



ちや りつぶ通信

笑顔を咲かせよう♪



Vol.8 令和4年
2022 3月号

『訪問看護ステーションあさひ』
ご利用のお客さまを訪ねて

木々が紅葉した12月の自然公園で会話を楽しみながら歩くお客さまの安江久恵さんと理学療法士の谷敏満さん。

脳腫瘍の手術を経て積極的にリハビリに取り組み、わずか数ヶ月後、自力でお手洗
いからお散歩までできるほどに。

昨年8月に脳腫瘍の手術を受けられた安江久恵さん(72歳)は術後、病院内で積極的にリハビリに取り組み、退院された後も『訪問看護ステーションあさひ』が派遣する理学療法士や作業療法士による自宅でのリハビリを続けてこられました。

取材でお伺いした日はちょうど理学療法士の谷敏満さんが自宅を訪れる日でもあったため、リハビリの様子を見せていただきながらお話を聞かせていただきました。谷さんが安江さんに痛みがないか確かめながら肩や腕、脚などを動かすリハビリをサポートしていきます。見ていると大変そうですが、安江さんご自身は、以前ジムに通っていたと言われるだけあって、運動は慣れている様子。

「日常生活ではまだ一人で外出できませんけれど、お友だちや谷さんに付き添っていただくと近くの公園を散歩できるようになりました」と安江さん。



(上) 術後の様子などを語る安江久恵さん。

(下) 安江さんの足のはこびを確認しながら寄り添って歩く谷敏満さん。

左手のまひなど、まだ不自由や不安なことは残るものの「入院する頃はまず歩けなかつたのが、いまはおかげさまでお手洗いや行けますし、洗面所も行けます。お散歩まで行けるんですよ」と朗らかに話してくださいました。もともと旅行やコンサートなどに出かけることが好きで、脳腫瘍になる前は40年来のお友だちと一緒にジムにも通われていたそうです。こうした積極的な人柄がわずかに数ヶ月後でリハビリの成果を生み出すことにつながったのかもしれない。

お客さまと理学療法士という立場を超えて、息の合ったやりとりで伝わってくるお互いの信頼関係。

ベッドでのリハビリが終わったあと、血圧なども測定。やや高い値が出たことを谷さんが伝えると、「取材でカメラマンさんが来ているから緊張したのかしら」と笑う安江さん。谷さんが安江さんの顔色を気にかけると「谷さんを待ちくたびれたのよ」と、息の合ったやりとり。お互いの信頼関係が築かれている様子が伝わってきました。



谷さんの提案で、近くの自然公園まで散歩に出ることになり、あたたかいダウンコートを着込んで二人の散歩に同行。安江さんがこの公園にいる野鳥やリスのことを教えてくださいます。会話を楽しみながらの散歩も、谷さんは左にまひの残る安江さん

気遣い、終始左側を歩き、安江さんを見守りながら歩調を合わせていきます。

また、安江さんには、作業療法士の安孫子樹莉さんあひこじゅりも週一回訪れています。最初に訪れたころは、病気の影響で普段できていた着替えや調理など日常生活上の普段の動きがしづらくなっていました。そのため必要な手・腕の運動、体の動かし方の練習、頭の体操をすることで、いまでは着替えや調理もほとんどお一人でできるようになりました。

誘われたコンサートに出かけ音楽を楽しむ。周囲に助けられながら少しずつ以前の生活を取り戻す日々。

安江さんが先日お友だちに誘われてある歌手のコンサートに行ってきた話をすると、谷さんは目を丸くしてびっくり。「すごいーよく行きましたね。そんな話を聞くのが理学療法士としてはいっばいうれしいです」と大喜び。安江さんは「じつはあまり好みの歌手でなかったんだけど、せっかくのお誘いだし、リハビリにもなるし。」

「毎日元気で過ごせるのも、まわりで支えてくださる方々のおかげです。作ったおかずを家まで届けてくださるお友だちがいたり、LINEでお出かけしようとして誘ってくれたり。そうした中に横浜市福祉サービスクラスの谷さんや安孫子さんもいてくださって、感謝するばかりです」とのこと。娘さんも、困ったことがあると24時間対応の電話で何でも答えていただけのので助かっていますとのことでした。

