



La Chic Aléi x Hokofu magazine ^{vol.} 13

2016.5.2「移転」&「OPEN」
月出 → 健軍
TSUKIDE KENGUN



1F 改善&回復 歩行リハビリセンター **hokofu**
fitness & rehabilitation

2F ラシックアーレ® **サテライト**
La Chic Aléi

2F **E未来** NEW
フィットネス・スタジオ

おうちリハビリ
ラシックアーレ®



わたしたちラシックアーレの訪問看護ステーションは、リハビリの国家資格をもつセラピスト・看護師が在籍する「訪問リハビリ」に特化した訪問看護ステーションです。

改善&回復 歩行リハビリセンター **hokofu**
fitness & rehabilitation



歩行リハビリセンターホコレルは一人一人に合ったパーソナルトレーニングが受けられるフィットネス+リハビリ特化型サービスです。

WRウォークラン®



ウォークランは土曜日限定のフィットネス教室です。週1回でのデイサービスでは物足りないと思われる要支援の方向けのサービスです。

あなたラシック、ホコレル自分を目指して。

LIFE STYLE SUPPORT

一人ひとりに合わせた、生活支援サービス

START!



不安定マットを使用した歩行訓練

(御利用者談)
最初の2.3ヶ月は体の不自由さもあり、他の参加者に比べて一緒にペースで続けることが大変でしたが、無理せずマイペースで続けることにしました。

ホコトレ
筋力や持久力の増強
バランスや柔軟性も向上



ホコバンド



ホコライン
筋力や持久力の増強
バランスや柔軟性の向上



ホコバイク
有酸素運動



クロス 트레이ナー
歩行を目的とした
持久力トレーニング



理学療法士による、個別機能訓練
体幹・麻痺側上下のトレーニング



屋内ウォーキング機器
ルームランナー
時速1.0km→現在:時速



脳卒

おうちで
らし
▼訪問リ
●全身マッサー
●麻痺側のコン
●高重量訓練(障
●屋内での歩行
●屋外での歩行



▼初期状態
七年前に倒れ、左視床出血と診断
右半身不全麻痺が残る

- ・杖、装具がないと長距離歩行は厳しい
- ・病院受診以外の外出は無し
- ・右手は使えない状態

※少し動かせるという実感のみ



▼サービスご利用後

- ・仏壇の前で両手を合わせ拜めるようになった
- ・自分で靴紐を結べるようになった
- ・住所まで(距離600m)歩けるようになった
- ・ルームランナーでは時速2kmアップ
(HP内に動画あり)



▼ご利用
利用し始め
全く要らな
装具も必要
い物も出果
す。それまで
程度の外出
負担を大幅

改善&回復 歩行リハビリセンター

hokofu
 FITNESS & REHABILITATION

次世代型デイサービス

- ✓ 歩行リハビリ
- ✓ カフェ空間
- ✓ 脳卒中回復
- ✓ 睡眠アプローチ



オーダーメイド

①御利用者との会話から目標を提案致します。
②自宅訪問を行い、日常の問題点を把握します。
③上記2点を基に理学療法士がオーダーメイドプログラムを立案します。マンツーマンでの時間を提供することにより、社会参加を実現することができております。



ニューロサイエンス

ホコルはミラーニューロンを上手く活用しています。その仕組みとして、ホコルには鏡がありません。出来ない自分の姿を見るのではなく、自分と同世代の御利用者達がトレーニングやリハビリに励んでいる姿を見ることで、「出来る自分」錯覚し、今まで出来なかった運動が可能になります。



カフェ空間

「トレーニング空間」と「カフェ空間」の2つに分かれています。休憩中は、カフェスペースで読書や自主トレーニングをしたりと、自由なスタイルでお過ごしください。スタッフに声をかけて頂くとお飲み物をお持ち致します。



新感覚 ホコトレ!

