UMIニュース

■ 発行：株式会社マハロ　https://www.maharo.co.jp
■ 編集室：〒239-0807 横須賀市根岸町 3-3-16 TEL：046-835-5814(代) FAX：046-835-5819

UMI ニュース５月号
発　行　日：令和７年５月１日
発行責任者：森本 靖之
編　集　者：森本 靖之
記事提供者：UMI FIRST
記事提供者：UMI MIHARU
記事提供者：UMI WEST

2025年（令和7年）
5月号
No.113

リハビリデイサロン「海」3店舗とグループ店舗の情報を毎月発信します。

ファッションセンターしまむらをジャック！

今月は、衣料品店のファッションセンターしまむらを貸切して3店舗の利用者合同で買い物訓練に行きましょう！
今回はポイント不要で先着20名様の方だけが参加できるイベントとなります。
この機会に夏服やタオルなど購入してみてはいかがですか？

3店舗新体制に

人事異動や新入社員も入りUMI GROUP3店舗の組織図を修正しました。
常に新たな取り組みに継続してチャレンジするために、各ジャンル（脳トレ体操等）ごとに社員だけではなくパート職員も担当者として配置しました。
各ジャンルの職員は、定期的にミーティングを開催し、新たな取り組みを全職員に動画で共有していきます！

パンフレット設置協力店舗を探しています！

3店舗のパンフレットが新しくなり、リニューアル後の体制が反映されています。
そこで、商業施設や飲食店など、三浦半島の方々に「海」を認知していただきたいので常設してくれるお店があれば是非ご紹介ください！
また、友人や近所の方々にパンフレットを配布していただける方も絶賛募集中です。
必要部数お渡ししますので職員までお声がけください。

管理者高橋の髪型について

4月より3店舗の管理者に就任した「管理者高橋」こと高橋 義孝くんですが、いつも髪を伸ばしたがり、長髪をなびかせて歩き回っているのですが、女性職員からは不評だったためバッサリと切っちゃいました！
どちらが良いでしょうか？本人に会った時に伝えてあげてくださいね♪
外出訓練時の手旗も製作したので参加時は目印にしてくださいね！

県立保健福祉大学食育サークルとのコラボ今年も実現！

平成町にある神奈川県立保健福祉大学の学生が運営する食育サークル「シーラボ」とFIRSTのコラボイベントを今年も開催します。今月はオンラインで顔合わせとメニュー決め！
8月に大学の調理室で調理と実食をしましょう♪
若い大学生と触れ合い、楽しく活動できる滅多にない機会となっております！

WEST のTシャツを着て外出訓練しましょう！

開設から5ヶ月が経過し、大勢の利用者さまにいらして頂けるようになった WEST ですが、ついに待望のTシャツ販売が開始となりました！
素材はポリエステル100%のドライ生地で店舗カラーの紫と黒の2色展開です。
前面の胸元にロゴ、背面上部にホームページにアクセスするQRコードを配置しました。
今月の中旬頃にはお渡し予定です！

転倒に注意しましょう！

ご自宅や施設内での転倒事例を検証しておりますが、圧倒的に多いのが「椅子からの立ち上がり時」と「椅子に座る時」です。
UMI GROUP3店舗では、開始の挨拶の際に
椅子確認！足元確認！転倒注意！
と大きな声で掛け声をしております。
職員も常に全体に注意しながら見守りをしておりますが、特にご自身で移動をされる利用者様については職員が転倒を防ぐことが難しくなりますので今後も十分に注意していきましょう！

REHABILI_DAYSALON_UMI
YouTube
一般社団法人 全国介護事業者連盟
UMI GROUP
・リハビリデイサロン「海」FIRST（横須賀市根岸町）
・リハビリデイサロン「海」MIHARU（横須賀市三春町）
・Rehabili Day Salon UMI WEST（横須賀市長坂）
FIRST　MIHARU　WEST　ノア　MIRAI　ラ・クラルテ
・リハビリデイサロンノア（静岡県田方郡函南町）
・リハビリデイサロン MIRAI（横浜市南区別所）
・介護老人保健施設ラ・クラルテ（横浜市神奈川区菅田町）