ここが地元旭区の穴場スポット 富山重忠公碑

NHK大河ドラマ『鎌倉殿の13人』にも登場する若武者・富山重忠の碑が建っています。

いよいよ始まったNHK大河ドラマ『鎌倉殿の13人』。北条義時を中心とした鎌倉幕府の群像に注目が集まっていますね。その登場人物のひとり富山重忠はたやましげただは、頼朝に仕え鎌倉幕府を創建の時から支えた有力な武将で、「坂東武者の鑑」とまで謳われた人物でした。の中に謀反の疑いをかけられて討たれてしまいます。そのときの合戦が「俣川の戦い」「鶴ヶ峰の戦い」と呼ばれているもので、横浜市旭区には重忠ゆかりの史跡がいまでも多く残されているのです。富山重忠公碑はその代表的なもので、横浜市旭区役所からほど近い見晴らしのいい場所に建っています。歴史ファンなら一度は訪れておきたい史跡のひとつでしょう。正式な住所は横浜市旭区鶴ヶ峰本町一丁目一番。相鉄線鶴ヶ峰駅から徒歩10分ほどの場所にあります。



(上) 旭区白根の和菓子店若草の「重忠最中」。
(下) 重忠没後750年を記念して建立された石碑。

お仕事紹介



今回紹介するお仕事は、一般的にPTと言われる理学療法士、OTと言われる作業療法士、STと言われる言語聴覚士です。『訪問看護ステーションあさひ』で仕事をされている3名の方にお話を聞きました。

● 理学療法士

怪我や病気による障害、加齢による身体機能の衰えに対して身体機能の回復をお手伝いする専門職です。また、より暮らしやすいよう環境改善のためのアドバイスや、福祉用具の選定を行うことも重要な仕事のひとつです。

● 作業療法士

人の日常生活に関わる様々な作業（活動）が難しくなった精神的・身体的に障害をお持ちの方へ、心と体の働きの回復を目的としたリハビリテーションを提供する専門職です。

● 言語聴覚士

「ことば」によるコミュニケーションに問題がある方が、自分らしい生活を送ることができるよう支援する専門職です。食べること、飲み込むことの訓練もお手伝いします。

「生活のための体のベースを作る。ひと言で言えば、それが理学療法士の仕事です。」

理学療法士 谷敏満さん

姉が作業療法士だったので、影響を受けて理学療法士をめざすようになりました。高校時代はラグビーに打ち込んでいたのですが、途中から進路変更ですね(笑)。

国家試験に受かって最初に勤めたのは一般病院で、そこで14年理学療法士として経験を積んで、現在の横浜市福祉サービス協会で在宅

でのリハビリを担当するようになつて4、5年でしょうか。ようやく仕事のスタイルをつかんだように感じています。つまり在宅のリハビリの場合、私という人間を信頼してもらつてことが大事になってきますから。リハビリを受けるお客さまのやりたいことや夢を打ち明けてもらい、その目標と一緒に歩けるようになったかなと、最近感じています。人によって目標はさまざまです。でもその目標の実現を理学療法士としてしっかりと支えてあげたいですね。

「身体的なりハビリをいろいろ精神的にも深く関わる。それが作業療法士の仕事でしょうか。」
作業療法士 安孫子樹莉さん

作業療法士も理学療法士と同じように身体機能や日常生活動作を見ていきますが、お客さまがどんなことに興味を持っているか、どういふところが重要だと感じているか、家庭でどんな役割を担おうと思つていらっしゃるかなど、の確認（評価）も行つていきます。例えば調理を希望されているお客さまは、お子様がいて母親としての役割を果たしたいと考えておられるのかもしれない。手の動かし方や腕の使い方などの動作方法だけではなく、母親として妻として大切にしていることにも寄り添っていくようにしています。それが作業療法士の仕事といえます。仕事では理学



療法士とペアを組んで行く場合もあれば、作業療法士として単独で行く場合もあります。以前リハビリ病院と精神科の病院でも働いた経験があるので、そうした経験が、いま福祉の現場でもとても役にたつていると思います。

