

アカネノワクーリハビリテーションセントラル

3月は三寒四温を経ながら少しずつ春の訪れが近づきますね。そんな中、当パワーリハビリでは様々なレクリエーションを行い、毎日笑顔と活気で溢れています。時には難しいプリントと格闘することもあれば、体を使ったレクリエーションではチーム戦から個人戦まで。勝負は真剣そのものですがその後は皆様ほっこり笑顔。これからも元気に体を動かしていきましょう。



利用者様と一緒に、作品作りを行っています。今月はひな祭りの作品やご自分で撮影された写真等でフロアを明るく彩っています。ぜひご覧ください。



# ぼたん通信

4月号



一般財団法人 脳神経疾患研究所  
附属総合南東北病院 附属須賀川診療所  
南東北通所リハビリテーションセンター須賀川  
南東北パワーリハビリテーションセンター須賀川

## 3月の職員研修会

3月10日、須賀川診療所で総合研修会を行いました。南東北病院・本院からも指導に来て頂きました。交通安全について（送迎車の誘導の仕方）、避難訓練（避難誘導の仕方・アドバイス）、MRIの安全性について、キャリアパス導入について（教育研修）など、様々な指導を受けました。



(一財) 脳神経疾患研究所  
附属 総合南東北病院 附属 須賀川診療所  
**TEL (0248)73-3331 (代表)**  
**FAX (0248)72-9590**  
南東北通所リハビリテーションセンター須賀川  
南東北パワーリハビリテーションセンター須賀川  
**TEL (0248)73-3329 (通所直通)**  
【関連事業所】  
南東北須賀川居宅介護支援事業所  
南東北訪問看護ステーション たんぽぽ  
962-0032  
須賀川市大袋町206-2  
e-mail:sukagawaclinic@mt.strins.or.jp  
homepage: <http://www.sukagawa-clinic.com/>

江戸時代の俳人・松尾芭蕉が詠んだ『またうどな犬ふみつけて猫の恋』という俳句があります。『またうど』とは漢文で『全人』と書き、眞面目なという意味があります。猫の恋が激しくなる春に、門を守つている眞面目な犬を気にもせず、お構いなしに出て行つてしまふ恋愛至上主義の猫の姿が詠まれています。春は猫にとつて恋の季節であることから、少し変わった春の季語として『猫の恋』という言葉が用いられるのです。

『猫背』とは、背中が丸まり頭は前に出ている状態の事を言います。人の体は約200個の骨が連動していくままで、猫背になる事で背骨が丸まり、頭の位置が前に出れば骨盤や足をはじめ様々な骨の位置がずれ、骨格が歪んでいきます。それにより、スタイルの崩れや頭痛・肩こり・首こり・腰痛など身体の不調を引き起こす事があります。人の頭の重さは約5～6キロあると言われ、スイカ1個分くらいの重さがあります。これは背骨の上に乗つていれば支える事は可能ですが、猫背になり顔が前に出ると頸や肩の筋肉でこれを支える事になりますので、肩こりや首こり、頭痛に繋がつていきます。毎日少しづつでもストレッチなどををして姿勢を改善し、春を元気に過ごしましょう。

ほたん通信  
2018年4月号  
発行  
一般財団法人  
須賀川診療所  
ぼたん通信担当

## 編集後記

## 今月の利用者様の川柳・短文『作品募集中』

たくさんの作品を有難うございます。今後も作品募集中です。是非ともご参加下さい。



『牡丹園  
市民園  
今年も花待ちいたれば  
牡丹が美しく咲き』

『梅や桜  
市民桜  
牡丹の蕾一  
大さきくなりぬ』

『市民の心  
鯉のぼりとも両側に  
深く愛せり』

『桜花  
桜花迎堂川の  
市民の心 美しく  
鯉のぼりとも両側に  
深く愛せり』

### 短歌

『桜花  
咲いてうれしき  
春の花』

## 異動職員 よろしくお願ひします





理学療法士  
吉澤 智貴  
(よしさわ ともき)  
趣味  
・ライブ・コンサート鑑賞  
特技  
・水泳



一言

早く皆様のお役に立てるように、まずは皆様のお顔とお名前を早く覚えられる様に努めますので、皆様も気軽に声かけ下さい。これから宜しくお願ひします。



### 研修 参加してきました。

職種 介護福祉士 氏名：塩田 真也

テーマ：現場で使える生活リハビリテーション

内容：平成30年2月28日(水) 福島介護福祉専門学校・南東北福島病院 理学療法士 渡辺知子先生の研修会に参加してきました。

介護の専門職として、生活リハビリテーション目的と実践を実際行い、事例検討やグループワークによる演習を一日学んできました。

普段から利用者様の、生活リハビリテーションの様子をみていましたが、専門職だけでなく利用者様やご家族様から情報を聽かれたり伝えたり際にも行う際も様々方法や本人の生活を良く考えてリハビリ促しました状態などを正確に伝え、一人ひとりの生活にあった、運動リハビリ促して行きたいと思いました。今後の業務に役立てていきます。

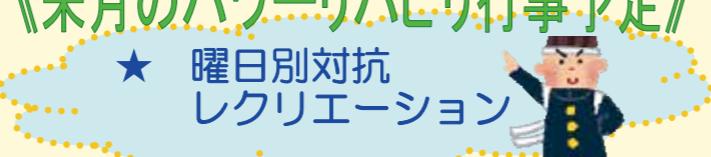
### 《来月の通所リハビリ行事予定》

★ クラフト



### 《来月のパワーリハビリ行事予定》

★ 曜日別対抗  
レクリエーション



# 南東北通所リハビリテーションセンター須賀川

3月の行事は『一藤会』の方達による民謡を披露して頂きました。とても上手な演奏と歌に、皆さん真剣に聞き入っていましたね。演舞を披露して下さった方たちと一緒に、職員や利用者の皆さんも輪になって踊った時はとても楽しんで踊っていました様に思えます。  
皆さんのとても素敵なお笑顔が溢れていましたね。



ツーショット写真！！  
有名人と撮ったみたいで緊張しちゃったな☆  
楽しい時間をありがとうございました！

踊りと歌なら  
任せてね(^O^) !