【上:ホコライン】ロープを使用し、筋力や持久力の増強、バランスや柔軟性の向上性が期待できます。
【下:ホコバイク】昨年大流行したエアロバイクエクササイズ。エキサイティングな音楽に合わせて自転車をこぎながら有酸素運動を行います。



ラビリア
クアーレ
ハビリアは
コントロールをしながら動作訓練
(立ち、立位)
訓練
訓練
3.2km

利用者の要望により
自宅から歩いてお買い物へ！



中アプローチ

用者の声
下年くらい経ってきくと部屋の中では杖が
なくなりまし。それまで外出時に使用していた
でなくなりまし。また一人てコンビニへの買
るようになりまし。一番喜んだのは家内て
は外出が自由にできなかつた家内が3.4泊
しても一人ての生活が可能になり、家内の
に軽減することが出来まし。(全文押にて)

▼理学療法士考察
歩行時の腕の振りも自然と現れ始め、
麻痺側上肢の改善も見られています。
今後は公共交通機関を利用しながら、
市内まで歩くようになりたいという目標
を設定し、他のご利用者とコミュニケーション
をはかりながら、週3回のトレーニングに
取り組んでおられます。

WRウォークラン® 二次予防教室

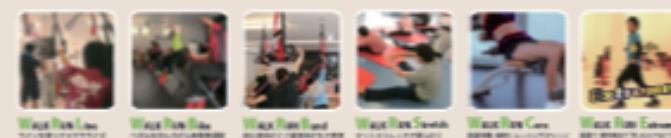
介護保険適応外サービスです。

要支援の方にオススメ!



(例) 要支援1: Bさん
●要支援の介護保険で利用している**デイサービス**
は週1回なので物足りない。
●介護保険利用者でも安心して利用でき、
送迎付きのジムはないだろうか...

- WRウォークラン®**
- ①有資格者が運動を指導
→ 理学的に正しい運動の仕方をお教えします
 - ②週に1回、90分の運動でOK!
→ ウォークラン教室は毎週土曜日開催されます。
週190分間の運動ですので続けられる方も多いです。
→ 回数チケット制なので利用した分だけのお支払いです



通常の料金設定額となります(※キャンペーン中は除く)

入会金: ¥18,000円	
1回分チケット	¥2,500円
4回分チケット	¥8,000円 ≒ ¥2,000もお得

おうちでリハビリ ラシックアーレ®

訪問リハビリ・看護

- ✓ 医療的処置
- ✓ アロマ・睡眠
- ✓ ご自宅でのリハビリ
- ✓ 日常生活の看護
- ✓ 療養上のお世話
- ✓ 介護支援・相談

身体コーディネート看護

看護士による、体調管理・状況観察を行い、揉みほぐしや睡眠、アロマ、リンパドレナージュ、呼吸療法を用いて身体コーディネートをを行います。

- 入浴介助、清拭、更衣
- 嚥下、口腔ケア、生活指導
- 創傷処置、点滴管理、採薬管理

セラピストによるリハビリ

セラピストによる施術
リハビリでは御利用者の状況に応じ

- 筋力向上トレーニング
- 関節可動域ストレッチ
- ほぐし、ストレッチ
- 動作始動、運動始動
- 補助具選定(杖、歩行器)等を行います。

広範囲での訪問

熊本市内から八代まで訪問しております。遠方にお住まいの方も、まずはご相談下さい。また福岡では医療法人石井リハビリクリニック訪問リハビリ「ラシックアーレ」と提携し、こちらは福岡市南区中心に訪問をしております。

介護予防事業

運動機能・口腔機能向上を目的とした通所型介護予防事業を、熊本市からの委託事業として実施しています。介護保険をお持ちでない方を対象に、理学療法士・言語聴覚士による個々に合わせた強固なトレーニングでアプローチしています。例: Extremeエクササイズ、体幹トレーニング、嚥下トレーニング