Rehabili Day Salon
リハビリデイサロン MIRAI　リハビリデイサロン ノア　介護老人保健施設 ラ・クラルテ la clarté
UMI WEST　UMI MIHARU　UMI FIRST

UMI WEST きっとなる!! 海で作ろう笑顔と元気

カインズ三浦でのお買い物訓練

～日常生活に役立つ実践的な訓練～

4月3日カインズ三浦にてお買い物訓練を行いました。今回の訓練では、事前に「何を買うか」をご自身で考え、メモに書いて準備していただきました。買い物の目的を明確にすることで、記憶力のトレーニングにもなり、より実践的な内容となりました。カインズ三浦の店内はとても広く、商品の種類も豊富です。そんな中でも、皆様は自分の買いたいものをしっかりと探し出し、集中してお買い物に取り組まれていました。「この商品はどこにあるかな?」「こっちの方が安いかも!」と、楽しく悩みながらも、周囲とコミュニケーションを取り合い、協力しながら行動されていた姿が印象的でした。

また、買い物を通して長い距離を歩くことになり、自然と屋内での歩行訓練にもつながりました。普段の施設内では体験できない広い空間での歩行は、バランス感覚や体力維持にも効果的です。

今後も、日常生活に役立つさまざまな訓練を取り入れ、楽しみながら身体を動かせるよう企画します!

屋上リフレッシュ&トレーニング週間

気候もだんだんと暖かくなってきたこの季節、普段とは少し違う開放的な空間での歩行訓練として、1週間にわたり「屋上歩行訓練」を実施しました。

訓練では、さまざまな障害物を避けたり、ラダーでステップを踏む動作を取り入れることで、バランス能力や足の運びを意識した歩行を行いました。参加された皆さまは、日差しと風を感じながら、自然と笑顔に。

日常の中にちょっとした変化を加えることで、身体だけでなく気分のリフレッシュにもつながったようです。

また、訓練後には屋上でお茶を飲みながら交流する時間も設け、利用者様同士の会話も弾んでいました。身体機能の向上とあわせて、社会的なつながりを感じていただけるひとときとなりました。

今後も、気候の良い日には定期的に屋上での訓練を取り入れ、より楽しく効果的なプログラムを提供していけたらと考えています。

春の風と笑顔に包まれて♪葉山公園

葉山公園長距離歩行訓練を3月28日午後に実施しました!（午前は天候不良で中止）

この日の参加者はなんと全員女性!車内からすでに和気あいあいとした雰囲気で、公園へ向かう道中も笑顔が絶えませんでした。公園には小さなお子さんを連れたご家族も多く訪れており、利用者様同士で昔の子育てについて語り合ったり、通りがかりの可愛らしいワンちゃんと触れ合ったりと、自然と会話も広がる、にぎやかで温かい時間となりました。

歩行訓練という目的に加えて、季節の移ろいや人とのふれあいを感じながら、心も身体もリフレッシュできる貴重な一日となりました。

今後も、日常の中に「楽しさ」と「交流」を取り入れた訓練を大切にしていきたいと思います。

UMI MIHARU はじめよう!! 歩いて動こう海行こう!!

機能訓練指導員のご紹介♪

関尾 整（常勤理学療法士）

皆様こんにちは、機能訓練指導員（理学療法士）の関尾です。簡単に自己紹介をしますと、生まれも育ちも横須賀市、今年で46歳、四児の父親として仕事に子育てに励んでいます。

理学療法士として市内総合病院で7年間勤務後、2017年より海に入社し今年で8年目を迎えました。

昨年末からはFIRSTに異動し、4月よりまたMIHARUに戻ることになりました!

