

# 「通所リハビリテーション(デイケア)」と 「通所介護(デイサービス)」は、 どちらが違う?ご存知ですか?



どちらも利用者が可能な限り  
居宅で、自立した日常生活を  
送ることが出来るように支援  
する介護保険サービスです。



## 通所リハビリテーション(デイケア)

は、通所リハビリテーションの施設（介護保険施設、診療所、病院など）に通い、医師の指示のもとリハビリ専門職による「機能の維持回復訓練」や「日常生活動作訓練」が受けられるサービスです。一言でいうと、「リハビリを目的に行くところ」



## 通所介護(デイサービス)

は、デイサービスセンター等へ通い、必要な日常生活上の世話及び機能訓練も行いますが、利用者の社会的孤立間の解消及び心身の機能維持並びに利用者の家族の身体的、精神的負担の軽減を図る目的で、様々なプログラム（外出、書道、生け花、体操等）が受けられるサービスです。一言でいうと、「日中楽しい時間過ごす目的で行くところ」

医療的なケアや専門的なリハビリが必要な方は、通所リハビリテーションを選ぶことをお勧めします。但し、施設によっては、通所介護でも機能訓練指導員やリハビリ専門員が常駐している事業所もありますので選択する際に確認して頂ければと思います。

尚、ケアセンター弘前は、通所リハビリテーションが併設されております。ご相談等お気軽にご連絡ください。お待ちしています。

電話 87-0111 担当 棟方

# メモリアルタイムス

第83号

老人保健施設	発刊元
ケアセンター弘前	青森県認証 介護サービス事業所

広報委員会  
八七〇二一  
一丁目三の  
一  
会

## 豆まき



2月2日火曜日、春の季節を感じる行事が今年も行われました。利用者様は願いを込め、施設に現れた赤鬼、青鬼めがけ、一生懸命豆をまかれていきました。早く春が来てほしいですね!



## ◆旬の食べ物紹介◆

春の旬の食べ物と言えばたくさんありますが、今回は菜の花、タラの芽、フキノトウを紹介したいと思います。これらの春野菜にはデトックス成分が含まれています。冬の間気温も低く、代謝も悪くなりがちで、老廃物が体に溜まりやすい状態になっていましたが、春野菜を食べる事で、老廃物を排出しやすくなります。

### 【タラの芽、フキノトウ、ウド】

苦味成分で腎臓のろ過機能を上げ、新陳代謝を高める働きがあります。

### 【春キャベツ】

肝臓の解毒機能を強化します。肝臓はアルコールを分解、体内で生成される毒性、老廃物を解毒してくれます。

### 【フキノトウ】

肝機能や消化機能を強化します。

カリウムが多く、老廃物を排出します。また、食物繊維がゴボウより多く、便秘予防・改善も期待されます。

この他にも旬の食べ物があるので、是非一番おいしい時期に食卓に並べてみてはいかがでしょうか。



## 職員紹介



看護職員 水口 真由美

12月1日から看護職員として働いています。皆さんの顔と名前を覚えて楽しく声がけできるよう努めます。どうぞよろしくお願いします。

## 編集後記

雪も融け、桜の開花が待ち遠しい日々ですが、今年こそは弘前公園で桜祭りが開催されることを願っています。公園の桜が見たい!! ((`▽`\*))  
今回もメモリアルタイムスを最後まで読んで頂きありがとうございました。  
次回お楽しみに!!



# リハビリの風景

入所者様、通所ご利用者様の日々の訓練の様子をご紹介します。

皆様それぞれ訓練内容はちがいますが、これからも元気に過ごせるよう頑張っています!!



## 入所者様



## 通所ご利用者様



## -\*-\*-\*-\* 私の趣味の時間 -\*-\*-\*-\*-



### ●入所者様

いつもみんなに「何編んでるの?」と聞かれます。これはベストにしようかと思っています。



### ●入所者様

娘が塗り絵の本を準備してくれたので……上手く塗れた1枚をお見せします!!



### ●入所者様

色々な風景の写真を見て過ごしています。私は“深浦”が大好きで、夫とドライブによく出掛けました。日本海に沈む夕日を見た時は、本当に感動して一生忘れられません。

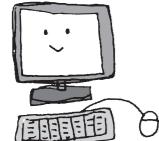
### ●通所ご利用者様

パソコンでマージャンを楽しんでいます。色々な手があるので頭を使います。その分疲れますが、なかなか楽しんでいます。



### ●通所ご利用者様

今は“えびす大黒様”的ふきんを縫っています。



# 委員会活動の紹介

当施設では多数の委員会を設け、より良い施設づくりを目指して活動しています。今回は“食事向上委員会”と“防災委員会”的2つの活動を紹介します。

## ～食事向上委員会～

利用者様に、安全で満足して頂ける食事が提供出来るよう、活動しています。日々の食事を楽しんで頂く為、個々の嗜好に合った食事となるよう、検討・

改善を重ね、食事内容の向上を目指しています。



その他、食堂での焼き肉や、バイキング食や行事食、おやつ作り等も計画・実施しております。

## ～防災委員会～

災害時に備え、避難訓練や消火訓練、通報訓練、非常用備品備蓄の整備を行っています。避難訓練では、ご利用者様を安全に素早く誘導できるよう訓練を行い、実際に火を使った消火訓練も行っています。万が一の際、的確な判断にて、迅速な行動がとれるよう日々認識と防災意識を高め、ご利用者様が安全に生活できるように努めています。