アロママッサージ、フットケア

専門資格を持ったスタッフが対応します。ラシックオリジナルの和漢アロマを、症状や状態に合わせて使い分けします。嗅覚刺激を利用することで、身体だけではなく心身のコンディショニングを実施しています。

認知症ケアの強化

認知症で独居の方の増加、ご家族の介護負担軽減のため、看護的措置はもちろんのこと、その枠を超え日常生活作業等のご本人・ご家族へのアプローチを実施します。その効果として、生活リズムの改善や、介護負担の軽減、進行予防ができています。

おもてなしへの こだわり

生活相談員 内布 麻祐子

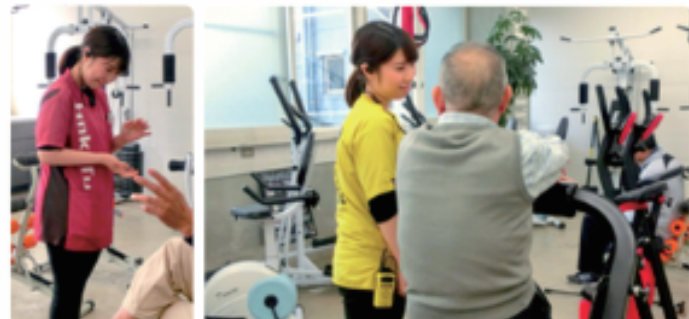


ホコルには、自慢のオシャレなカフェスペースがあります。ご利用時にはまず、カフェで美味しいコーヒーと共にホッと一息つかれます。そしてトレーニングや読書、会話を楽しんで頂いております。また、トレーニングの合間に疲れも癒される空間です。

しかし、実は本当に力を入れているのはオシャレな内装ではなく、ご利用者に対する徹底的な「おもてなし」の姿勢です。ホコルスタッフはご利用者の細やかな動き・表情・身体機能・お悩み等にいち早く気付き、お声掛けするよう心掛けております。いかにご利用者が快適にご利用時間を過ごして頂くかを念頭に生活相談員としての役割を果たしております。

この「おもてなし」により、ご利用者がリハビリにも積極的に取り組むことができ、リハビリの効果をより高めることにもつながることを確信しています。ご利用者をいわゆる「高齢者」ではなく、「お客様」として対峙し、サービスとして還元することが私の職業人としての誇りです。

建物のハード面としてのこだわり以上に、このソフト面へのこだわることでより真の「居心地の良い空間」を作り出しているのです。



生活相談員が語る おすすめポイント!

生活相談員 七社 遼



ホコルは運動特化型デイサービスであり、これからの人生を楽しむためのデイサービスでございます。理学療法士が多数在籍するホコルでは、ご利用者一人一人にパーソナルトレーニングの時間を設けております。これは介護度に関係なく、リハビリ専門家である理学療法士が要支援者も含めたすべてのご利用者を対象とし、マンツーマンで実施しております。パーソナルトレーニングは先ずご利用者の身体状況を総合的に評価し、現在の身体の悩みとの関係をご説明させていただきます。

ご自身の身体について理解し、トレーニングに取り組むことで、ご自身の身体に対する改善・回復への変化に気付かれます。そうすることにより、身体機能面だけでなく、「1人で～したい」「流行りの～へ行きたい」等のご利用者の「したいこと」へのサポートをスムーズに行うことができます。

ホコルでは、身体の悩みを1つずつ解決することで、ご利用者の参加意欲を引き出すことが出来ます。

「お身体の悩み」、「したいこと」を私達と一緒に見つめて取り組んでみませんか？



改善&回復 歩行リハビリセンター

hokoru[®]
fitness & rehabilitation

このように私共は「ご利用者がご希望のLife styleを送れる」ことにこだわる為に、ハード面のみならずソフト面においてもおもてなし精神・プロフェッショナル精神を日々研鑽しております。それらによりリハビリの確かな結果が、介護度に関わらずご利用者お1人お1人のLife styleの変化として表れていると実感しております。これからもhokoruでは快適なトレーニング空間が皆様をお待ちいたしております。

