

2015年4月1日OPEN!!



今年4月に、訪問看護ステーションである
光の森リハステーション **Spito** を開設いたしました。
事業所説明会にも多くの方々にご来所いただき、大盛況に終わりました。
ご来所いただいた皆さま、有難うございました。

代表あいさつ より多様なリハビリテーションサービスを目指して

リハビリテーションを必要とする多くの現場に足を運んで、私自身が感じた
これからの在宅サービスの方向性や目標を考え、このたび「スマイル」に続き
「スピット」を立ち上げました。

「光の森リハステーション spito-スピット-」では、医療と介護
サービスの連携はもちろん、今までにない多様なサービス
を構築できたと思っております。スタッフ一同、関わら
せていただく方々に対し誠心誠意ご対応させていただきます
ので宜しくお願い申し上げます。



代表 松井 亨

「リハビリ特化型」の看板を掲げる以上、多くのリハビリ
テーション専門職を地域へ出していくことが我々の使命
です。専門職から地域へ歩み寄る、ここをどれだけ具現化
し、事業所が地域へ根付くためのことを増やしていけるかが課題です。私たち
はそれを成し得、真のリハビリテーションサービスを提案し続けます。

地域活性化プロジェクト



スピットでは、地元のクリニックやタクシー会社との
地域活性化プロジェクトに参加しています。日頃お世話
になっている町や地域を盛り上げて、より地域に根付
いた事業所を目指しています。

高齢者疑似体験ができる特殊な機材を使用し、高齢者の方がタクシーを利用する
一連の流れを体験していただき、動作のアドバイスをさせていただきました。

専門のスタッフがご自宅へ訪問します 訪問型サービス体験会 絶賛受付中 Tel.096-273-6404

スピットは流行のアロマセラピーを導入した訪問看護・
訪問リハビリです。通常の看護ケアやリハビリテーション
との違いをぜひ一度体感してください。

体験はご都合がよい時間に訪問いたします。興味有
る方はお気軽にお電話ください。

もちろん通常のサービス同様に スピットアイテムを持参します



看護ではゆったりとくつろいだ姿勢でアロマセラピーや
フットケアを体験。リハでは寝室から離れた環境で身体
を動かしていただけるよう二つのアイテムを使用します。

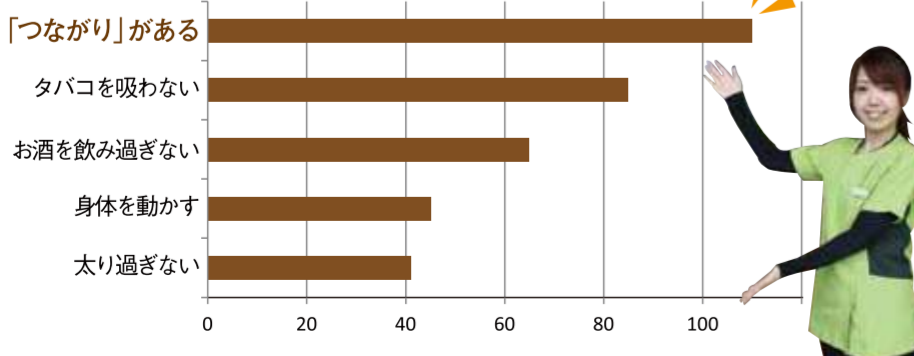
ちょっと!

知っ得リハビリ 「孤独は喫煙よりも身体に悪い!」の巻

2010年、アメリカの大学で画期的な研究が行われ
ました。その驚く内容とは喫煙・飲酒・運動習慣・
肥満といった項目よりも「つながり」が寿命に影響
を及ぼすというもの。それまでは寿命を縮める悪玉
の代表格はタバコでしたが、実際は「孤独は喫煙よ
り悪い」という結論でした。日本の健康づくりの
国民運動である「健康日本21」でも、予防医学の見地を踏まえ、基本
方針に「高齢者の社会参加の促進(就業または何らかの地域活動をして
いる高齢者割合の増加)」という具体的な目標を掲げています。要は
「つながり」を大事にしようというわけで地域のつながりを強化する
ことが求められているんですね。リハビリテーションはまさに「活動」と
「参加」に焦点を当てた予防医学に基づく最高の健康法となっています。



寿命に影響を与える要因



呼吸療法認定士の 技術講習会に参加してきました



3学会合同呼吸療法認定士の
検定更新のため、技術講習会
に参加してきました!呼吸療
法認定士は5年毎の更新が必
要です。今回は実技がメインで、
受講者同士がお互いの胸を借りて計10時間、呼吸
介助の練習をしてきました。最終的には講師の先
生に実技をして合格を頂かないと終われない!
というハードな内容でした。人それぞれ胸郭の動き
は異なるため、その人の動きに合わせて少しずつ
深い呼吸に誘うテクニックを習得してきました!

