

Emi Times

[エミタイムズ]

29

2024/7

グループホーム
ニチイケア奥町様ご紹介
施設様からの喜びの声

『スマホ首リセット術』で歪みを改善

あだち
施術者の足立です



治療家は一生勉強！
常により良い施術を目指します。

Emicia.Group

エミシアグループ

ニチイケア奥町様ご紹介

エミシア訪問マッサージ一宮店ではグループホームニチイケア奥町様に入居されている高齢者様へマッサージ・鍼灸施術を行っております。この度はお世話になってるグループホームニチイケア奥町様をエミタイムズでご紹介していきたいと思っております。

Q: グループホーム「ニチイケア奥町」とは？

開設11年目の施設で、正式なサトビス名称は認知症対応型共同生活介護と申します。名称の通り、認知症ケアに専門特化した施設です。
同じ「認知症」という症状をお持ちの方が共同で生活し、利用者様がもっている能力に応じて自立した日常生活を過ごしていただくことができます。

オープニングから勤務するスタッフ様も多く、経験豊富で素敵なアイデアと笑顔にあふれる素敵なホームです。入居者

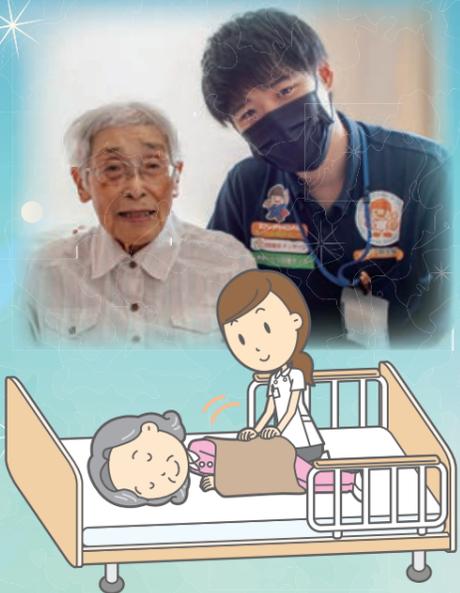
もスムーズになっています。

『できることは自分で！』と、いつも素敵な笑顔でおっしゃっています。

訪問鍼灸マッサージでは、マッサージや鍼灸でお体の緊張を和らげること、機能訓練による筋力強化を図ることはもちろんです。

そして、もう一つの大切な要素として、いつも顔を合わす職員様とは異なる外からの来客者(マッサージ師)との「コミュニケーション」を取れることで、認知症の方にとっても良い刺激になる可能性があるかと職員の方がおっしゃっていました。

お体のケアをさせていただき、リラックスできる鍼灸マッサージは、精神的な面に対して可能性が有ることを示してくださいませる事例となっております。



Q: エミシア訪問マッサージを利用してみたい

様は要介護1〜3の方が中心で、見守りがあれば生活できる方が多いこともあり、自分でできることは、なるべくご自身でやっていたり、なるべく、敢えて手を出さずにご自身でやろうとする意欲を尊重することを大切にしています。そうしていくにはスタッフの理解とアイデア、協力が必要になります。

Q: エミシア訪問マッサージを利用してみたい

これまで、ニチイケア奥町では訪問マッサージを(ほぼ)導入していませんでした。サービス導入のきっかけになったのは、対象入居者様の歩行が不安定になり始め、すぐに何かに掴まるようになっていったため、「歩行が安定できるように」との期待を込めて訪問マッサージを勧めていただきました。

初めのうちは転倒されたショックからか『マッサージなんて意味あるのかしら...』と半信半疑だったそうですが、何回か訪問し時間をかけてコミュニケーションをとっていくことで、今では訪問マッサージを楽しみにされているとのこと。『歩きたい』という思いは強く、マッサージ師との機能訓練にも前向きに取り組んでくださっていることも加速し、立ち上がり



Q: ニチイケア奥町の特徴は？

利用者様が喜ぶことを実現させたい！特別な日には「何がやりたい?」「何が食べたい?」など要望を聞き、なるべく実現できるようにスタッフ全員でアイデアを出し合っているそうです。お話を伺って一番びっくりしたのは旅館で出てくるような大きな刺身の舟盛り!! お誕生日を迎えられた利用者様の前に大きな舟盛りが写った写真をご家族様にも見

ていただいでみんなで喜びを分かち合えるとても素敵なアイデアだと思えました! 認知症のある方だと料理したいけどなかなかさせてあげられない。ニチイケア奥町では料理したい気持ちや意欲を叶えるためにスタッフの素敵なアイデアで巻き寿司を作ることを実現しました。長年培った料理の感覚はやはり体が覚えてくれるものですね。

