

にじだより

別府リハビリテーションセンター
障害者支援施設にじ 広報誌

NIJIDAYORI

第24号2024年1月



本年も宜しくお祝い申し上げます



- ▶ 身体作業評価～生活期における機能改善評価～
- ▶ 絵手紙で年賀状づくり
- ▶ 就労移行支援OBのご紹介



生活期における身体・作業の評価

「にじ」では3ヶ月に1回程度、利用者の皆さんの身体・認知機能を評価し、訓練の振り返りや、今後の訓練計画の作成に役立てています。
今回は評価内容の一部と、令和4年度の実績を紹介します。

○筋力検査として、「握力」「30秒椅子立ち上がりテスト」を実施しています。



【 握力測定 】

「握力」は全身の筋力とも相関関係（握力高ければ全身の筋力も高い傾向）があります。



【 30秒椅子立ち上がりテスト 】

腿四頭筋（太もも前面の筋肉）筋力と相関し、14.5回より多いと転倒リスクが少ないと報告されており、歩行自立の指標にもしています。

○歩行の検査では、「10m歩行速度」「6分間歩行テスト」を主に実施しています。



【 10m歩行速度 】

「10m歩行速度」は20秒以下で施設内の歩行自立、15秒以下で屋外の歩行自立と報告されています。

日本の横断歩道は10m歩行10秒程度を基準にしているところが多く、この評価を通じて外出許可の判断材料にもしています。



【 6分間歩行 】

「6分間歩行」では228m以上歩ければ屋外自立と報告されています。

「にじ」では就労を目標にしている方も多いため、基準値よりも速く、長く歩けるように積極的に歩行訓練を取り入れています。

（*各基準値は諸家の研究報告により変動します）

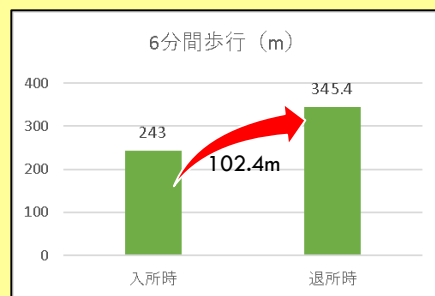
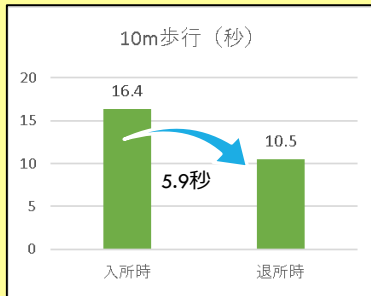
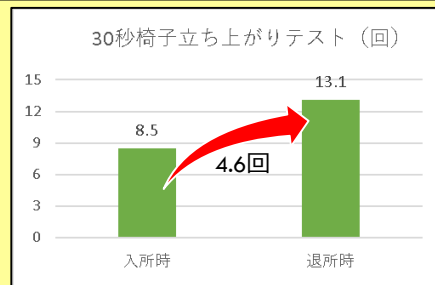
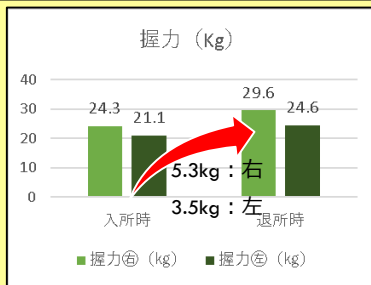
○職業適性では、「一般職業適性検査（GATB）」を用いて評価しています。

【GATB（器具検査）】



「一般職業適性検査（GATB）」は、15種類の検査からなり、多様な職業分野で仕事をする上で必要とされる代表的な9種的能力（適性能）を測定し、望ましい職業選択を行うために活用しています。また、復職の際には、職場に対して高次脳機能障害の説明の際にも使用しています。就労希望者に対しては全項目を、希望していない方でも一部の器具検査を行い、認知機能や手先の器用さを評価しています。

令和4年度、退所した方々（29名）の身体機能の推移（平均）をご紹介します。



退所時には「10m歩行」では6秒程度速くなり、「6分間歩行」では102m程度も長く歩けるようになりました。「30秒椅子からの立ち上がりテスト」や「握力」においても向上がみられています。このように生活期の方でも身体機能は向上し、在宅生活や就労に繋がります。私たちは利用者のみなさんが諦めることなく機能改善に向けて取り組んでいただくよう支援を行っています。