「話す、聞く、食べる、を支援する。言語聴覚士になったきっかけは小学校のお友だち。」
言語聴覚士 吉田容子さん

加齢や障害により、嚥下しにくくなると誤嚥性肺炎にならないように、食物にとろみをつけるといった対処をしますが、こうしたことも言語聴覚士がやっています。ただ言語聴覚士はそこにとどまらないで、誤嚥を防ぐため首のストレッチや呼吸訓練まで指導します。声を出す訓練については、これまで病院、施設、在宅を経験してきましたが、在宅の方がゆつたりとできますし、ご本人もそれほど緊張しなくて効果が出やすいですね。じつは私が言語聴覚士になつたきっかけは小学校のときのお友だちが補聴器をつけていて、授業のあと別室に行つて言語聴覚士による言葉の練習をしていたから。どこかで友だちの役に立ちたいという気持ちがあったのかもかもしれません。



訪問看護ステーションあさひは相鉄いずみ野線
南万騎が原駅徒歩1分。

所在地：横浜市旭区柏町 1311-5

☎045-3600-3291

お気軽にお問い合わせください。

横浜市栄区

2021年12月JR根岸線
本郷台駅前に「サカエスタ」
がオープン！



昨年12月、横浜市福祉サービス協会とさかえ区民活動支援協会グループが指定管理者となつて、JR本郷台駅前に「サカエスタ」が開所しました。これは本郷地区センター、本郷台駅前地域ケアプラザ、さかえ区民活動センターの三つが「一緒になつて誕生した施設で、横浜市福祉サービス協会の蒲生清孝がもつきよたかさんと柴田眞紀しばたまきさんが、それぞれ館長、副館長をされています。

さつきく取材にお伺いして、「サカエスタ」の特色や館長、副館長としての抱負などをお聞きしてきました。

蒲生館長によれば「三つした複合施設というのは横浜市で初めての形になります。しかし、地域ケアプラザや区民活動センターというのは重なる部分もたくさんあるんですね。もともと私と柴田は地域ケアプラザで働いた経験があるので、これまで培った経験やノウハウを生かして地域の福祉というものを



サカエスタは、しゃれた外観の3階建て。

もっと広くやっていきたいと考えています。」とのこと。組織別の重なっている事業をひとつにまとめることで利用者の利便性が向上するし、サービスの質も高められるはずと抱負を語ってくださいました。館内も見学させていただきましたが、多目的ホール

から会議室、ミーティングスペースに調理室、さらに図書コーナー、工芸室、陶芸室、和室とそろった充実ぶりで、3階のテラスに出ると、なんと富士山の絶景までが見えるという素晴らしいロケーション。

柴田副館長にお聞きすると「地域の皆さんの期待はとても高く9時オープンですが、その前からたくさん並んでお待ちいただくほど。せっかく三つの組織が三つにまとまってきた施設なので、三つの力を合わせて皆さんの期待に応えたいですね。縦割りで考えるのではなく、横の連携でひとつのチームになって働きたい」と抱負を語ってくださいました。館長と副館長はお互いに息もぴったり。横浜市福祉サービス協会の合い言葉である『できること、まだまだ。』の精神で、横浜市栄区の新しい福祉と地域活動の中心になってくれそうです。



(上) 息の合った蒲生館長と柴田副館長。
(下) 総合受付は明るく開放的な雰囲気。

「サカエスタ」はJR京浜東北線

本郷台駅より徒歩3分。

所在地：横浜市栄区小菅ケ谷 1-1-4

☎ 045-1392-5157

お気軽にお問い合わせください。

介護者のための相談電話

介護に疲れたとき…**ほっとライン**

介護に疲れて行き詰まったり、不安になったりしたとき、ひとりで悩まないで、ほっとひと息ついてみませんか？

📞 045-227-1718

「お客様相談室」をご利用ください

「お客様相談室」では、事業やサービスについてのご意見やご要望をお受けしています。まずはお気軽にお電話ください。

📞 0120-701-782 FAX 045-227-1721

※受け付けは年末年始および祝日を除く月曜～金曜の8:45～12:00 / 13:00～17:15まで。ご相談の秘密は厳守いたします。

協会の理念

- お客さまの満足
- 人を大切にし共に育ちあう協会風土
- 公正で透明感のある協会倫理

社会福祉法人 横浜市福祉サービス協会

〒220-0021 横浜市西区桜木町6丁目31番地 6階

☎ 045-227-1700 FAX 045-227-1701

🏠 ホームページ <http://www.hama-wel.or.jp/>



古紙パルプ配合率70%再生紙を使用