

在宅リハビリの専門家
リハビリネクス
2019 春号 38号

リハビリネクス川柳2019

今年もリハビリ川柳と介護川柳を募集しました。

65作品という多数のご応募をいただきまして、誠にありがとうございます。どの川柳からも、努力や笑顔にあふれたリハビリ・介護の様子が目に浮かびました。素晴らしい作品ばかりで入賞作品を選ばせていただくのはとても大変でしたが、ここで発表させていただきます。

皆様の個性豊かな川柳と雅号をぜひお楽しみください。

佳作

背が縮み 孫からおさがり これぞエロ

いもむしくん



靴ひもの 切れた量だけ 努力あと

AKBの母



準佳作

向い合い 笑みとだじやれの 老老介護

磯さん



「早く着替えて」と妻が言う 今日ハネクストか?

g o 太陽



食後の薬 それだけで満腹 ごちそうさま すみ子九十四才



努力賞

孝ちゃん さつき ハーブのカモミール



リハビリネクスト川柳2019

亥い年に	するぞと気合で	突進だ	
愛犬は	リハビリ中だけ	寄ってくる	
帰宅して	即リハビリで	腹ペコだ	
歩きたい	歩いてみたら	歩けたよ	
リハビリの	継続性を	今に知る	
相性が	良ければ効果が	功利的	
少しずつ	歩いて三河	晴れとなる	
がんばるぞ	鳥語降るふる	前うしろ	
リハビリを	終えて軽やか	散歩かな	
マッサージ	昔はこそばい	今気持ち良い	
夜ながい	なにしたらいい	そして朝	
春近し	大空で小鳥たちが	はばたいている	
今がある	家族の支えに	感謝して	
猫たちの	かわいいしぐさに	つい笑顔	
梅一りん咲けども	寒さきびしい	足の痛みは	
何故出来ぬ	出来ぬはずだよ	やる気ゼロ	
やれば良い	わかっているけど	やる気出ず	
痛い時	横になつては	力ぬき	
アトリエで	どこでも行ける	今日は富士	
今日はなんにちかい	さてねー我が家も	正に老々介護	

AKBの母

龍

龍

リハ

ポーシング

ポーシング

三子

三子

三子

千代ちゃん

くまさん

M・T

バラ

バラ

ありちゃん

tya tya

tya tya

Mさん

ラピスラズリ

タンポポ

加奈さんが 居るよ 笑いの花が咲く

しびれてる 我が足ながら 他人の足

リハビリは 我が足のため 言いきかす

せんりゅうをつくるあたまで どれいった

リハビリを 待ちくたびれて 寝ぼけ顔

咲くを待つ 花は何色 ムスカリの

なんにせよ いちばん始めは 起き上がり

覚悟きめ 続けることで みち開く

リハビリを たのしみにまつ かわいいひと

朝がきた テレビ体操 いつまでも

みんなであうたう うたのれんしゅう おんがくで

マッサージ 心も体も 温かい

リハビリで 手足運動 軽くなり

友からの 電話もらって 励まされ

よしやるぞ いつまで持つか その気持ち

一日を 無事に生きるも 冒険さ！

病氣をも 「楽しみたまえ」と 子規が言い

リハビリは いまはつらいが あとがいい

リハビリは きずなをふかめ かかわる

リハビリは からだをさわるが くすくすらん

ハーブのカモミール

けどさん

けどさん

やつちゃん

アールグレイ

アールグレイ

たかし

たかし

せんちゃん

きいちゃん

でんしゃ

なでしこ

なでしこ

なでしこ

たこやき

哲学の道

哲学の道

サル

サル

サル

リハビリネクスト川柳2019

ふうせんで	ふくらませよと	はげまされ	伝内	
歩けたよ	笑って生きる	幸せよ	たにやん	
認知症と	戦う私は	認知症	すみ子 九十四才	
転倒して	仰ぐ空青く	心は灰色	すみ子 九十四才	
食事する	半分口に入り	後こぼし	すみ子 九十四才	
「出かけよう」	誘う気持ちと	断る脚	すみ子 九十四才	
煙草だけ	もって行きたい	あの世まで	〇さん	
前向きに	筋力アップで	杖いらす	孝ちゃん	
リハビリを	やればやるほど	らくになる	孝ちゃん	
足腰を	筋力アップで	桜見に	孝ちゃん	
リハビリで	行きつ戻りつ	現状維持	孝ちゃん	
庭先に	つがいのメジロ	春きたる	孝ちゃん	
梅の花	痛みわすれる	リハビリー	スズ	
リハビリを	受けて楽しく	若返る	春心	
足こしの	痛さに	歩行を	わすれそう	これは大変だ
年とつて	自由にならぬ	我が身かな	朋子	
さあ歩け	その一歩から	リハビリだ	けたはる	
亀よりも	遅く歩いて	皆ばんざい	白英	
きんかんは	はなかげにきく	かぜぐすり	朱ちゃん	
北川景子が	やれと言うなら	リハビリする	とんとん	