24時間連絡体制 のもとでのサービス

准看護師 椎葉 愛



【過去にあったひとつの例】

自宅での看取りの介護を決断されたご家族が、本来ならば24時間対応型の訪問看護へ移行するところを、ラシック(24時間体制型)の訪問看護を継続することを希望して頂き、在宅専門医・2ヶ所の訪問看護ステーションで看取りに向けたケアをしていく形となりました。

不安なことはいつでも連絡していただき精神的負担の軽減に配慮し、訪問が必要な際にはもう1社の訪問が出勤し、お互いに報告・連絡を徹底してとても良い形の連携をとることができました。

看取りを達成した現在もまだ家族支援は継続しています。

「いつでも連絡していい看護師さん」と、いつも電話の冒頭で声かけていただき、他愛もない会話をする中で恋しみに寄り添い受け止め、今後も家族にとって良き存在であり続けたいと思います。



理学療法士からみる ラシックのウリ!!

理学療法士 田上 綾香



●訪問時ベッドを持参します!

自宅にいても病院やクリニックと同じような環境を再現でき、より効果的な治療を行うことができます。一畳分のスペースがあれば、スタッフ一人で組み立て可能です。

●リハビリ前には全身のリラクゼーションを図ります!

全身を診て触ることで、ご利用者の身体状況を把握でき、スムーズに機能訓練や動作訓練に繋げることができます。

●身体看護コーディネーターができます!

リハビリの依頼を頂いた際に、週1回または月1回の訪問看護の組み合わせを提案しています。主治医はもちろんラシック看護師による全身状態の観察・管理の下、効果的なリハビリを提供するためチームプレイを徹底しています。

●勉強会や学会への参加を積極的に行っています!

スタッフ内で技術や知識の講習会を開催したり、九州学会など外部での発表を行うことで得られた知識を下に、ご利用者に還元できるようインプット・アウトプットを行っています。

●発表学会

九州理学療法士・作業療法士合同学会2015

第一回社会神経科学とニューロリハビリテーション研究会



La Chic Ale
おうちでリハビリ
ラシックアーレ®

わたしたち「ラシックアーレ」の訪問看護ステーションは、リハビリの国家資格をもつセラピスト・看護師が在籍する「訪問リハビリ」に特化した訪問看護ステーションです。

退院後のリハビリ・介護予防のリハビリなど、ご利用様のご要望に対応し、ご利用様はもちろん、ご家族の皆さまにまでご満足していただける「安心」「安全」「便利」+αのサービスをご自宅にてご提供いたします。

H 1.ご利用者の症例と経過

HOKORU Case
The longest journey begins with a single step.



50代・男性

【疾患名】**両側片麻痺**

- ・左脳出血平成11年発症(17年前)
- ・右ラクナ梗塞平成24年発症(4年前)

【問題点①】身体機能面

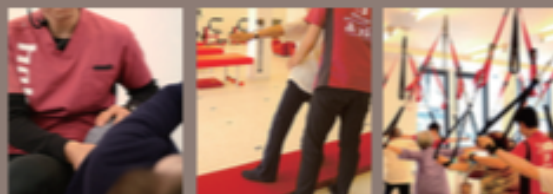
- ①腰部痛 ②両側上下肢不全麻痺

【問題点②】活動・参加面

- ①夜間トイレへ行く際ベッドからの起き上がりが大変
②孫と一緒に外出できない
③趣味の温泉に行くことができない

🏠 **ご利用者に行なったトレーニング**

- ①脊柱可動性向上エクササイズ
- ②上下肢コントロールエクササイズ
- ③歩行エクササイズ
- ④夜間のトイレを想定した起き上がりエクササイズ
- ⑤エアロバイク20分
- ⑥バランスマット訓練15分
- ⑦トレッドミル15分
- ⑧ホコトレ