絵手紙で年賀状を送りました

「にじ」では、昨年12月に「絵手紙 年賀状作成教室」を開催しました。月2回行われている絵手紙教室とは別に、年賀状作成のため、日頃は他の訓練の都合で絵手紙教室に参加できない方にもご参加いただきました。

題材は、令和6年の干支である「辰」をはじめ、門松やしめ縄、縁起物の初日の出から季節の果物など盛りだくさんです。

まずは半紙に下書きをしてイメージを固めてからハガキに書いていきます。筆に含ませる水の量のわずかな違いで線がにじんだり、色が思い通りに出なかったり、手先の震えで丸が楕円になったりと、意外な難しさがありました。

「これ、みかんに見えんなあ」「美味しそうですよ〜」。
「絵が上手いなあ」「実は画家なんですよ（うそ）」(笑)
あちこちで笑い声がおこります。



送るお相手も様々です。実家のご両親へ、家で待つ小さなお子さんへ、奥様へ、遠くに住むお孫さんへ、県外のご友人へ、、、、。

相手を思いながら筆を動かし、それぞれの想いを乗せた年賀状が「にじ」から旅立って行きました。

絵手紙年賀状、受け取られた方にも、送った利用者様にも、笑顔と幸多き一年であることをお祈りいたします。

就労移行支援OBのご紹介

働き盛りの50代のAさん、脳卒中で右片麻痺と失語症の後遺症が残りました。後遺症のため復職を諦めるにはかなり悩まれました。退職後、それでも社会復帰を目指し、「にじ」就労移行支援で訓練に取り組み、令和5年10月から、単身生活と新たな就労が開始となりました。

新しい生活には、若干工夫が必要でした。玄関や浴室には昇降のための手すりをつけ、靴の着脱や更衣時に椅子を用意しました。買い物は重いものが運べないので食材の配達を頼んでいます。ごみ捨ては、運ぶことやごみ袋を結ぶことが大変なので、溜めずに出します。爪切りは自助具を使用しています。生活空間の清掃はヘルパー利用をしています。雨の日の通勤は、杖を使用するため傘を持ってないので、レインコートを着用します。

就職後3カ月、仕事も休むことなく続けられています。リハビリスタッフのサポート業務です。物品や器具などの清掃業務が主になります。時間内は決して手を止めることなく、業務を着々と遂行されます。真摯に業務に向かわれる姿勢に、私たちも背筋が伸びる思いです。



●手すりや椅子を使用して、安全な生活に努めています。ちょっとした工夫で安全に生活できます

豚汁作ろうと思って・・・
冷蔵庫に。

食材は配達を頼みます。

毎日、この道を
通勤しています。

～ 現在のご様子をお聞きしました ～

- Q1.「生活はどうですか？」
A1.「困ることはない」
Q2.「週末はどのように過ごしていますか？」
A2.「歩くか、バスを利用して買い物に行っています。」
Q3.「仕事が終わってからは？」
A3.「テレビを見ています。映画を見ることもある」
Q4.「仕事は疲れますか？」
A4.「ものすごく疲れたことはない。ちょうどよい。」
Q5.「業務内容はどうですか？」
A5.「今はこれでよい。たまに誰かに頼みたい時もあるが・・・」
Q6.「全体を通してどうですか？」
A6.「まあ、こんなもんな。充実している。」
Q7.「皆様にメッセージは？」
A7.「私ごときが何も言えません・・・。よく話を聞いて、頑張ってください。」

ご相談・ご質問を
お待ちしております！

入所担当：小野



【にじ入所の対象となる方】

社会復帰を目標とされる回復期リハビリテーション病棟を退院された方や地域で生活されている方で

- 18～65歳くらいまでの方
- おおむねトイレが自立されている方
- 常時医療行為が必要のない方
- 集団生活ができる方
- 障害者手帳をお持ちの方、または申請予定の方
(手帳をお持ちでない方もお気軽にお問い合わせください)

社会福祉法人 農協共済
別府リハビリテーションセンター
障害者支援施設にじ

〒874-8611 大分県別府市鶴見1026-10
TEL：0977-67-1716
FAX：0977-67-8576
URL：<https://brc.or.jp>

