

にじだより

NIJIDAYORI

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

第27号2024年10月



- ▶ 買い物支援
- ▶ 外出訓練
- ▶ 機能データ
- ▶ 就労OB



買い物支援



一人では外出が難しい方を対象に、職員が送迎をして近隣の店舗での買い物支援を始めました。普段は施設で過ごす時間が長い利用者の方にとって、車から見える景色は気分転換にもなるようです。車中では『何を買うの?』『商品がどこにあるかわかるかな』など会話がはずむことも多く買い物を楽しみにされている様子です。



到着するとそれぞれリストアップした日用品を購入したり、店舗内を楽しく見て回ったり…。気分転換はもちろんのこと、地域生活を目指す利用者の方にとって買い物を通して社会体験を積み重ねていただければと思います。

外出訓練のきろく



行動範囲を広げることは地域生活に向け、大きな一歩です。
利用者Aさんの外出訓練の様子をご自身でまとめていただきました。Aさん目線の感想も必見です！



勘弁して～

「夏までに、九州横断道路の信号を横断したいなあ」と担当セラピストさんと話をしていました。翌週にさっそく、道路を横断してグッデイまで外出訓練を行うことになりました。バタバタと、外出許可（もちろん外食なし）を申請しドキドキです。

当日は、近くの公園を通るルートになりました。公園では、坂道を子どもが自転車で走り迫ってくることにより、緊張が高まり体も強張ってきました。コンディションは最悪です。

しかし、この状態でも横断出来たら自信になると思い、**チャレンジです！！**



交差点は、交通量の多い片側2車線で、中央分離帯もあってまるで大きな川のようにです。
担当セラピストが見守る中での**チャレンジです！！**

残り2車線で、青信号が点滅に（もう少し）
残り1車線で、赤信号に（無情にもタイムアップ）
車道の信号青、ようやく横断完了（ロスタイム3秒）

店舗の駐車場も危険がいっぱい。
周囲の動向に気を配り、なんとか入店！！
まだまだ、歩行速度向上が必要と実感しました
（でも、あと1車線です！）
入所時に比べ、緊張しても随分動けるようになりました。

記念にガムを購入したところ、
レジにて「またお越しく下さい」と激励されました。
カート押しの練習もでき、とても有意義な訓練でした。



利用者Aさん、チャレンジお疲れ様でした！

R5年度 退所者の身体機能について

数字で**見る**
機能向上

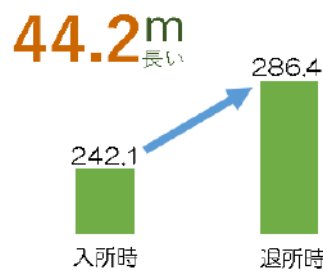
R5年度に退所した方の入所時から退所時までの身体機能の変化をまとめています。

（身体に障害のない方や再発等により転院された方は除外しています。）

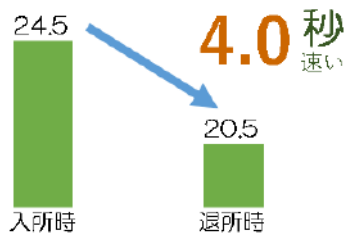
10m歩行速度（平均値 単位：秒）
意 義：歩行能力や転倒リスクの指標
参考値：脳卒中施設内歩行自立目安 20秒（成田2008）



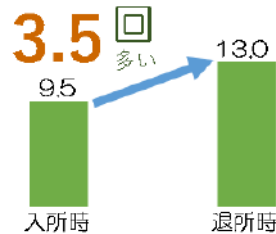
6分間歩行距離（平均値 単位：m）
意 義：心肺機能、持久力の指標
参考値：施設内歩行自立目安 205m（Fulk GD, 2017）



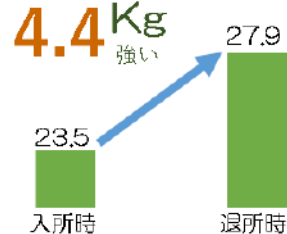
TUG (Timed Up and Go Test 平均値 単位：秒)
意 義：起立・着座・方向転換までを含めた歩行能力の指標
参考値：脳卒中施設内歩行自立目安 18.8秒（中村2014）



CS30 (30秒椅子起立テスト平均値 単位：回)
意 義：足の筋力（大腿四頭筋）の指標
参考値：転倒カットオフ 14.5回（川島2008）



握力 (両利平均値 単位：Kg)
意 義：全身の筋力の指標、握り相関あり
参考値：虚弱高齢者ADL自立目安 16.1Kg（石原2013）



<にじ>では、復職や自立生活の獲得のために身体機能の向上も集団訓練や自主訓練の指導にて図っています。
（改善程度には個人差があります）

支援学校を卒業後に就労継続B型事業所で働かれていたAさん。一般就労と単身生活を目標に「にじ」を利用されました。生活の訓練を行い、居室の清掃やご自身の洗濯などできるようになり、その後、就労移行支援で就職に向けて訓練を行いました。施設内の実習や施設外の実習、企業見学、企業実習を経て、令和5年12月に理容室のサポート業務担当として就職が決まりました。

就職後10カ月、仕事も休むことなく続けられています。遅刻や欠勤もなく、頑張っていて「一般就労」という目標をクリアしました。今後の目標は「一人暮らし」です。「これはまだ捨ててないですね。節約して貯金しています」と控えめにお話されます。

主なお仕事は、理容室の裏方で、タオルを洗濯し、たたんで、フロアに補充します。それ以外にもフロアの清掃なども、状況を見て行っています。



～現在のご様子をお聞きしました～

- Q1. 「生活は怎么样了？」
A1. 「特に困っていません。」
- Q2. 「週末はどのように過ごしていますか？」
A2. 「家でゲームや動画を見ています。ご飯を食べに行くこともあります。」
- Q3. 「仕事が終わってからは？」
A3. 「(単身生活に向けて) 母の料理の手伝いなども時々はしています。」
- Q4. 「仕事は疲れますか？」
A4. 「疲れはある。でも次の日には復活しています。」
- Q5. 「業務内容は怎么样了？」
A5. 「慣れたかな。こなせていると思います。」
- Q6. 「全体を通して怎么样了？」
A6. 「淡々と過ごしています。満足はしていて、このままでいいかな。」
- Q7. 「皆様にメッセージは？」
A7. 「難しいな。がんばってください。」

いつも温かく見守り、時には厳しくご指導いただいています。理容師のBさんです。

「Aさんは仕事にも慣れて、周りが見えるようになった。何もしていない時間もなく、自分で動いている。お客さんに『こちらです』と席を案内することもできるようになっている。」

『(仕事に) 向いていると思います』とお言葉をいただきました。

頼もしくなったAさんの姿が嬉しい
「にじ」スタッフでした・・・



【にじ入所の対象となる方】

- 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合せください)

ご相談・ご質問を
お待ちしております！
入所担当：小野

