



社会福祉法人 新潟慈生会

介護老人保健施設 マチュアハウス横越

電話 0250-61-5050



## 維持と生活のリハビリ



お客様の生活の場を知る、ふだんの動作を



確認できるリハビリとして



膝関節症の痛みの程度が同じであっても、住んでいる家の浴槽の高さや長さなど住環境の違いにより、人それぞれに入浴の困難さは異なります。

リハビリテーションの目的であるその人らしい自立的な生活を実現するには、介助者はおお客様の居住環境（生活の場）を確認するとともに、家庭内でどのような役割を担い、ふだんはどのように生活をしているかを知ることが不可欠です。

通所リハビリを利用される場合は、事前に支援相談員・リハビリ職員等がご自宅に訪問して身体状況や家屋内の動作、環境なども確認いたします。住み慣れた自宅でいつまでも暮らしたい。維持できて生活を続けたい。



私たちは、リハビリテーションを通して、お客様のマスタープランを担う介護支援専門員の皆様へ情報を発信・共有し、協働して、生活の自立度の向上、介護負担の軽減、生活の安全性の確保等が得られるように支援していきます。継続利用により、リハビリを通して、福祉用具の選定や住宅改修の助言も速やかに行うこともできます。



### ★リハビリのセラピストからひと言★



色々なプログラムを用意してお待ちしています！

施設内の庭や周辺歩道で屋外歩行の練習も行っています！

また、筋力、バランス能力、柔軟性を高める転倒、骨折対策プログラムも用意してあります！ほかに、腰痛、膝痛対策などもあり、週1回から(半日利用も)お気軽にご利用できます！



### 入所(ショート含)・通所リハビリテーション

リハビリ国家資格者と一緒に、リハビリできます！  
PT・OT・ST含めリハビリ職員7名在籍！

問合せ：☎0250-61-5050



# 孤食について考える

フレイル予防としても

昔は、おじいちゃん、おばあちゃんと一緒に孫まで三世代で食事をとる風景は当たり前でした。

しかし、社会構造の変化や産業、技術革新などで生活習慣や家族の形が変わり、食事の風景も変わってきました。

「孤食」という言葉をご存知でしょうか。孤食とは、1人で食事を摂るのですが、最近では独居でなく、家族と暮らしていても、食事は孤食という方もいます。



毎日1人ぼっちで食事が続くと調理をする意欲が低下するだけでなく、同じメニューが続くことも多くなり、食事の偏りや、食事回数が減ることが出てきます。

何よりも本来、食事で大切なことは美味しく楽しく食べるのですが、その食事の楽しみもなくなってしまいます。

孤食により、徐々に食事量が減り、食事のバランスが崩れてしまい、次第に低栄養状態に

なってしまいます。孤食による問題は①栄養不足により、筋肉量が減ってくる②生活の活力の低下を招く③その結果、食欲の低下という悪循環に陥ってしまい、結果的に要介護が必要な状態に陥ることになるのです。

高齢者の孤食を防ぐために、家族や友人、近隣の人たちを巻き込んで共食を推奨する事や、自治会や地域で食事会を開催することで、共食を進めるなど対策が始まっています。



管理栄養士が  
3名在籍しています！

「孤食」は高齢者のみならず幼い子供にも社会の問題として広がっています。

## ★マチュアハウス横越の管理栄養士から一言★



管理栄養士  
鈴木 涼平

マチュアハウス横越では、栄養のバランスはもちろんのこと、目で見て・食べておいしい食事や行事食、おやつバイキングなど計画しご利用いただく皆様が食事を通して心豊かになる時間を提供できるよう心がけています。

皆さんで、美味しい食事を！



入所やショートステイ、通所リハビリ⇒ ☎0250-61-5050