

『気仙沼訪問リハビリステーション』

まんぼう通信



平成31年3月1日 No.53

こんにちは！皆様、元気にお過ごしでしょうか？

さて、2月14日に松川で行われた介護予防事業に、当事業所のPT小野寺と高嶋が参加してきました。普段から介護予防体操の「**海潮音体操**」を実施されている団体のため、体操の裏話など、より詳しくお話をさせて頂きました。興味のある方はご連絡ください！そして今回はなんと、**半数が男性の参加者**でした。



フレイルをご存じですか？

最近いろいろなところで『フレイル』という言葉聞くようになりました。フレイルとは、健康な状態と要介護状態の中間のことを言います。

これには身体的・精神的・社会的要素の3つの要素が関係しています。フレイルの状態を早期に発見し、要介護状態にならないようにすることで、健康寿命を延ばすことができます。

予防のポイント：**運動、栄養、社会参加**

～2年間ありがとうございました～

私事ですが、この度一身上の都合により3月で退職することとなりました。2年という短い間でしたが、皆様方には大変お世話になり、誠にありがとうございました。

入職当初は慣れない環境で不安もたくさんありましたが、皆様に暖かく迎え入れ、支えていただき、今では気仙沼がほっと一息できる、第二の故郷のように感じています。朝食を抜いて行くと、「まず食べらい！」と朝食を出してくれたり、花嫁修業だからと料理や編み物を教えていただいたこともありました。多職種の方々とも密に連携し、悩んでいるときには何度も手を差し伸べていただきました。この2年間でたくさんの方のことを皆様に学ばせていただき、成長することができました。

4月からは地元山形で訪問リハビリを行う予定です。「気仙沼ってこんなにいい所だったんだよ」と山形でも伝えていきたいと思っています。

最後になりますがいつも孫のように笑顔で接して下さった利用者様、支えて下さった医療・福祉関係の皆様から心から御礼申し上げます。

またお会いできることを心より願っています。

気仙沼訪問リハビリステーション
作業療法士 松木 裕美子



一般財団法人訪問リハビリテーション振興財団
気仙沼訪問リハビリステーション
管理者：小野寺 裕志

TEL：0226-25-8323 FAX：0226-25-8324