



ぺんぎん通信



QMA10290
ISO9001 認証取得

2020年10月244号

<https://www.akutagawa.co.jp>

2020年度お客様アンケートご協力のおかげ



拝啓 紅葉の候、ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。平素は格別のお引き立てを賜り、誠にありがとうございます。

さて、私たちは「人間の生きがいを追究し、豊かな地域コミュニティを創造する」という理念のもと、お客様、ご家族、社員、地域の方々の一人ひとりが「生きがい」をもって暮らせる社会の実現を目指しています。2020年は、全社員が自律的に行動し、細かなところまでお客様の要望にお応えできる体制創りに取り組んでおります。また新型コロナウイルスの感染予防体制など自然災害にも備えた施設整備に力を入れ、お客様が安心、安全に暮らせる施設環境に取り組んでおります。

つきましては、よりご満足いただけるサービスの提供の為に、ご利用者様、ご家族様、ケアマネジャー様に、アンケートにてご意見をいただきたくご協力をお願い申し上げます。「地域コミュニティ創造企業」として、社業に精励致しますので、何卒一層のご指導とご鞭撻をお願い申し上げます。

敬 具

株式会社 アクタガワ
代表取締役社長 芥川 崇仁



今回は当社の「生活リハビリ」について、各事業所で取り組んでいる内容を取り上げていきたいと思ひます。

◇活動レポート

83歳女性の方です。

《ご本人・ご家族の希望》

ご本人)「編み物をやってみたい、ホームに行かない日は歩くことと、色んな人と話して、物忘れをしないようにしたい。」

ご家族)「足が丈夫で過ごせるように、できるだけ運動してほしい。」

《生活リハビリの目標》

(長期目標)「編み物を作成し、地域の公民館での作品発表会へ展示できるようになる。また、公民館にある階段を膝の痛み無く階段昇降できるようになる。」

(短期目標)「①屋外を安定して歩ける。②膝の痛みなく階段を昇降できるようになる。」

《生活リハビリのプログラム》

①立った状態で足を後ろに挙げる運動

5秒間 × 左右5回ずつを1日3セット

②自宅の階段を意識して階段の昇降練習

施設CMと連携し、階段の手すりの位置や段差の高さを確認。膝の痛みが少ない方法を提案



《改善ポイント》

①階段を下りる際に膝に痛みがあった。

→降り方を工夫することで膝の痛みは消失

②膝の痛みの影響で外出時に杖を使う事があった。

→膝の痛みが軽減し、歩行能力が向上した。



	目標に必要な条件	2019年6月	2019年10月
歩行速度	横断歩道を渡り切るのに必要な速度 5秒/5m以内	5.8秒/5m	4.29秒/5m

目標達成に向けて、第1段階として、今回は「屋外を安定して歩ける」と「階段を痛みなく昇降できる」ことを目標に生活リハビリを実施しました。屋内ではございますが、横断歩道を渡り切るのに必要な歩行速度(1m/秒:5mの場合は5秒以内)に到達することが出来ました。また階段昇り降りについては、膝への負担が少ない降り方をご自宅でもできるよう理学療法士が資料を作成し、意識して頂きました。時折、忘れてしまうこともありますが、降り方を意識的にできれば痛みなく行えるようになりました。

アクタガワ SDGs 宣言！

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

世界を変えるための17の目標



「SDGs（エス・ディー・ジーズ）」とは、2030年までに国際社会が抱える課題を解決するために2015年の国連サミットで採択された「17の持続可能な開発目標（ゴール）」です。日本では2016年に推進本部が設置され、2018年に静岡市と浜松市を含め全国から29の自治体がモデル都市として選出されました。

アクタガワでは「人間の生きがいを追究し、豊かな地域コミュニティを創造する」理念のもと、2019年1月より3つのSDGs目標を宣言し、産×官×学で推進しています。

- 「すべての人に健康と福祉を（3）」
- 「働きがいも経済成長も（8）」
- 「住み続けられるまちづくり（11）」



感性にささやく五感の生活

よさこい祭り

高知県高知市で、毎年8月9日から4日間にわたって行われる祭りです。昭和29年8月、当時の不況を吹き飛ばし、市民を元気づけようといわれたのが始まりで、今や日本各地に広く知られています。

祭り本番は、市内の競技場・演舞場で約200団体の参加者が鳴子（なるこ）を手に持ち、華やかな衣装で踊りを繰り広げます。

「よさこい」の語源は諸説ありますが、夜さり来い（夜にいらっしやい）という古語が変化した言葉のようです。

〈ハートフルホーム加島〉



ほおずき

古くから薬草として利用され、実を口で鳴らす遊びで親しまれる「ほおずき」。毎年七月に東京浅草・浅草寺（せんそうじ）で開かれる「ほおずき市」が有名で多くの人で賑わいます。が、今年は新型コロナウイルス感染拡大のため中止となってしまいました。ほおずきは「鬼灯」とも書き、その形から別名「灯籠草（とうろうそう）」とも呼ばれます。お盆の時期には精霊が迷わないよう、赤い色を迎え火や提灯の火に見立て飾ります。

故郷でお盆を迎えることも難しい夏になりました。

〈プレミアムハートライフ小鹿公園前〉



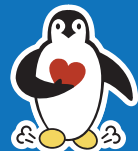
日本の涼

暑い夏、日本には暑さをしのぐ「涼」がたくさんあります。夏扇子は団扇とともに、あおいで涼をとり、暑さを和らげる夏の必需品です。様々な素材や絵柄があり、目を楽しませてくれます。桐の下駄は軽く吸水性に優れ、ひんやりとした心地良さがあります。他にも、水辺に足を浸したり、木陰を抜けていく風、目に映る青もみじのあおさにも涼しさを感じることができます。

8月23日は二十四節気の一つ「処暑」です。朝夕には夏の終わりを感ぜさせる涼しい風が吹き始め、初秋の息遣いを感じ始めます。〈ハートライフ千代田〉



ペンギん食堂



9月

敬老の日御膳

赤飯 すまし汁

イワシのみぞれ煮・寿の厚焼き玉子

さといもの煮物・ほうれん草のお浸し

桜漬け 三色豆

フルーツ