旅行記



ちよちゃんが昨年秋にご主人と息子さんと飛騨高山へ一泊旅行に行かれた時のお話を担当の大重が伺いました。

大重：関節リウマチで身体に動かしにくさがありますが、旅行先で困ったことはありませんでしたか？

ちよちゃん：長い距離を歩くことや大きな段差を昇降することは難しいです。普段めったに使いませんが旅行では車椅子を使い困ることはありませんでしたよ。

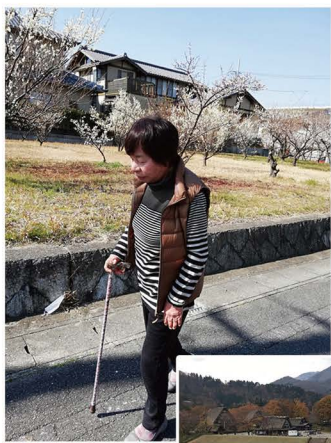


大重：良い思い出ができましたか？

ちよちゃん：一緒に行った家族が夫と息子だったので手伝ってもらって温泉に入ることとはできませんでしたが、紅葉の景色と美味しいお食事を楽しむことができました。

大重：今後の目標は何かありますか？

ちよちゃん：来年も再来年もまた旅行に行けるように、昨年末から散歩を始めました。関節に負担のかからないよう1000歩程から開始して最近は2000歩以上歩いた日もありました。無理なく丁度良い運動です。よく眠れるようになり睡眠薬が要らなくなりました。2020年は結婚50周年ですので、また旅行に行けるようにリハビリを続けていきたいと思っています。



大重：また旅行に行った際は話をきかせてください。ありがとうございました。

園芸療法

①11月に植え付けをしました

ムスカリは他の花を引き立てる名脇役と言われている花ですが、今回は主役として育てています。11月から始まった園芸療法の経過をご紹介します。



②土が乾いたら水やりをします



③暖冬の影響でしょうか
数週間後には芽が出てきました



④環境によって成長に
違いがありますね



続々と開花しています。

開花の様子はHPで

<http://www.rehanext.net/enngeiryohou>



ネクストホームページ
です。



⑤小さな花芽が
顔を出しました



⑥開花♪

下の方から可愛い小花が
咲き始めました。満開が楽しみです



園芸療法は秋頃より開始し物品をこちらで準備します。皆様のご参加をお待ちしております。
お気軽にスタッフまでお問い合わせください。

リハビリネクスト文化祭 2018年12月～2019年2月 投稿作品



しだれ梅
小鳥も居るね
きれいだな
川柳 なでしこ

お年玉孫の笑顔が満開に
穏やかに佳き事ばかり夢見てる
初夢に孫と一緒にカルタ取り
初夢に友と語りてほのぼのと
頑張って元気で居たい 独り言

詩「お正月」なでしこ

ひらひらと散って
ジュウタンの様に重なって居る
茶色の落ち葉：
何かしら淋しい：
自分の大役を果たして 何時の間にか
枯れ枝と成って居る
私達を喜ばせてくれた
木々の偉大さに感動するばかり
私も何とかして元気で居たいです

詩「落ち葉」なでしこ

生き生きと笑顔で居たい 残りの人生
この痛み 誰にもわからず 頑張れ
病気に勝手にいつも心の中で励まして居る
課題を持ち 勇気を出して 前を見て
手足もあつた お話も出来る 感謝の気持ち
ボタンの穴がどこかしら 手探りで
歩きたい 歩けない あせらずに ゆっくりと
春に成って 暖かくなったら 歩けるように