運動療法を通して、利用者様の機能向上のお力になれるよう、そして海を選んで良かったと言ってもらえるよう頑張りますので、今後ともよろしくお願いいたします。

寺口侑（非常勤作業療法士）

MIHARUには、主に月曜日午後と火曜日一日の週二日勤務しています。こちらでの勤務は、一年半ほどになりますが、皆様のお陰でしっかりと馴染みつつあるように思います。集団体操や個別リハを通して、ご自宅でのトレーニングに活かせる運動や助言を提供していきたいと思っています。それ以外の場面でも、自宅でどんなトレーニングをすればいいのか気になっている・着替えや椅子からの立ち座りなど生活上で困りごとがあって悩んでいるなどあれば、声をかけていただければと思います。今後とも、皆様の元気・活力につながるよう努めていきますので、よろしくお願いいたします。

小倉 住夫（常勤柔道整復師）

柔道整復師の小倉住夫です。スポーツ歴は合気道・ムエタイ・エンデューロレース

柔道整復師の資格を取得するきっかけは、他業界で働いていたのですが、椎間板ヘルニアになってしまい、柔道整復師を志し資格を取得しました。

長年整形外科やデイサービスでリハビリなどを行ってきました。

『海』では今までの経験を活かして、機能訓練業務に取り組んでいきたいと思います。

宜しくお願いします。

今村 竜也（非常勤正看護師）

今年の2月から機能訓練指導員と看護師で働いてるスーパー男性ナースです。

機能訓練指導員としてはまだまだ未熟ですが、ご利用者様の身体機能向上・維持のために楽しいお話しをしながら笑顔で小集団体操を行なっています。

日々の業務の中でご利用様から「ありがとう」「楽しかった」「お話し聞いてくれて嬉しかった」と言う言葉にやりがいを感じています。

個性豊かな機能訓練指導員ばかりですので、是非皆様とご一緒に笑顔で楽しくお話ししながら小集団体操できることをお待ちしております!

MIHARU 各フロアの紹介動画閲覧方法

iPhone 端末での操作方法

1. ホーム画面から、「カメラ」のアプリをタッチしてください。
2. カメラの画面で、QR コードを映します。
3. 読み取りできた場合、画面下部に黄色くリンク先が表示されます。
4. リンクをクリックすると YouTube が開き再生開始します。

Andoroid 端末での操作方法

1. ホーム画面から、「カメラ」のアプリをタッチしてください。
2. カメラの画面で、QR コードを映します。
3. 読み取りできた場合、画面上部に「QR コード読み取り成功」と表示されますのでタッチしてください。
4. リンク先が表示されます。
5. リンクをクリックすると YouTube が開き再生開始します。

UMI FIRST 人生を 海で楽しむ 健康第一

アパッ体操→学園天国!

リニューアルをきっかけにフロアのみんなで盛り上がる「アパッ体操」でしたが、2か月ほどヘビーローテーションでやってきたので第2弾ではフィンガー5の「学園天国」に合わせて4月からみんなで盛り上がっています!

前回のアパッは最近の流行曲で、なおかつ洋楽だったため最初は耳に馴染みが無かった方も多いようでしたが、今回はたくさんの方が元々知っている曲なので早々に馴染んでいます♪

もうしばらく「学園天国」を流していくのでみんなで盛り上がりましょう!

利用者様からも「こんな盛り上がる曲があるよ!」等ありましたらスタッフまでお気軽にご提案ください☆

DIYイベント開催

4月は久しぶりにDIYイベントを実施しました!

今回も、モノづくりの得意な中川親方（リハ助手）が企画から当日対応まですべて一任して行いました!

『ブック型ボックスのペイント塗り』手作りでオリジナルの木箱作り♪3日間の開催で大勢の方が参加してくださり、各々に個性豊かな作品を作り上げました!

今月も「ミサンガ編み」イベントを実施するので、前回参加できなかった方も是非ご参加ください♪

定員に限りがあるのでお早目の予約をお願いします!

ミサンガ教室

ション&クマリの外国語講座

FIRSTで働くションリハ助手、クマリリハ助手による大人気イベントの外国語講座♪

今回で第3回目となります!異国で頑張る二人と一緒に英語や二人の母国の言葉を交えて交流しましょう☆

・5月19日（月）PM「ションリハ助手の英会話講座」

・5月26日（月）PM「クマリリハ助手のネパール語講座」

※各枠ともに定員は先着6名となっておりますので、参加希望の方はお早目にご予約するようお願いします。