

## スーパーへ買い物に行きたい！

家から距離のある（約650m先）スーパーへ買い物に行きたいとの希望から、2025年9月3日より通所リハビリの利用を開始されました。開始当初は持久力の低下が顕著で、また超高齢であることから、リハビリでは常にH様の心身状態と相談しながら実施しました。しかしH様は「自分のためやから」と常に前向きで、積極的にリハビリに取り組まれていました。現在は持久力が向上して、押し車での屋外歩行練習では開始当初300m⇒現在500mまで連続歩行距離を伸ばすことが出来ました。またH様より家で行える練習がしたいとの提案があり、利用日以外でも外を歩く練習をされるようになりました。今後も心身機能、負荷量に注意しながら持久力向上を図り、暖かくなった時期にはH様が望むスーパーへ行けるようになればと考えています。

常に前向きな性格に助けられながら、今後も目標に向けてサポートしていきます。



H様（パワーリハ歴 3ヵ月）

体力測定	2025年9月	2025年12月
握力（右）	12.4kg	13.6kg
座位体前屈	10.5cm	13.5cm
TUG	12.9秒	12.1秒

医療法人アエバ会 老人保健施設  
**すこやか生野**

入所・短期入所  
**06-6717-8002 (代表)**

通所リハビリテーション  
**06-6717-8003 (直通)**

居宅介護支援事業所  
**06-6717-8033 (直通)**



<https://www.aeba.or.jp>

すこやか生野

検索

**無料見学体験会随時実施中！**

お気軽にお問い合わせください。





2026年 元旦

# 新年のあいさつ

新年、明けましておめでとうございます。

旧年中はたいへんお世話になりました。お礼申し上げます。

当施設では在宅復帰に向けて、リハビリ（短期集中リハビリ・認知症短期集中リハビリ）を積極的に行っています。在宅復帰を実現させるためには、多職種の方が密に連携することが不可欠です。看護・リハビリ・介護・施設ケアマネジャーなどの多職種の方が、入所・通所のお一人お一人の情報を一覧表にすることにより、共有しています。さらに職員研修や在宅訪問をした際の情報も共有されます。また、家族様や居宅ケアマネジャーがカンファレンスに参加していただくと、在宅復帰の計画がより具体化され、円滑な在宅復帰に繋がります。入所の方、通所リハビリの方が、それぞれ何を必要とされているかを認識するために、多職種のスタッフが集まり、綿密な話し合いを重ねています。

入所の方・通所リハビリの方の中には、難聴や認知症で困っている方多くいらっしゃいます。コミュニケーションが取れないと、正確な情報が得られないので、介護・リハビリをする上で支障が生じます。特に入所の方には回診の折に、新しいタイプの補聴器、ミミヨリーナ（浅田 章、特許庁登録、2017年）を、難聴や認知症の方に利用してもらっています。会話が円滑になります。笑顔が生まれます。コミュニケーションがとれると、会話が弾み、認知症の進行を遅らせる効果がうまれることも分かりました。当然のことながら、在宅復帰が促進されます。2025年9月、NHKの番組「タモリ・山中伸弥さんの知的探求フロンティア、認知症克服のカギ」では、難聴を改善することが認知症の予防にもっとも大きな効果があることが証明されました。2025年11月に開催された全国老人保健施設協会の学会（山口県 下関市）で、難聴や認知症の方の聴力補助すると認知症を予防できる可能性があるという、私達の長年の研究成果を発表しました。

これからも、利用者の笑顔を増やして、難聴や認知症の方とお互いに冗談が言える機会を増やすことを目標にしています。

2025年冬はインフルエンザの流行が例年よりも早く、その対応も進めてきました。新型コロナウイルスもまだまだ油断できません。気を緩めることなく、感染症対策を進めます。



施設長 浅田 章

## すこやかKITCHEN note

～すこやか生野のキッチンで調理している食事レポートです！～

今回は薬膳料理～冷え対策～です。

- ・生姜入りひじきごはん
- ・鯖の酒粕鍋風
- ・金平ごぼう
- ・すまし汁（ほうれん草）

体を内側から温める「冷え対策」をテーマにした薬膳献立です。生姜入りひじきごはんは、血行を促す生姜に加え、ひじきに含まれる鉄分やカルシウムなどのミネラルが補給できる一品。鯖の酒粕鍋風は良質なたんぱく質が摂れ、体を温める食材を組み合わせました。ごぼうやほうれん草も取り入れ、腸内環境や免疫力の維持にも配慮しています。寒い季節にうれしい、体にやさしい献立です。

担当者：管理栄養士 藪内 彩

