なるざ 健康新聞

NO.21　平成23年８月

〒910-4103　福井県あわら市二面２丁目２１１番地
訪問看護ステーションなるざリハビリサービス
TEL　0776-77-2282

== もくじ ==

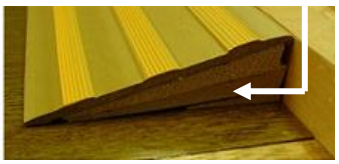
① 在宅生き生き便り
～段差を越える～
② ホームページ開設
③ 在宅生き生き便り
～十二支のお話～

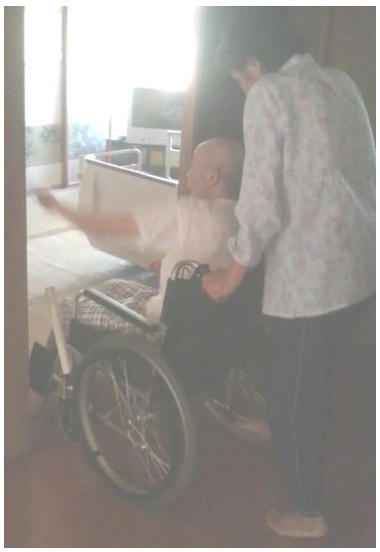
担当：谷川真 ・ 窪田

在宅生き生き便り　その１

■車いすで段差を越える・・・

坂井市にお住まいのKさん、廊下と寝室である和室に約７ｃｍの段差がありました。ベッドの横まで車いすで行きたいところですが、この段差があり介助なく寝室へ入ることは不可能でした。降りるときは介助なしでゆっくり段を降りることが可能でした。廊下も広かったため、ミニスロープを設置する案も上がりましたが、ご自宅での現在の介護、近い将来の介護を考えた結果、奥様が昇りの介助をすることに決まりました。日中お二人で過ごされているので、対応は可能な状況です。





問題だったのは、奥様が、車いす操作をできるかどうかでした。何回かの作業療法士の訪問の中で操作方法を奥様に指導、練習して頂きました。訪問３回かけて繰り返し練習した結果、手順や体重のかけ方、安全面の配慮など、操作のコツを覚えられました。今では慣れた手つき足つきで段差を越えることができてます。

在宅での生活改善には環境の整備が重要な鍵となりますが、「物的環境」を変えるのか「人的環境」を活用するのか、それぞれに特徴があり十分な検討が必要です。Kさんの奥さんはできなかったことができるようになったこと、ご主人の呼びかけに応えられることをとても喜んでらっしゃるようです。今後もKさんの生活状況の変化に応じた環境整備を、適時図っていく予定です。

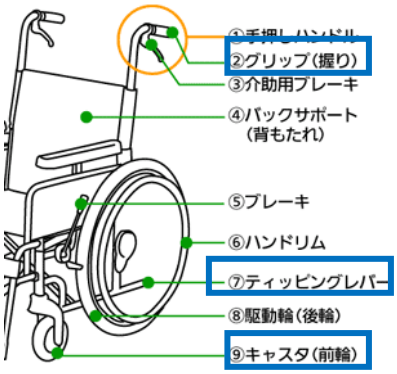
［段上げのやり方］

1．ティッピングバーにゆっくり体重をかけて踏み、同時にグリップを引くように押し下げて、キャスターを浮かせます。

2．腰とひざを軽く曲げて車いすのバランスを取りながら、そのままキャスターを上げます。

3．２の状態で車いすを前に押し、キャスターを段上にしっかり載せます。

4．グリップをしっかり持ちあげながら、車いすをさらに前へ押し、後輪を段上に載せます。



なるざ naruza
有限会社なるざの情報満載です

ホームページ開設しました！
ご覧下さい
http://www.naruza.jp/

在宅生き生き便り　その２

いつも訪問すると、今日伝えたい話題の準備（資料を用意しておいてくれたり＾ｏ＾）をして待っていてくださるＹさん。先日は、十二支についての話を伺いました。Ｙさんは、「十二支には一つ一つ意味があるのだ」と言うことを教えてくださいました。

■十二支のおはなし

十二支は、今から 3000 年以上前、中国の殷（いん）で作られ、日本に伝わったのは６世紀頃、仏教の伝来と同じ頃と考えられています。十二支は動物の名前で呼ばれていますが、もともとは植物の成長過程を 12 段階で表したものでした。それが動物の名前に当てはめられることで、人々に親しみが生まれ、各キャラクターにも様々な物語が込められ、信仰の対象となっていったようです。

子（ね-ねずみ）

「子」という字のとおり、子孫繁栄の象徴。

丑（うし）

ひとつのことが終わって新しいことが始まる、「転換」の象徴。

寅（とら）

始まりを表す縁起のいい動物。張子のトラもそのひとつ。

卯（う-うさぎ）

五穀豊穣をつかさどり、植物の成長を見守る、お米の国日本にとってとても大切な動物。

辰（たつ-りゅう）

伝説の動物。雷や春の芽吹きなど、大自然の躍動・鳴動の象徴。

巳（み-へび）

生命力の強いヘビは「命」そのもののシンボル、また稲作の守り神、財産の守神。

午（うま）

神聖な動物。豊作や病気からの回復を願って絵馬を奉納する風習がありますね。

未（ひつじ）

様々な作物が成熟する大切な季節に豊作への願い、家族の安泰や平穏を表す。

申（さる）

日照りや大火事を防ぐ、水の象徴。お正月に猿回しをするのは、一年間を火事なしですごせますようにという願いより。

酉（とり）

稲を始めとする穀物の結実・収穫の象徴。その酉が取り込むの「取」に転じて「福取り」の神としても信仰。

戌（いぬ）

安産の守り神、金銀財宝の象徴。貴金属は白い色をしたものが多いので、白い犬がいちばん尊い。

亥（い-いのしし）

「百姓のつくり神」と歌にもうたわれる、とても大事な田の神・作物の神、また、無病息災の象徴。

動物たちにはそれぞれ意味がこめられています。一年の始まりにあたって、これらの動物たちにその年の幸福を願ったんですね。自分の干支の意味を改めて考えてみると、より愛着もわきますね。
最近は十二支を全て言えない人も増えているそうですが、ぜひ、漢字も一緒に覚えたいものです。