規則正しい生活をなるべくする

認知症の進行防止のため、朝はしっかり起きて、日中はなるべくホールで過ごしてもらいます。そうして体内時計を正しくすることで、夜はしっかり寝ることができるようになります。

季節ごとのイベントにはアイデアを出し合い利用者様に喜んでいただきたいというスタッフさんの熱意を感じました。次回は和菓子作りをするそうです。





よろしくお願ひします。

足立和謙

あだち

かずあき

鍼灸師・あん摩マッサージ指圧師

令和6年4月にエミシア訪問鍼灸マッサージ豊橋本店に入社いたしました、足立和謙と申します。



これまでは名古屋の接骨院で働いており、スポーツ障害や仕事による肩こり・腰痛、産後のケア、美容など、幅広い施術を行ってきました。特に印象に残っているのは、**転倒によって半身が動かしくなくなった患者様が、手を動かせるようになり、自分で服を着られるようになったと喜んでいただけたことです。また、膝が曲がらず痛みで歩けなかった患者様が歩けるようになり、人生が変わったと感謝されたことも忘れられません。**このような経験から、訪問治療の

現場には多くの疾患を抱えられた患者様がいらっしゃることを知り、結婚を機に転職を決意し、エミシアに入社しました。

岐阜県の田舎出身のため、趣味は家庭菜園です。今年4月に引っ越しましたが、早速夏野菜をプランターで育て、初収穫も楽しみました。料理も好きで、休日はお酒を飲みながら収穫した野菜を使って料理を楽しんでいます。



治療家は一生勉強だと思っています。名古屋で培った知識や技術だけでなく、新しい環境でも常により良い施術を目指してまいりますので、どうぞよろしくお願ひ致します。



ご利用様の楽しくメリハリのある暮らしを保つために生活支援だけでなくリハビリやレクリエーションまで幅広く行っている施設です。



エミシア訪問マッサージを利用して
・施設に来てマッサージや機能訓練をしてもらえるのがありがたい。
・痛みを緩和してくれるので運動をがんばろう！少しでも歩くように意欲が出てきた。

ニッケあすもす番館

“ひとりひとりひかる”“余暇を楽しむ”利用者様のやりたいことをきき、スタッフのアイデアで実現する。利用者はもちろんスタッフも楽しめることを大切にしています。



エミシア訪問マッサージを利用して
・マッサージを受けてからトイレの立ち上がりがスムーズになった。(スタッフ)
・色んな方に会って身体に触られるコミュニケーションもとても大切だと感じる。(スタッフ)

かしの木の里

家庭的でとても温かみのある施設です。外出や面会も自由にさせていただけるのも魅力の一つです。



エミシア訪問マッサージを利用して
・リハビリ・マッサージに意欲的・協力的な施設としてご紹介することができた。
・複数の職種間で連携体制を構築しやすくなった(介護施設⇄エミシア⇄医療機関の連携体制が構築できた)
・ご入居者さまから楽しみだと笑顔をいただけることが増えた。

紡ぎの家

からふるの合言葉「誰のために！！」想い、気持ち大切に……。私たち木曾川では、たずさわる全ての方々の笑顔を第一に、明るく笑顔のおもてなしを心掛け、日々笑いの絶えない施設を目指しています。



エミシア訪問マッサージを利用して
・ホームにきてマッサージや機能訓練をしてもらえるのがありがたい。痛みを緩和してくれるので運動をがんばろう！少しでも歩くように意欲が出てきた。

からふる庭園木曾川

利用者様のアート作品



スマホ首リセット術で歪みを改善

スマホなどの使い過ぎで、フラットになった首に、ナチュラルなカーブを復活させる。



丁寧 リセット

首を回すローテーション系の運動では、引っかかりを感じる方向を重点的に行うようにしましょう。

タオルを使った首ストレッチ

両足を腰幅に開いてまっすぐに立ちます。頭の後ろにフェイスタオルを回し、両端を両手で持ちます。膝を曲げ、タオルを床と平行にピンと張ります。タオルを後頭部で押しながら、頭を後ろに引いて2秒保持し、その後元の位置に戻します。