通所介護・介護予防
光の森リハビリセンター
熊本市北区龍田町弓削 867-1
TEL.096-338-1060 FAX.096-338-1061
E-MAIL. reha_smile@emias.jp



訪問看護・訪問リハビリ
光の森リハステーション
熊本市北区武蔵ヶ丘7丁目 4-10
TEL.096-273-6404 FAX.096-273-6405
E-MAIL. reha_smile@emias.jp



光の森リハコラボ第一弾! 住み慣れた町で安心して暮らす生活

SMILE × SPITO Vol.01 FREE

smile MAGAZINE SPITO

スマイル&スピット マガジン

あなたの生活をサポートします。

EMIAS GROUP

メデイカルフィットネスで
あなたを笑顔にします。



お家でもこんな風な
私たちがあなただけの
かかりつけ療法士です。

あなたらしい生活のお手伝い。

日常生活でお困りのことや、退院後の
リハビリ、健康寿命の獲得など。

リハビリ、家にお届けします。

ご自宅だから安心。あなただけの
"かかりつけ療法士"が伺います。



Smile NEWS

—スマイル— NEWS

Renewal open リニューアルオープン!!

皆さまに支えられ、スマイルは3年目を迎えることが出来ました。これからも先進的な技術を取り入れながら、今までと変わらず皆さまの笑顔のために心温まるサービスを提供していきます。新しくなったスマイルをどうぞ宜しくお願いします。



あたらしく生まれ変わった **Smile**。その新たな魅力とは!?

POINT 01

貯筋(ちよきん)で健康寿命アップ

健康寿命とは健康上の問題がなく日常生活が送れる状態のことを言います。より長く健康な状態であるためには日々の運動の積み重ね、つまり筋肉を貯めておくことがとても重要です。スマイルで「貯筋」しませんか?



POINT 03

思わず運動したくなる空間

最新の脳科学や行動理論をベースに、次世代の運動空間を理学療法士が考案。自発的に運動することで交感神経が刺激され、思考もポジティブになります。心身ともに活性化されることで更に運動意欲が高まり、より健康な状態へ。



POINT 02

新しいスタジオ&運動メニュー

難易度はやや高めに設定

「出来ないからしない」ではなく「出来ないことにも挑戦していく」をコンセプトに、理学療法士が各人に合うようにお伝えしていきます。挑戦する姿勢を促し、自分らしくあるためのきっかけ作りをお手伝いします。



Six Pack Training

6パケットレーニング

普段ではあまり使わない筋肉を鍛えて、基礎体力と代謝アップ。



Symmetry Code

シンメトリーコード

全身の左右のバランスを整え、身体の歪みを正常に戻します。



Smile Yoga

スマイル ヨガ

腹式呼吸とストレッチでしなやかな身体に。瞑想はリラクゼーション効果が期待できます。

スタジオは3部構成 | 目的や効果の違うエクササイズを多数ご用意。ミュージックに合わせレッツチャレンジ!

午前の部

スタジオ1部

スタジオ2部

スタジオ3部

9:20~

10:20~

11:20~

午後の部

スタジオ1部

スタジオ2部

スタジオ3部

13:50~

14:50~

15:50~



チェックイン

スマイルメンバーズカードを提示すると、運動ポイント(=貯筋)が貯まります。

メニュー作成

理学療法士のサポートを受けながら、その日のプログラムを作成していきます。

トレーニング開始

作成したメニューをもとにそれぞれのペースに合わせて運動を実施していきます。



休憩タイム カフェでゆっくりと。オンとオフの切り替えも大事ですね。

リニューアル後のご利用者の声

① 長いあいだ、車椅子の生活をされている方
「今まで行けなかったお寿司屋さんに行けたよ!」
→ 運動メニューで体力と自信が付き、入口に段差のあるお店にもチャレンジ。お寿司を堪能されたそうです。

② 食欲がなく、食事少ししか食べられなかった方
「スマイルで運動した後はお腹が空くんです。」
→ 以前と比べて食欲が出て、食事の量や体重も少しずつ増えてきているそうです。

③ 腰痛で長時間床に座れず、今までヨガも未経験だった方
「最後の瞑想までたどり着きました。」
→ ヨガに繰り返し取り組まれたことにより、最後の瞑想までやり遂げて達成感を味わっていただけでした。

④ 冷え性で手足の冷えが強く、体調不良で休みがちの方
「最近、スマイルでの運動がとても楽しい!」
→ いつも大粒の汗を流されて運動に励まれています。体調不良のお休みも少なくなりました。



SPITO NEWS

—スピット— NEWS

Spin tomorrow

私たちは「明日に紡ぐ」生活を提案します。
住み慣れたこの地域で安心して暮らせるような人生を、地域づくりを私たちが紡ぎ続けます。



スピットの魅力を徹底説明!!

