

リハビリプラザ 桜ヶ丘だより

2025年3月号

折り紙 de おひなさま色々

雛祭りの為に、今まで折り紙で制作された雛飾りを披露してくださいました✳️素敵な作品展は「かわいい」「欲しい」と終始大盛況☆☆すでに来年が楽しみです。



肩の可動域訓練

空き時間を利用され、滑車訓練に取り組まれている様子です。「おかげさまで肩上がるようになったの」と喜びの声を聞かせて頂き、その評判を聞かれて「私もしてみたい」と滑車訓練されるご利用者が増えています。



マシーントレーニング

片麻痺があり車椅子を使用のご利用者。下肢の筋力トレーニングの為、積極的にマシントレーニングに取り組まれています。最近ではカラオケで良い歌声も披露☆☆色々なことにチャレンジして下さり素敵な笑顔も見せて頂けます☆☆



今月の取り組み紹介

1日を通してスリング・マシン・ボード体操・ヨガなど自由に運動に取り組まれることで、筋力の強化につながったご利用者。ご家族からも「デイサービスを利用し始めたことで、出来なくなっていたパソコンでの年賀状作りも出来るようになり、畑にも行ってくれ、力仕事も手伝ってくれるようになり助かっています。」との喜びの声をいただきました。また、職員とのコミュニケーションにより活性化され、最近では達成感や活気が感じられ、熱心に通っていただけようになりました。

裏面へ続く



機能訓練の事例 紹介コーナー

要介護 2 のご利用者

目標

- ・ご家族が安心して在宅生活が送れるよう、運動の機会をもつ
- ・以前のように家事や買い物が出来るようにしたい

80代女性。元気で夫を支え、地域での活動もしていましたが、2年ほど前より下肢筋力の低下が進み、少しの段差で躓いて転倒がみられる。昨年3月買い物帰りに右下肢の脱力感を自覚し、脳出血と診断され入院となりました。退院後、6月より利用開始。自宅にも戻り、夫の介護も始めるが、両肩と腰に痛みが続き、12月には自宅で倒れられ、ご家族が心配して夫が施設入所となることでご本人の気落ちが見られました。その後、あらためてマシン（レッグプレス、レッグエクステンション、Nustep）を中心に下肢筋力・持久力を付けることを目標にして取り組まれました。しばらくして、近所の方もデイサービス利用となり、運動や交流の機会を続けることで意欲も高まり、現在では利用当初から目標としていた買い物へ押し車を利用し行けるようになり、ご利用者である近所の方とも喫茶店へ一緒に行く楽しみをつくれるようにまできました。

クラブ活動も充実しています！

クラブ会員様を随時募集中です♪ご興味のある方、ご質問がある方はお気軽にお問合せください。

	月	火	水	木	金	土
麻雀	●	●	●	●	●	●
囲碁	●		●		●	●
将棋	●		●		●	
絵手紙			●		●	●
クラフト	●		●		●	●
塗り絵	●	●	●	●	●	●
カラオケ	●	●	●	●	●	●
ジグソーパズル	●	●	●	●	●	●
書道				●		
脳トレ	●	●	●	●	●	●
折り紙				●		
お手伝い	●	●	●	●	●	●
オセロ	●			●		●

ご利用空き状況

リハビリプラザ桜ヶ丘のご利用状況です。お気軽にお問合せください。

月	火	水	木	金	土
.....					
○	○	○	○	○	○

○…空き △…要相談