H 2.担当PTの介入後

Functional reach test
10cm 20cm 30cm



担当PTの見解

・初期の発症から16年経過しておられます。
2本杖歩行移動ながらも、積極的にトレーニングに励まれた結果、社会参加が実現できました。

・既成概念にとらわれず、ご利用者の目標達成の為、日々試行錯誤しながら量・質ともに積極的介入を心がけております。



- ①山鹿温泉に外泊できるようになった。
- ②お孫様の為に、サプライズプレゼントを購入しに行くことができるようになった。
- ③お孫様と映画鑑賞に出かけることができるようになった。



本人の「基本」です!



NEWスタッフのご紹介

阪本 侑加(さかもと ゆか)

出身校・学科 : 熊本大学 教育学部 生涯スポーツ福祉学専攻
趣味 : 走ること
資格 : 健康運動指導士/健康運動実践指導者/社会福祉士等

ご利用者がホコルに来て良かったと思えるよう、ホコルの一員として全力でサポートしていきたいと考えております。

運動の喜びや楽しさを伝えられるトレーナーを目指して日々精進しています。

これからどうぞよろしくお願ひ致します。

本人の「基本」です!



NEWスタッフのご紹介

松村 優里(まつむら ゆり)

出身校・学科 : 専門学校熊本YMCA学院 生涯スポーツ科
趣味 : バドミントン
資格 : 介護予防運動指導士/健康運動実践指導者/

ご利用者様がホコルを通してこれからの人生をより良く、楽しく送って頂くために、様々な面からサポートしていきたいと考えております。ご利用者様と共に目標を高く持ち、目標達成を目指していきたいです。持ち前の明るさと、笑顔

を忘れず、何事にも諦めずに取り組みしていきたいと考えております。どうぞよろしくお願ひいたします。

1.ご利用者の症例と経過

【疾患名】90代・女性

- ・脳梗塞(左ラクナ梗塞※2年前)
- ・変形性膝関節症
- ・変形性腰椎症
- ・腰部脊柱管狭窄症

ご利用者に行なったアプローチ

- | | |
|------------|------------|
| ①運動イメージ想起 | ⑥バランスマット訓練 |
| ②歩行動作指導 | ⑦運動イメージ想起 |
| ③関節可動域訓練 | ⑧歩行動作指導 |
| ④テーピング | |
| ⑤ルード・アプローチ | |



【初期の御利用者の問題点】

- ①痛み 足にうまく力が入らない。
- ②歩くとき横にフラフラする。
- ③歩き方が気になる。

2.担当PTの介入後

改善した理由・考察

今回は運動機能回復のために、明確かつリアルな運動イメージを形成し、利用者様自身の運動イメージをつくりだす必要があると考えました。

治療部位に伸縮性テープを貼り、視覚的に「この筋肉」と見ながら、また実際に皮膚から刺激を与えた上でアプローチしました。



解剖学的にも、皮膚からの求心性線維は、α運動ニューロンに対する促進性の入力経路をもつことがわかっています。もう一つ、伸縮性テープでアプローチした理由があり、

「動作や癖に気づく」というところです。

何気なくしている動作や使い癖で伸縮性テープにテンションがかかります。

Without haste,
but without rest.

【アプローチ結果】

- ①活動範囲の拡大
- ②歩行が安定(連続歩行が1kmまで可能に)
- ③500m先のスーパーまで買い物に行けるように

訪問開始時は倦怠感により活動範囲が制限されていましたが、現在は安定した歩行を獲得し連続歩行は1kmまで可能となり、一人で500m先のスーパーまで買い物に行かれています。