詩「人生」なでしこ

ヒュウ：ヒュウ：冷たい風が
時々雲が走って居る
暖かな日差しが 恋しくなる この頃です
段々とお正月の訪れが：
あれもこれもしなければならぬ
空想ばかりです
身近な事一つでも良い出来れば
無理しない様に 転倒しない事
心に念じながら

詩「冬の訪れ」なでしこ

長い間お世話様に成って居ます
手足の不自由な私です：
親切で真心一杯
全力で尽くして下さるのです
涙が出て来ます：
香水の香りがする 入浴剤：
部屋中が一杯に良い香り：
暑さにも寒さにも負けずに笑顔で
しっかりと頑張って下さい
皆様方に感謝の想いで一杯です

詩「訪問入浴」なでしこ

作品作りキットの紹介

リハビリを兼ねての創作活動に興味はあるけれど、「何をしたらいいのか」「私には出来ないのでは」など、様々な理由で一歩が踏み出せない方がいるかもしれません。今回は療法士お勧めの作品作りキットをご紹介します。これをきっかけに、ものづくりの楽しさ・自身の力の再発見につながり、より活力に満ちた日々となるよう応援していきたいと考えています。

今回のテーマ 片手でもできる 道具を使わない きれいに仕上がる

紹介キット シール貼り絵

期待できるリハビリ効果

【身体面】巧緻性（手先の器用さ）の向上、目と手の協調性の向上、脳の活性化が期待される

【精神面】達成感や自信になる、コミュニケーションのきっかけになる

今回のキット 取り扱い元：さくらほりきり

A：仲良し子猫



（615円税込 別途送料）サイズ13.8×19.5cm

B：夏を感じる花火



（615円税込 別途送料）サイズ14×18.5cm

どちらも完成後は飾ることができます。

制作方法

番号の書かれた台紙に同じ番号のシールを剥がし、貼っていきます。
糊やハサミは必要ありませんが、片手の方や細かい作業が苦手な方は、



目打ちがあると、とても作業がしやすいです。

目打ちがない方は購入されてもよいですが、家にあるもの
（爪楊枝や竹串）で代用もできます。

目打ち（237円税込 別途送料）



制作動画QRコード

☆興味を持たれた方は、お気軽に担当者へお問い合わせください☆

インターネットでリハビリ 家族でできるリハビリ

親子、夫婦など家族でリハビリがしたいけど、どうしたらいいかわからない。

そんな方に向けてリハビリの仕方をユーチューブで解説しています。

ユーチューブチャンネル登録 1,213 人 もうすぐ70万回再生



スマートフォンのカメラでQRコードを読み込んでください。

2018年度 出張リハビリ教室

教育の無償化が叫ばれています。私たちリハビリネクストは、医療の知識こそが無償で身近になくってはならないと考えています。「出張リハビリ教室」として、弊社職員が無償で講演活動を行います。弊社が訪問リハビリを通じて得た経験・知識を皆様に還元する事も使命として活動しています。「私たちリハビリネクストの経験・知識は皆様のもの」を合言葉に、無償講演活動を通じ社会貢献を目指しています。

【出張看護教室】ひまわり邸様にお伺いしました

3/12 フットケア指導士・看護師 八木

「在宅フットケアをはじめましょう！」という題で訪問看護師の
行っているフットケアの紹介をしました。

自分の足に興味を持ってもらえるように足のサイズ測定をして、
タオルを使った足趾の運動も行いました。



【出張リハビリ教室】きたよし包括支援センター様にお伺いしました



9/29 <前半> 理学療法士 江濱

座ってできる全身の体操とボッチャを楽しんでいただきました。

9/29 <後半> フットケア指導士・看護師 八木

「足を大切にしましょう」という題で話をしました。

足の観察や手入れの方法を説明した後に、各自靴の裏を見てもらい
ました。歩き方で身体の不調が起きやすいため 改善方法の体操を
一緒に行いました。



のぞいてみよう！フェイスブック facebook

リハビリネクストには『フェイスブック』のページがあります。
どんな事が書いてあるのでしょうか・・・。過去の記事を紹介します。

【リハビリ情報】

～iPS細胞で脊髄損傷の神経再生へ～

世界初の試みになる臨床研究。

麻痺した手足が回復するのか、期待される。

移植は4人の計画。

1年かけて安全性、有効性を調べます。

・フェイスブックではリハビリ情報を発信中！！下記アドレスをご覧ください。

<http://www.facebook.com/rehanext>

ページにある「いいね」ボタンを押すことで参加もできます。

ありがとうございます！！2,800「いいね」
毎週リハビリ情報を更新中





5月29日(水) 30日(木) 31日(金)

