

なかじょう豊栄 news

6月1日号 vol.87

田んぼにも苗が植えられ、緑色に染まった景色が綺麗に見えてきましたね。時折肌寒い日もありますが皆さんいかがお過ごしでしょうか？

6月は旧暦では「水無月」と呼ばれていました。梅雨の時期に水の無い月と呼ばれることも不思議に思えますがそう言われる由来にはいくつかあります。

【水無月の「無」が「の」にあたる助詞であり、つまり「水の月」であることを現している説】

【田んぼに水を引くため、その他の場所には水が無いという説】【暑さで水が枯れてしまう説】

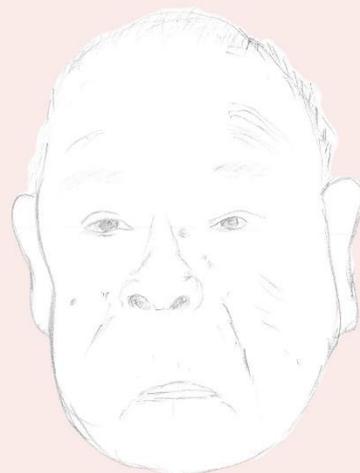
【梅雨明けの時期にはどの田んぼにも水が豊かにあるという説】などがあるようで、中でも有力だと言われているのは最後の説と言われているようです。

昨年は梅雨時期に雨が少なかったような記憶があります。ここ数年は夏が来るのが早く暑い日が長く続いています。今年もどうなるかはわかりませんがこれから来る夏の暑さに負けないよう、身体を動かしやすい今の時期から少しずつ身体を動かす習慣をつけていきましょう。



職員が描いたご利用者様の似顔絵です。
これから数名ずつ掲載していこうと思います。
(ご利用者様には広報紙への掲載の許可を得ています。)

とてもそっくりです！
特徴を捉えていて素敵ですね



見学・体験会は随時おこなっていますのでお気軽にご連絡ください。

リハデイなかじょう豊栄 TEL.025 (384) 5015

Report

ご利用者様の声 T様 81歳

課題：平成20年に腰椎圧迫骨折し、以後腰痛あり。膝や肩
肘・手首にも痛みあり歩行や生活動作が難儀になっている。
留意点：移動時の転倒に注意。痛みを留意して運動提供行う。
個別訓練：腰部～臀部・下肢ほぐし、腹筋・下肢筋力強化訓練
コグニサイズ、干渉波

利用当初は腰痛、下肢痛を感じておられ、歩行や生活動作、旦那様の介護が難儀
になっていると悩んでおられました。DSでほぐしや腹筋・下肢筋力強化訓練を受け
ることで痛みが軽減され、今は少しずつ動作の難儀感が良くなり、自宅内でも運動を
するようになったと言われています。今後も個別機能訓練時の痛みを確認しながら
生活動作が楽になるようにサービス提供を行っていく予定です。

機能訓練指導員 只野裕哉



- ほぐし後は身体の痛みが軽減し、肩の動きも良くなった。
- 教えてもらった運動をすることで身体が軽くなった。



腰部ほぐし



腹筋・下肢筋力強化訓練



コグニサイズ

今後の
目標

身体の痛みが軽減し、家事や外出が
元気に出来るようにしたい。

