



# 「海」NEWS

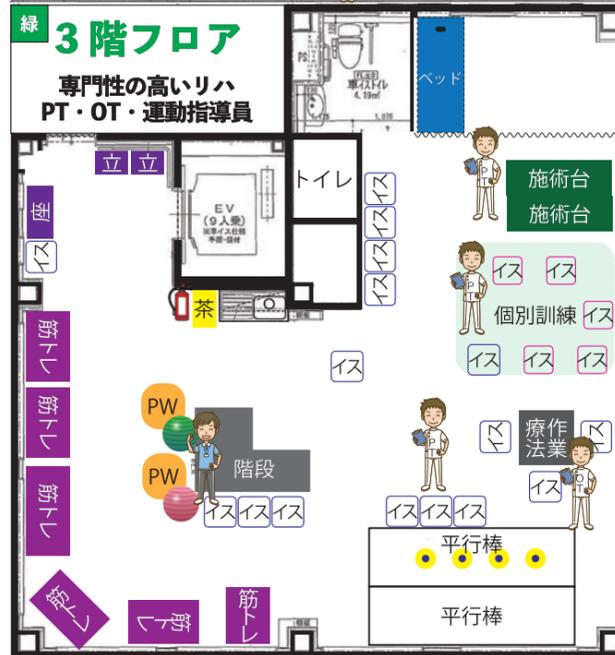
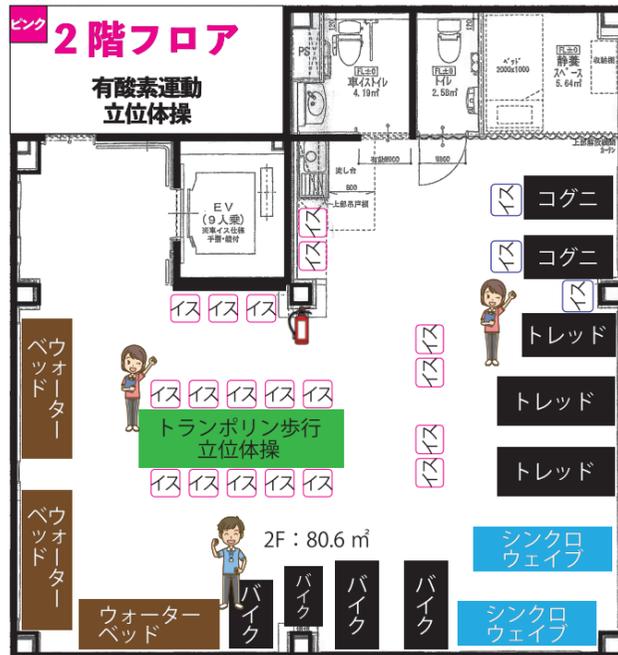
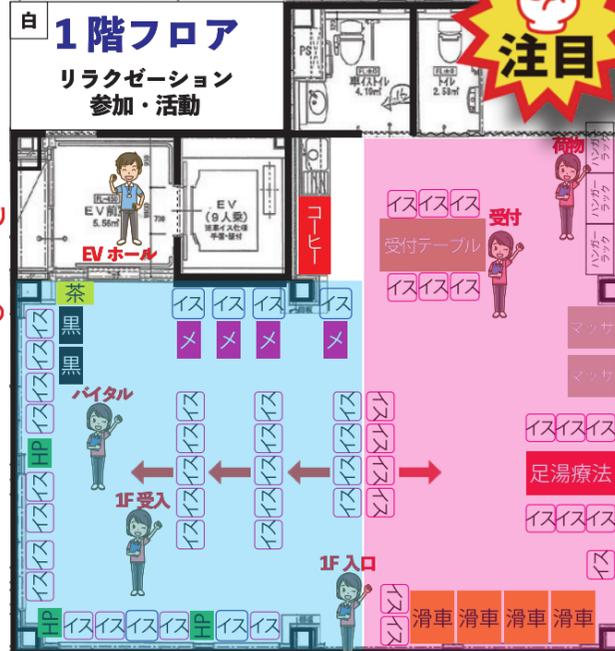
リハビリデイサロン「海」2店舗の情報を毎月発信します。

## MIHARU レイアウト変更に伴うお願い事



3/10～新レイアウトとなり、全利用者様が全てのフロアを利用可能となりました。試行錯誤でサービスの質 UP に向けて職員で日々話し合いを進めている中で利用者様にご協力をお願いがありますのでご確認願います。

- ・名札に貼ってあるシールで職員が利用者様の管理をしておりますので必ず名札を付けていらしてください。
- ・各種受付は到着時に受付テーブルで承ります。
- ・1階スタートの利用者様は右図の通り、到着したらピンクのエリアへお座りください。お荷物や上着は水色の方々の誘導後に順次お預かりするのでもとめておいてください。
- ・2階/3階スタートの利用者様は右図の通り、到着したら水色のエリアへお座りください。お荷物や上着をお預かりしてバイタル測定後に順次エレベーターで上がっていただきます。
- ・お荷物は必要最低限でお願いします。
- ・各フロアの機器は選択制となっております。
- ・事故防止の観点から筋トレマシンは職員の誘導があるまでご自身で動かないようお願いいたします。



## 若手社員が揃って入社！パートスタッフ募集中です♪

今年度の長坂店 OPEN に向けて採用を強化しております！今月より若手社員が続々と入社し研修に入っているの温かい目で成長を見守って頂けたら幸いです。また、両店舗でパートリハビリ助手・パートドライバーを募集中です。どなたかお知り合いがいましたらご紹介お願いします☺️



ミャンマーとネパールから特定技能実習生を受け入れます。今月末入社予定です。

最近は 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！



リハビリデイサロン「海」MIHARU

横須賀市根岸町3-1-17-116

00446618451167111

**祝 広報誌100号記念**

生活相談員で人文字を書きました！

管理者 高橋さん (根岸)

リハビリデイサロン「海」

自立した生活に戻りたい / 自立した生活を続けたい

サッカー秋山 (根岸)

八尋 (根岸)

石面 (三春)

深瀬 (三春)

池田 (根岸)

フーネイク田口 (根岸)

ついに100号達成！！勢い余って高橋管理者のお腹が...

