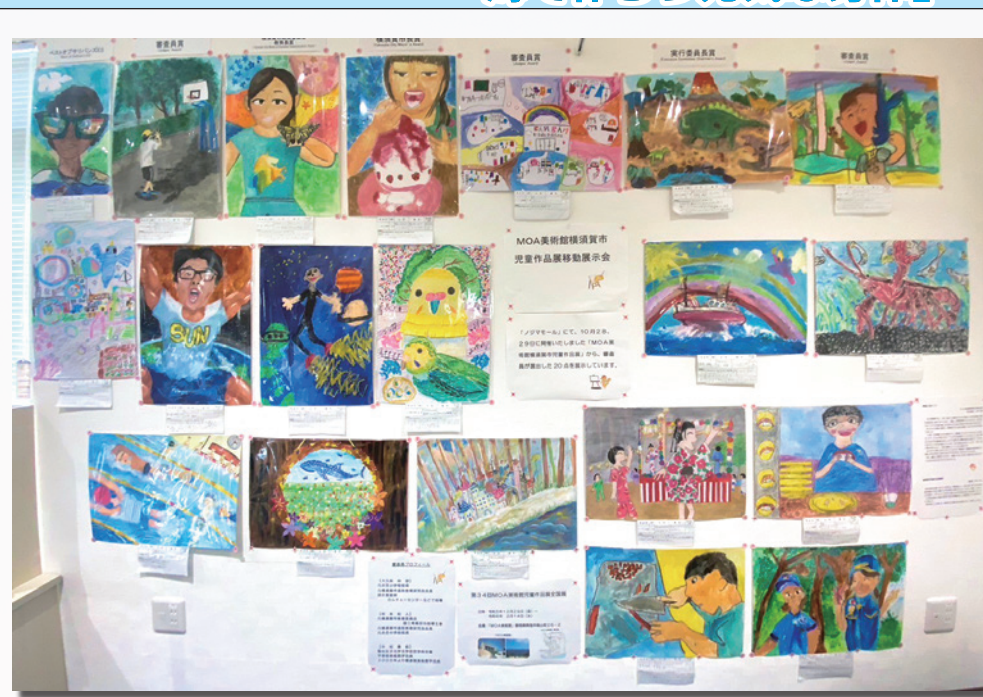
【取組施設】高槻園コーナ(ファミマ)、出穂ベーカーリー・サワルト

FAX申込書

1.17日(水) 見学会に参加する	1.24日(水) 見学会に参加する
氏名	
参加時間帯	一部(12:15-12:45) / 二部(13:00-13:30)
指定席への希望	希望する( ) / 希望しない( )

# リハビリデイサロン「海」根岸店 最新情報

## 2024年スローガン 「海で作ろう元気な身体」



「MOA美術館横須賀市児童作品展」  
前回の広報誌で告知をさせていただいた「横須賀市児童作品展(絵画展)」の優秀作品展展示会が1月27日(月)~1月28日(金)の2週間根岸店にて開催されました！  
デイサービスに通いながら地元の子供たちの作品に触れる。地域に密着した素晴らしい形です☆個性的な作品も多く、利用者様も興味津々に作品を眺めていらつしやいました！芸術の秋にふさわしい素晴らしい催しとなりましたが、またご縁があれば同様の機会を設けていきたいと思っておりますので乞うご期待です！

「土曜日のご利用について」  
おかげさまで平日は100名に到達する日も出てきました！今月からは平日利用定員増も実施しています！  
そこで、にぎやかすぎるのが苦手な方へ改めて土曜日の周知をさせていただきます！  
☆土曜日は現状、30名弱の利用状況で平日と比較するとゆったりと過ごせるプログラム設定になっています！  
(※将来的には120名に増やす予定です)  
連絡ケースの中にもお便りを封入させていただきましたが、ご検討いただき、希望される方はスタッフまでご相談ください！送迎の兼ね合いで必ず受け入れられるわけではないのでご理解ください。



「アロマハンドマッサージ」  
根岸店の新たなスタンダード特典として、「アロマハンドマッサージ」が始まりました！  
リンパトリートメント師・アロマセラピスト資格を保持しているスタッフの大越さんが丁寧なハンドマッサージをしてくれます☆  
効果として、血流が良くなり浮腫みの改善が見込まれます！要予約制となりますが、開始よりさっそく申し込みが殺到しており、実際にマッサージを受けた利用者様からも笑顔で喜びのお言葉を頂いております！  
いくつになっても綺麗でいたい、その気持ちに気がになりますのでこれからも目標を持つた生活をしていきましょう☆

「カレーの街よこすか」  
カレーの街、横須賀！  
実は根岸店の購買コーナーでは、先日よりひっそりと「夢Dream」さんの特製レトルトカレーの販売をしています！  
どこか懐かしい中にスパイスのうま味が口の中いっぱいに広がってくる特製カレーです！家にいながらお店の味を楽しみたい方は是非この機会にお試しください！  
限定30個となっております！  
今回は、以前クワイナ支援の募金の際に製作した「靴バラキーホルダー」を2つセットでお付けします！  
お得ですね☆

「海」新春見学会開催のお知らせ

OT(作業療法士)による新シーズンの体験と説明会  
2024.1.17(水) / 2024.1.24(水)  
12:15~13:30の時間帯で開催

1月よりマスターゾーンとやる元気ゾーンOPEN

リハビリデイサロン「海」は、自立した生活に向けて訓練強度を上げたいという利用者様からの要望にお答えする形で、令和6年1月より独自のTRXやマットトレーニング等を行うマスターゾーン、ツツを使用し今までよりも更に強度を上げた運動を行うやる元気ゾーンをOPENします。  
そこで、作業療法士による新シーズンの体験説明会を開催致しますので、作業療法士「海」にいらしてしてください！

開催日時：令和6年1月17日(水)  
一部：12:15~12:45 / 二部：13:00~13:30  
令和6年1月24日(水)  
一部：12:15~12:45 / 二部：13:00~13:30  
開催場所：リハビリデイサロン「海」 根岸店  
※参加費無料  
対象者：介護職員・三春市内・黒山町で勤務するケアマネジャー様

★自立度の高い利用者様向けオリジナル新メニューの体験  
★「海」で取り扱っている商品(一部)の試食お土産付き

【取組施設】高槻園コーナ(ファミマ)、出穂ベーカーリー・サワルト

FAX申込書

1.17日(水) 見学会に参加する	1.24日(水) 見学会に参加する
氏名	
参加時間帯	一部(12:15-12:45) / 二部(13:00-13:30)
指定席への希望	希望する( ) / 希望しない( )

「海」新春見学会開催のお知らせ  
先月号でお知らせしました「やる元気ゾーン」「マスターゾーン」のプログラム立案及びレイアウトの変更が完了しました！  
そこで新たなシーズンのコンセプトについて、普段より利用者様をご紹介いただいているケアマネジャー様に知っていただくために体験説明会を開催させていただきます。アクティブシニア、自立志向の方へアプローチするための強度の高いプログラムとなっておりますので、この機会に是非ご参加いただけたら幸いです☆  
申込書は各事業所様へFAXさせていただきます！  
また、内容に関して気になることがあればお気軽に相談員までお問い合わせください！