6月29日(土)

7月29日(月) 30日(火) 31日(水)

★ 5/1(水) 5/2(木) 5/3(金) 5/4(土) 5/6(月)、7/15(月)は祝日ですが、通常通りの訪問になります。

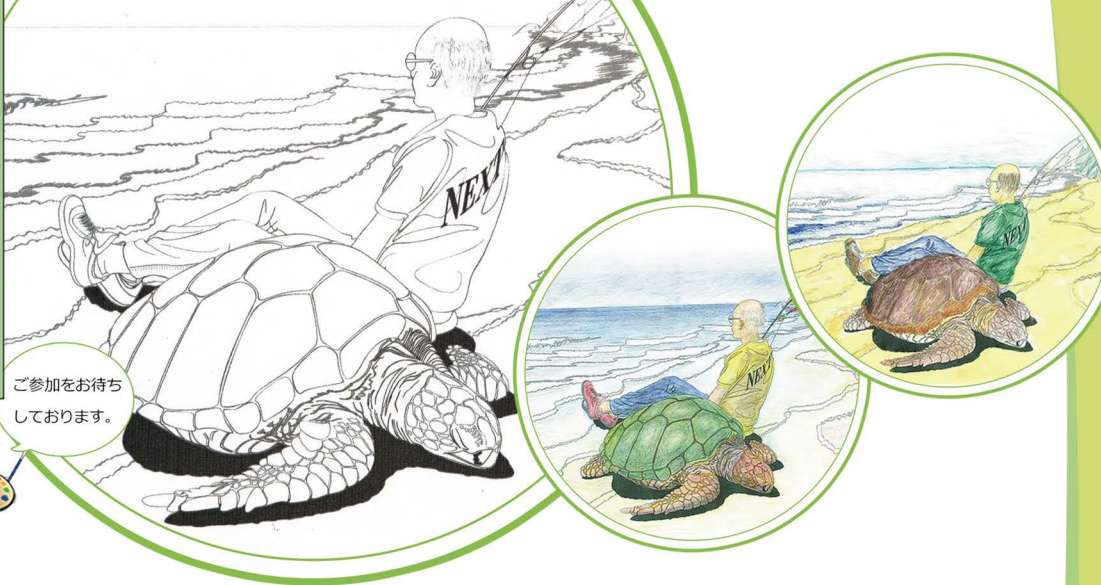
ご迷惑をおかけしますが、宜しくお願い致します。

ぬりえコンテスト作品募集中!

毎夏恒例「ぬりえコンテスト」の季節がやってきました!

ぬりえの原画が皆様のお手元に届き始めているかと思います。2014年に同じぬりえを使用していますので、以前に参加してくださった方も、新たな配色やアイデアでぜひ塗られてみてくださいね。

今年もサイズは A4 でご用意しております。色鉛筆やクレヨン、貸し出しも行っていますので、ご希望の方は遠慮なく担当者に声をかけてください! スタッフ一同、皆様のご参加をお待ちしております。



編集後記

暖かな季節になり、身体を動かしやすくなりました。この勢いで、家中の整理整頓、掃除をしようと思っている今日この頃です。

掃除が開運に繋がるとはよく耳にする話ですね。トイレ掃除を大切にして成功した著名人として松下幸之助氏、タモリさんやビートたけしさんなども有名です。ちなみにネクスト社内でも、整理整頓や清掃は重要視されていることの1つです。事務所内では、無駄な物が置かれたままという状態はありません。ですが、私個人の家をチェックしてみると、やはりあります。何年も使用していないもの、壊れて使えないものもあり、処分したらスッキリしました。整理整頓すると本当に気持ちが良いですね。

梅雨が来る前の爽やかな時期に整理整頓をしておけると良いですね。無駄なものが減れば動きやすく、また日々の掃除もしやすいですものね。健康維持のためにも、良い環境を作って保ちたいものです。(文責:大羽)



リハビリネクスト 株式会社 豊田市梅坪町 6-14-18

☎ 0565-35-8928

☎ 0120-920-546

FAX 0565-35-8921

✉ mail@rehanext.net

リハビリネクスト

