

# なかじょう豊栄 news

9月1日号

vol.102

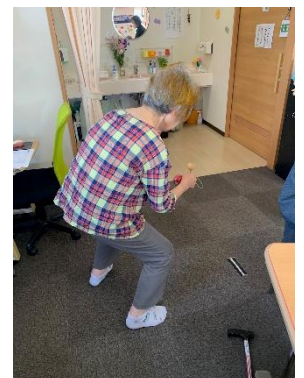
まだまだ暑さが続いておりますが、体調はいかがでしょう？9月は「長月」といい、秋分の日を過ぎて夜が長くなっていくことが由来だそうです。日ごとに秋の気配が増してきます。秋には運動会や敬老の日、お月見など様々なイベントがあります。

お月見といえばお団子。月見団子は、中秋の名月（十五夜）などのお月見の際に、月を模して作られたお団子のことです。豊作への感謝や、月の力を分けてもらい健康と幸せを願う意味が込められています。十五夜にちなみ15個お供えするのが一般的ですが地域により差があるそうです。

今年の中秋の名月は10月6日、首を長くし夜空を見上げて名月を楽しみたいですね！  
DSではみんなでかき氷を楽しみました。残暑を打ち払い運動に取り組んでいます！



## 懐かしいけん玉遊びに チャレンジ



## ひんやりかき氷でサッパリ

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豊栄 TEL.025 (384) 5015

# Report

## ご利用者様の声 M様 91歳

課題：自宅で過ごす時間が多く他者との交流・外出の機会の確保が必要。現在の生活を維持するため運動が必要。

留意点：20年ほど前に左手首骨折。10年ほど前に右手首を骨折し手指の動きが悪い。包丁で硬いものが切れない。

個別訓練：腹筋・下肢筋力強化訓練（クノンボール運動）  
右前腕ほぐし、腰部・臀部ほぐし

歩行は独歩で安定していますが、右手の人差し指が骨折の後遺症から曲げることができません。DSで前腕からほぐしを行い、またご自宅でのリハビリを重ねていって以前より少し曲げ伸ばしができるようになってきました。

身体の痛みの訴えは少ないですが、少し腰が痛いとのことで8月から腰部・臀部ほぐしを追加。腰が楽になると喜ばれています。今後も身体状況に合わせ個別機能訓練を実施していきます。DS内では塗り絵に親しまれることが多く、ご自宅では脳トレと手指運動を兼ねてゲームをして過ごすことが多いそうです。

機能訓練指導員 楠 高典



- DSはだいぶ慣れて楽しく過ごしています
- かぼちゃはまだ無理だが、大根は切れるようになった



右前腕ほぐし



クノンボール運動

今後の  
目標

運動をして市やスーパーに買物にいける体力をつけていきたい