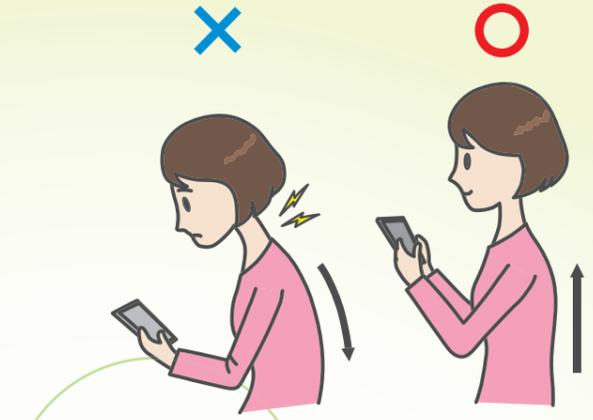
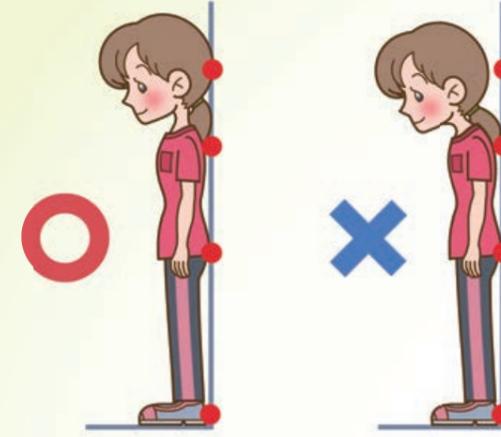


首を使った回転運動

床にうつ伏せになり、両肩の真下に肘をつき、両手の拳を握ります。両足を肩幅にまっすぐ伸ばしてつま先を立てましょう。お尻を落とさず、腰を反らさず、頭からかかとまでを一直線に保ちます。頭を上げて背骨の延長線上に保ち、顔を床と平行にします。ゆったりと深呼吸をしながら30秒保持します。

あなたはスマホ首？ セルフチェックをしてみよう

かかと、お尻、肩甲骨、後頭部を壁に付けて立ってみてください。後頭部が壁に付かないならスマホ首の可能性もあります。付いたとしても、胸が窮屈だったり姿勢を保つのが辛い場合も、スマホ首が疑われます。



軽く リセット

3つの方法で首を気持ちよくストレッチ。深呼吸を意識して、ストレスと緊張をリセットしましょう。



胸の鍵骨と乳頭突筋の ストレッチ

両足を腰幅に開いて立ちます。右肩に耳を近づけるように、頭を右側に倒しましょう。右手の拳を握り、右顎の下に当てます。右手で顎を上を押し上げ、左側の首筋を伸ばします。反対側も同様の手順で行ってください。



肩を上げる筋肉の ストレッチ

両足を腰幅に開いて立ちましょう。右足のつま先を見るように、顎を引いて頭を右斜め下に倒します。右手を後頭に添え、さらに右斜め下に頭を倒して、左側の首筋を伸ばします。この時、左肩が浮かないように注意してください。反対側も同じ手順で行います。



肩甲骨周辺の筋肉の ストレッチ

両足を腰幅に開いてまっすぐに立ちます。右肩に耳を近づけるように、頭を右に傾けます。右手を左側のこめかみに置き、右手でさらに頭を右に倒して、左の首筋を伸ばします。左肩は浮かせないように注意しましょう。反対側も同じ手順で行います。

お身体の不調にお悩みの方は、ぜひエミシア鍼灸接骨院へお越しください。専門スタッフが丁寧にサポートします！



お問い合わせ・ご予約はお気軽にお電話下さい
0532-35-9408

エミシア鍼灸接骨院



ドレッシングアドバイザー
アドバイザー
アドバイザー

NEW



Emicia.Group

エミシアグループ



エミシア
鍼灸接骨院

エミシア鍼灸接骨院
TEL:0532-35-9408

交通事故治療センター
TEL:0120-359408



エミシア
訪問鍼灸マッサージ

エミシア豊橋本店
〒441-8065 愛知県豊橋市中浜町 219 番地 42.43
TEL:0532-35-9418 FAX:0532-35-9428

エミシア名古屋店
〒466-0855 名古屋市昭和区川名本町 1 丁目 45
TEL:052-439-6070 FAX:052-439-6071

エミシア一宮店
〒491-0053 一宮市今伊勢町本神戸字高野池 3 番地 2
TEL:0586-85-6677 FAX:0586-85-6687



脳梗塞リハビリ回復センター
Stroke Rehabilitation Recovery Center

脳梗塞リハビリ回復センター
TEL:0532-35-9438



老人ホーム紹介センター
エミシアHOME
高齢者の住まい選びをサポート

エミシア HOME
東三河エリア：TEL:050-5357-1049
名古屋エリア：TEL:090-3619-8204