

社員ののぞき穴

運動会

先日、小1になる息子の運動会に行ってきました。

妻から場所取りの指令を受けて、開門時間に合わせて学校へ。するともうすでに長い列が。「噂には聞いてたけど、みんなすごいな。」と思いつつ、みんなの列に混じって噂の一員に。何とか観覧スペースと昼食スペースの確保に成功し、いざ本番。1年生になったとはいえ、高学年の子と比べるとまだまだ動きが幼児っぽく、分かっちゃいるけど「もっとうやつって」ともどかし感じてしまいますね。これからどう成長していくのか楽しみでもあり、心配でもあります。

そういえばこの時期ににわかに増えるのが、運動会で張り切りすぎたパパのアキレス腱断裂。皆さんも、運動前には柔軟体操を念入りにしてください。

社員ののぞき穴

統 road to marriage

鎌日誌 vol.10 で掲載した彼女とのその後をお知らせします。お知らせできる状態であることを感謝しつつ、ゆっくりとマイペースに進んでいます。現在の所、結婚式場を決め、親族の顔合わせを済ませ、ドレスが決まった（これはしんどかった・・・）というところです。

つい先日もブライダルフェアに行ってきました。商品を直接見る良い機会で、引き出物一つとっても何が良いのか分からぬ私たちには、とても為になりました。結果何もきまらなかつたんですけどね。2人の感想としては、「たくさん試食できて楽しかった。」でしょうか。こんな感じで、結局ギリギリになるまで決まらないんだろうな。

今後も結納や新居選び、結婚式の打ち合わせ etc…決めるることは山ほどあります。ため息も出そうになりますが、一つ一つを2人で決めていくことで結婚するという自覚が湧いてくる・・・と信じて、臨んでいきます。

編集後記

季節はすっかり秋になってきましたね。

我が家のは表札はハロウィンに変わりました。



鎌日誌について

鎌日誌は弊社製品をご購入いただいた皆様に、ご購入後一年半の間、無料でお送りしているものです。

一年半を越えて継続をお求めの方には引き続き無料にてお送りいたしますが、継続の申込をお願いしております。

恐れ入りますが電話 0774-62-9566（月曜から金曜の朝9時から17時まで）にご連絡いただけますようお願い申し上げます。

なお、鎌日誌のバックナンバーは株式会社 P.O. ラボ facebook ページにてダウンロードしていただけます。



鎌日誌

かすがい

2014 /秋号

vol. 13

株式会社 P.O. ラボ

〒610-0342
京都府京田辺市松井山川 1-7
電話 0774-62-9566
FAX 0774-62-9667
e-mail: info@po-labo.com
<http://www.po-labo.com>

料金後納
郵便

支払メール

● 災害時の避難に役立つ **JINRIKI**(人力?) とは?

腰が痛いと

起きるのもつらいが、起こすのもつらい!!

赤裸々!? 社員ののぞき穴

【 ごあいさつ 】

メニュー ごあいさつ
防災と車いす
起き上がり動作
起き上がり動作 介助編
社員の起き穴 1, 2, 3
編集後記



防災と車いす



今年も自然災害の怖さと、備えの重要性を再認識させられる年になりました。皆さんも災害に対しての何かしらの備えはされているのではないでしょうか。

そこで今回は、防災グッズを一つご紹介します。

それは、避難時の車いす移動を助ける、

JINRIKI

です。

通常車いすは、平坦な道であれば楽に動かすことができますが、**道の状態が悪くなると、取り回しに意外と力が必要だと感じる方は多いのではないか?**

"JINRIKI"は車いすに乗った高齢者や障害者、ケガなどで素早い移動が困難な要援護者」も複数で介助することができる上、車いすの前輪を浮かし、まさに人力車のごとくすることで、**悪路でも驚くほどスムーズに移動できます**。また、簡単な調整でほとんどの車いすに装着可能です。

この"JINRIKI"その発想と実力に感銘を受けた社長が、即買いしたもののが会社にあります。興味のある方はお試しいただくこともできますよ。



起き上がり動作

寝た状態から起き上がる時に腰が痛む方、特に、背骨を圧迫骨折されている方は起き上がり方に注意が必要です。

お腹に力を入れて——ヨイショッ!!

では、痛タタ…背骨に余計負担をかけることになります。

そこで、ベッドから起き上がる時は以下のようにするのがおすすめです。



ゴロンと、横を向きます。

両足をベッドの下に下ろし、肘について体をゆっくり起こします。

床に両足を付けて座ります。

介助の方はこの動きを補助するように手を貸してあげると、起きやすいと思います。



起き上がり動作 介助編

ご自身で起き上がることが難しい時は、介助が必要になります。

介助者の負担を軽減する起き上がりの介助には、以下の方法があります。

①



まず、横向きになってもらいます。

②



首から手を入れて、上になっている肩を支えます。

③



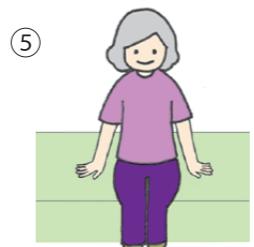
膝をベッドの下に降ろしながら、上体を起こしていきます。この時、お尻を軸にして、ぐるーと回しながら起こすような感じです。

④



起こした時に倒れないように支えます。

⑤



両手と両足を着くことで安定しやすくなります。

介助する方も、腰を痛めないようにしてください。



社員のぞき穴

ガッコの先輩



ちまたでは『ありのままの~LET IT GO』が流行っていますが、私は週末、さいGO(西郷)、かGOーしま(鹿児島)に行ってきました。(なにもかかってない 笑)

学生時代に先輩4人と“植松会”というものを結成し、主な活動といえば近場で飲酒と旅行先での飲酒。1番後輩で1番お酒の弱い私が目的になるのはいつものことで。。。気がつけば顔に落書き、テスト前日に朝まで飲み会(←これを予期してかなり前から勉強しようとマメさ 笑)、そして、半裸でマメをぶつけられる節分。よくある学生時代のエピソードなんですが、そんなことをされても嫌にならないのが“仲間”であって、全国に散らばった今でも4年に一度集まって思いっきり遊ぶことは、ボクにとって楽しみのひとつなんです。

さて、今回鹿児島ではそんな先輩の結婚式もあって、気合の入った私は余興を担当。先輩に内緒で友人約100名出演のムービーを作成しました。努力の甲斐もあって、得られたのは先輩の感動とサプライズ。しかし、その後のスピーチで『お誕生日おめでとう』と言い間違えて台無し。。。とは言え、私の呼びかけに100人の友人が応えてくれたことは、どんな言葉にするよりも、先輩の人柄を感じるのに十分なことですね。そんな素敵な先輩を持てたことに感謝せずにいられません。

ちなみに、続く新婦側の余興は、仕事仲間(CA)による制服ダンス。男子の目線は釘付けとなり、私の余興の余韻は薄れてゆくのでした。。。

