



どこからか聴こえてくる風鈴の音に、夏を感じる季節となりました。
食が細くなりがちですが、栄養をしっかりと取り元気にお過ごし下さい！

生活環境改善サービス レイス治療院

レイス 笑顔の輪 ～ご利用者様紹介～



ご利用者様の奥様より / 既往症：脳梗塞後遺症、痙性四肢麻痺

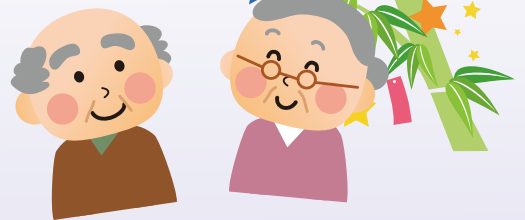
以前の主人は人一倍元気で、いつも人の輪の中心にいるような人でしたが、転倒・入院をしたことですっかり元気がなくなっていました。

ある日、ケアマネージャーさんからのマッサージを紹介され主人を元気づけられたらと思い、始めたのですが、いつも気持ちよさそうに受けています。午前中はベッドに転がっている主人ですが、最近はマッサージの時間の 30 分前から座って待っているの、本当に楽しみにしているのだと思います。

利用から二ヶ月たった頃、目に見えて変化がわかりました。ほとんど使うことのなかった歩行器を使い、少しずつ短い距離を移動するようになりました。自ら寝返りを打って立とうと元気な姿を見せてくれたり、自分の言いたいことを伝えてくれるようになりました。夜中にトイレの介助で頻繁に起こされていたので私自身が睡眠不足だったのですが、最近は呼ばれることも減ったため朝まで眠れるようになり、睡眠不足と疲れで辛い日も多かったのが少し楽になりました。

なにより本人が喜んでマッサージを受けており、目に見える形で変わりつつあるのは本当に嬉しいです。これからも以前のように、主人が明るさを取り戻せる様よろしくお願いします。

(レイス治療院 福山西より)

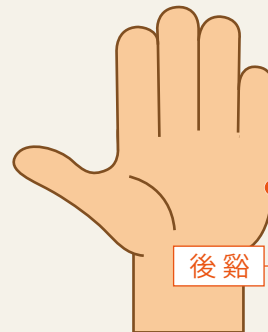


七夕の代名詞 ～短冊～



もともと短冊は和歌を書き、書道や学問の上達を祈るものでした。色は五色と決まっており、青は人間力の向上、赤は親や先祖に感謝を表す、黄は人間関係を大切にする、白は義務や決まりを守る、紫は学業の向上を意味しています。今年はそれぞれの短冊に願いを込め、七夕を楽しむのもいいかもしれませんね！

今月のツボ ～^{こうけい}後谿～



手の側面、小指の根元にある骨の下にあるツボです。

肩や首のコリ、頭痛に効果的です。筋肉の緊張を緩和させるので身体をリラックスさせます。下から押し上げるように刺激してみましょう。

今月もお読みいただきありがとうございました！来月もお楽しみいただけましたら幸いです。