# 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」



「パワープレート本格始動に向けて」(管理者・佐藤)

3月に三春店はレイアウトの変更を行い、利用者様が全フロアを使用できるようになり、3階には筋トレ・パワープレートゾーンが出来ました。

今後はパワープレートを今までもよりも専門的に行っていく為に、パワープレートの研修会の受講のために東京の虎ノ門まで行ってきました！

パワープレートは、振動するプレートに乗ることで動作の準備を早め、パフォーマンスの向上・回復を早める・自然反射の刺激・筋の活性化や循環の向上に適しています。

短時間での準備運動、短時間での回復ができることが魅力の1つです。

トレーニングだけでなくマッサージなどに活用できます。

今回の研修会で学んできたことを現場で生かし、利用者様に喜んでいただけるように努めていきたいと思っております！

通所されている方でなくても、もし見学に来られた際には一度体験してください！



「ボウリング&買い物訓練」(生活相談員・石田)

3月14日(木)ボウリング&ダイソー買い物訓練を実施しました！

ダイソー買い物では思い思いの品を選んだり、セルフレジに四苦八苦し新たな経験をしました！

ボウリングでは、「30年前にやったのが最後かな」「マイボールや、グローブを持つくらい好きでよく通ったな」など、楽しい時間を過ごしました。

重たいボールを選んだり、投げるフォームはとてもしぶりにやったりとは思えないほどのいいフォーム！

日々の生活では使わない筋肉を使い、良い訓練が出来ました！



「ポイント特典」

三春PT便り「麻痺って治らないんでしょう？」

悩み「麻痺って治らないんでしょう？」『麻痺が悪くなっている気がします。』

麻痺には中枢性のものと末梢性のものがあります。中枢性は脳血管疾患によるもの、末梢性は主に神経の損傷によって起こるものを指します。

麻痺II動かないと想像される方が多いかと思いますが、それは、末梢神経障害の場合が多いです。

上記の質問は、脳血管疾患の利用者様からよく聞く内容です。

脳血管疾患の場合、出血や梗塞が起こった血管が担当している範囲の脳細胞に栄養がいきにくくなりダメージが与えられます。

人によって症状の出方や重症度が変わるのはそのためです。

その後、負ったダメージが回復していくのですが、一回の脳卒中によって起こった症状は回復しませんが、もし、症状が悪くなったと感じたならば、それは、筋力低下などによる2次障害や、新しい脳卒中が発症したことによるものとなります。

前者は運動によって防ぐことができます。

一緒に運動して2次障害を予防していきましょう！



# 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」



長坂店導入予定の秘密兵器！



下腿三頭筋の筋緊張開放



酸素カプセルはリスクが大きい泣

「ケアウィークに行ってきました！」

定期的に全国各所で行われている介護・リハビリ機器等に関する展示会「東京ケアウィーク24」に参加してきました！

現場のリハ助手・機能訓練指導員・管理者も一緒に同行し、様々な視点で色々なものを見てきました！

実際に導入に向けて動き出しているマシンや、長坂の開設に向けてシステム関係も目を引くものがあり、有意義な視察となりました！

今月は他県のデイサービス視察させていただく予定も入っています！「海」は今後もサービスの向上のため日々精進していきます！

「相談員の現場研修月間」

根岸店の3月は相談員の現場研修として4名の相談員が継続的に現場に入り、実際に利用者様がプログラムを行っている様子を観察し、普段コミュニケーションの取れていない方とコミュニケーションを取るための月間としました。

あまりフロアで顔を合わすことがなかった相談員も3月の研修を経て色々と関わりが持てたのではないのでしょうか？今後も定期的に相談員が現場に出てお手伝いをする予定があるかと思っておりますのでよろしくお願ひします☆



「マスターソーンのケアマネ様向け体験会」

本格的に始動したマスターゾーンですが、少しずつ希望者も増えてきています。

プログラム内容が他のプログラムよりもハードでリスクを伴うため、全利用者様対象ではないのですが、社員スタッフがパーソナルトレーニングのプロフェッショナル日高さんに専門的な指導を受けた上でプログラム考案をしているので、かなり本格的な内容となっております！

4月は毎週金曜日の14:00~14:45の1コマを使ってケアマネジャー様にも実際のプログラムを体験していただければと枠を用意していただきます！運動不足が気になる方や、担当利用者様がどんなプログラムをやっているのか気になる方は奮ってご参加ください！

「桜祭り中止」

3月23日(土)に根岸町内の交通公園で開催される予定だった桜祭りが中止となりました。

桜の開花が遅れてしまい、更に当日の天気も雨予報ということで今年の桜祭りは中止の判断となったそうです。

「町内の方にもっと根岸店のことを知ってもらいたい」と準備を進めてまいりました。当日は10名近い利用者様が一緒にPRの就業体験をする予定でしたが、この度は誠に申し訳ありませんでした！

また、このようなPRができる機会があれば一緒に「海」を宣伝しましょう！



「3月サークル活動報告」

定期的に開催されている料理サークルですが3月開催の料理サークルも順調に行われ、皆様和気あいあいと参加されています。

先日の民謡サークルも無事発表会を終え、今後も「海」は参加型デイサービスとして利用者様主体で行っているプログラムの提案・発信をしていきます！