「この動作が負担をかけていたの？」
「この動作に気をつけなければならない」
「この動作をすれば予防になる！」と気づいていただけます！

「あなたラシク、ホコレル自分を目指して、イイ未来を！」



をスローガンに我々グループは今後のシニアサービスクオリティにこだわります。

我々が目指すのは、「クオリティ」

情報化社会である現代世の中は各々知識が豊富であるため、真のサービスであるかどうかを潜在的に捉えることが可能となっています。最近の飲食業界においてはスタッフの表情、動き、態度などの「おもてなし」が日常化しており、その良さを脳が学習しています。従って、今の時代テーブルにモノを置く音でさえ気になる中で店側本位のサービスでは納得しない現状にあります。実はこの「納得」が脳科学的にも重要であり、同じ行動においても納得いく上でと納得いかない場合では行動の質に違いが現れるとも言われています。そのような世の中で我々の業種が行ってきたサービスはどうだったのでしょうか？

私自身医療専門職としての自分を振り返りどこか自分本位のサービスや言動になっていないかを考えておりました。その振り返りの中で発想されたのがラシクアールとホコルなのです。これからは選ばれる時代と言われ続けながらも実現できていないこの業界のクオリティを実現したいと切実に思う次第です。

健軍に本拠地を移し、まちづくり構想も含めて紹介してくださった皆様、足を運んで頂いた皆様の期待に応えられるよう努力致します。

代表 國中優治

注文の際に

×

お客様「すみませ〜ん」
店 員「少々お待ち下さい」



後回し

○

お客様「すみませ〜ん」
店 員「すぐに参ります！」

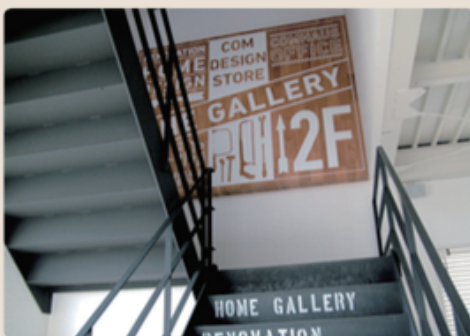


この後
来てくれる

ホコル月出・ラシックアーレサテライトが 健軍へ移転!

コムハウス跡地

2016年
5月
移転



平素より当施設をご利用いただき、誠にありがとうございます。

弊社におきましては御利用者増員に伴い施設を拡大し、総合事業を見越した事業体制を整えるべく平成28年5月2日から施設を移転させていただきます。

※電話・FAX・事業所番号等の変更はございません。

NEW 〒862-0911 熊本市東区健軍1-37-6



2016年
5月
OPEN!

居宅 OPEN!

がオープンします。

平素は、格別のご高配にあずかり、厚くお礼申し上げます。

さてこの度、弊社では居宅介護支援事業所を新設致します。これからの様々なニーズに対応すべく努力致す所存でございます。何卒変わらぬご愛顧お引き立てを賜りますようお願い申し上げます。



La Chic Ale
La Chic Ale
La Chic Ale

■ラシックアーレ琴平
〒860-0813
熊本市中央区琴平2-6-44.3F
TEL:096-288-2778
FAX:096-288-2343

■サテライト月出
〒862-0920
熊本市東区月出2-4-41.2F
TEL:096-288-4271
FAX:本部・サテライト共通

【訪問リハビリ・看護】

✓おうちリハビリ ✓日常生活の看護 ✓介護支援・相談
✓療養上のお世話 ✓医療的処置 ✓アロマ・睡眠
<http://www.la-chic-ale.com>



改善&回復 歩行リハビリセンター
hokofu
fitness&rehabilitation

■ホコル月出
〒862-0920
熊本市東区月出2-4-42
TEL:096-234-6650
FAX:096-234-6651

■ホコル琴平
〒860-0813
熊本市中央区琴平2-6-44.1F
TEL:096-223-6634
FAX:096-288-2343

■ホコル福岡
〒816-0935
福岡県大野城市錦町4-3-8
TEL:092-586-6636
FAX:092-586-6637

【次世代型デイサービス】

✓歩行リハビリ ✓カフェ空間
✓脳卒中回復 ✓睡眠アプローチ
<http://www.hokoru.com>

