

なかじょう新発田 news

5月号 vol.93

爽やかな五月晴れが続き、寒からず暑からずのよい季節がやってきました。
当施設ではリハビリをメインとした身体の土台作りを楽しく、やりがいの
ある形で取り組んでおります。特に安定した歩行を継続できるよう、以下の
ストレッチを4月から新たに取り入れ、日々励んでおります。
皆様が生活をするうえでの目標を職員と一緒に目指していきましょう！

バーレッスン



👉 下肢のストレッチの様子 👈

ゆび伸ば体操



👉 ゴルフボールを使い足裏のストレッチしている様子 👈



～デイサービス空き状況～

○：空きあり △：2～3人空きあり

	月	火	水	木	金
午前	△	○ <u>男性が多い</u>	○ <u>女性が多い</u>	△ <u>女性が多い</u>	△ <u>女性が多い</u>
午後	○ <u>男性が多い</u>	△ <u>女性が多い</u>	△	○	△ <u>男性が多い</u>

見学・体験会は随時おこなっておりますのでお気軽にご連絡ください。

リハデイなかじょう新発田 TEL.0254(24)1818

Report

ご利用者様の声 I 様 81 歳

課題：脊柱管狭窄症の影響で腰痛が見られ、連続歩行で転倒する可能性がある。

留意点：全身の筋硬直があり身体バランスの低下がみられる。

個別訓練：体幹下肢筋力トレーニング、関節可動域訓練、日常生活動作訓練

脊柱管狭窄症により転倒するリスクがあり、身体も硬く動きづらさが見られております。個別機能訓練内では体幹下肢トレーニング、関節可動域訓練、日常生活動作訓練を実施しております。訓練後では身体の軽さや動き出しが安定し、身体の伸びを感じられております。歩行時のふらつきも減少してきております。今後の目標である日々の散歩や妻との外出が続けられるよう、運動習慣を身につけて意欲を高めていきましょう。

機能訓練指導員 佐藤友也



- 訓練後では身体が伸びる感じがあります。
- 気になっていた足の動きにくさも和らいできました。



関節可動域訓練



体幹下肢筋力トレーニング

今後の
目標

・転倒なく身の回りの移動や外出を行うことができる。