

なかじょう豊栄 news

11月1日号

vol.104

吹く風に寒さを感じるようになってきました。実りの秋を迎え、皆様はいかがお過ごしでしょうか？秋が深まり山では紅葉が楽しめる時期ですが、11月7日は立冬、暦の上では冬が始まります。夜間の冷え込みが厳しくなるため、暖房器具やコートなどの準備をしておきましょう。また、寒暖差に体調を崩しがちな季節です。栄養バランスや運動などを意識し、体調管理に努めてください。

11月15日は七五三で、子供の健やかな成長を祝う儀式の日です。11月においしくなる食べ物としては、柿や栗、梨などの果物が挙げられます。また、ブリやサバの脂が乗り、おいしくなる時季です。塩焼きや照り焼き、煮魚など、さまざまな調理法で味わい尽くしましょう。

DSでは利用者様が折紙で秋の実りを作っています。DSの壁がとても賑やかでおいしそうに飾られています。



利用者様が作った秋の実りが飾られています



余暇時間にはゲームをして楽しみました



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 K様 69歳

課題：血清電解質異常症のため下肢の浮腫が強い。脳出血の既往があり右肘の動きが悪い。

留意点：両下肢の浮腫のため歩行時に足が上げにくい。左股関節に痛みがある。

個別訓練：腹筋・下肢筋力強化訓練（立位ボール運動）干渉波
下肢ほぐし、下肢ストレッチ

ご利用開始時から下肢の浮腫による歩きにくさが強く、押し車で移動をされています。利用開始時はふくらはぎへの手技を中心に行っていましたが、今年1月に左股関節痛を生じ少しの間お休みをされていました。復帰後は股関節の可動域訓練を行い徐々に状態改善。春先からはまた浮腫による歩行困難さへのアプローチをしています。6月からは干渉波を実施し歩行が安定してきており、ご本人様も「電気をかけると浮腫が良い」と喜ばれています。

運動は意欲的で当初は座位でのボール運動を行っていましたが、現在は立位にてより強度の高い運動に参加して頂いています。今後も状態に合わせ内容を工夫していきます。

機能訓練指導員 楠 高典



- 足の浮腫が楽になって歩きやすくなった
- 色々な運動ができてとても気に入っています



干渉波



立位ボール運動

今後の
目標

自分でできることは行って日常生活
を安心して過ごしていきたい