POINT 1 Aroma Therapy アロマセラピー

アロマセラピー(芳香療法)とは、芳香植物が保持する純粋な精油を活用し、様々な症状に対してアプローチする代替医療のひとつです。製油は人間の様々な健康のサポートや予防、免疫の強化に役立っています。目には見えにくい働きですが、香りととどまることなくアロマセラピーとしての限りない可能性として私たちの心と身体のケアに大きく影響を与えてくれます。



AROMA care アロマケア

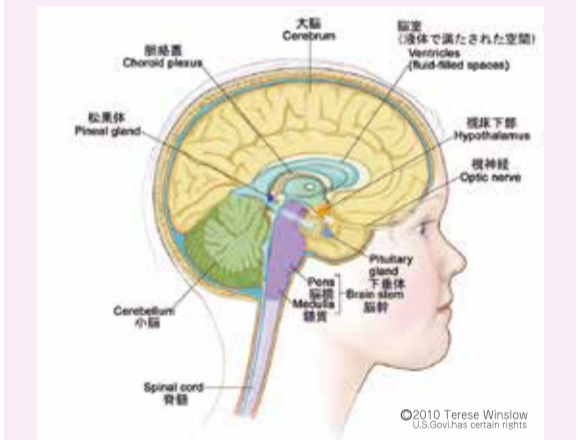
アロマセラピーで心にも活力を与え、症状緩和しつつリハビリしていくことで効果・効率アップが図れると考えています。ぜひあなたもアロマのある明るい生活を。

アロマの不思議。どうやって作用するの?

① 香り(嗅覚)作用
自律神経系・内分泌系・免疫系に作用。
→ 意欲向上、認知症予防に効果あり!

② 直接的な作用
皮膚から吸収・吸入することで症状緩和や代謝を促す作用があり、疼痛や浮腫改善など自然治癒力を高めます。

他にもケアの種類として、芳香療法や部分浴、アロマトリートメント(オイルを使用するタッチケア)などがあります。



POINT 2 Rehabilitation リハビリテーション

① 機能回復のためのリハビリ

筋肉の緊張や疲れはリハビリの効果を半減させてしまう恐れがありますので、まずは全身の緊張やコリ、痛みの緩和を目的にマッサージを行います。そして身体を動かしやすいよう、科学的根拠に基づいたアプローチを行います。



② 生活動作のリハビリ

日常生活で困っていることはありませんか? リハビリのプロが専門的観点からご利用者の状態や自宅環境を把握して、明日から生活が変わるようにアプローチを行います。

POINT 3 Nursing Care ナーシングケア

① アロママッサージ、フットケア、リンパマッサージ

障害部位のケアだけでなく、看護的視点から心身のケアを行います。

② トータルセラピー看護

美容と健康、そして癒しをご利用者にお届けします。スピットでは看護師・セラピストが協力してそれぞれの専門性を融合し、総合的に支援のできる体制を備えています。もちろん入浴などの生活介助もお任せください。安心してご自宅で生活できるように健康管理のプロである看護師が皆さんの健康ライフを守ります。



コーディネートの一例

FOOT care フットケア

理学療法士 + 看護師

理学療法士

→ 指先にも力が入るよう刺激。
→ 筋肉や腱など身体の構造に合わせたストレッチ、マッサージで機能回復。

看護師

→ 爪の先までケア(汚れとり、正しい爪切り)。
→ ひとりひとりの個人に合わせたアロマ調合。



- 変形・変色
- 爪のかたち、色
- 傷、怪我の確認
- 皮膚の乾燥
- 皮膚の状態

骨のずれ、紫色になっていないか。
深爪、巻爪、爪肥厚など
靴ずれ、水ぶくれ
ひび割れなど
白癬症、水虫、潰瘍、炎症、タコ、魚の目

足浴

沐浴剤を入れてリラックス。血液の循環を良くしてその後はアロマオイルで筋肉や腱の走行、足底の形状に合わせてストレッチを加えながらマッサージを行います。

