

なかじょう 舟入新聞

令和5年
12月号

防災訓練を開催しました！



冷え込みも厳しくなり、二王子岳頂上付近に、うっすら雪が見えた日の午後より、デイサービスで第2回防災訓練を実施しました。

利用者の皆様と職員が参加し通報訓練・避難訓練・水消火器による消火訓練を行いました。

水消火器訓練では使用方法の説明を受けてから、放水体験を行いました。皆様、真剣に取り組まれました。

ご協力、ありがとうございます。

119番

火事です！



ボランティアの齋藤様

来訪中♪ ○●



囲碁の強い方のお相手ボランティアの齋藤様が定期的に来訪され、毎回、白熱した対局が繰り広げられています。

そのご縁で齋藤様より囲碁の碁笥（ごけ）を寄付していただいたり、立派な菊もありありがとうございます。大切にさせていただきます。



なかじょう接骨院グループ

なかじょうデイサービスセンター舟入

〒957-0065 新発田市舟入町 3 丁目 13-2

《お問い合わせ》

TEL.0254-28-8011

担当:深井

Report

ご利用者様の声 H様 88歳

課題：家での活動量が減少しており全身の筋力の低下がみられる。

留意点：疲労感を感じやすく姿勢が崩れやすい。転倒に注意。

個別訓練：下肢体幹筋力強化訓練、肩関節可動域訓練、下肢ほぐし、セルフケアの提供。

意欲の低下があり、活動量が減ってお家でも寝て過ごすことが多くなっているそうです。その為、全体的に筋力低下があり、筋肉の疲労で姿勢が崩れやすくなっています。機能訓練では下肢体幹筋力強化訓練で筋力・立位姿勢の維持、肩関節可動域訓練で柔軟性と体を伸ばす意識づけを行っています。行ったことにより歩行時の足の運びがスムーズになりバランスを保つこともできるようになってきています。運動することへのやりがいも感じられているため、引き続き体の状態を見ながら機能訓練を続けていきたいと思えます。

機能訓練指導員 前田 航輝



- お家でも教えてもらった運動をしていきたい。
- 歩くのが以前に比べて楽になった。



下肢体幹筋力強化訓練



肩関節可動域訓練

今後の
目標

夜間ぐっすり眠れ日中の活動を増やしていきたい。