



まほろば

～チャレンジ変身通信 vol.21～

4月号!!

4月です！お花見に行きたいですね～。まほろばの近くには桜が咲いている所が数か所あるので、夕方の送迎時に桜が見えるルートを通して車の中からではありますが、少しでも春を感じてもらおうと取り組んでいます！

【感染症について】

・感染症とは・・・

病原体と呼ばれる目には見えない小さなウイルスや細菌、寄生虫などが体内に侵入することで様々な症状が出る病気の事です。（症状が出ない場合もある）

・感染経路（感染方法）・・・

①接触感染：感染者に直接接触することで感染する

（梅毒、破傷風）

②飛沫感染：咳やくしゃみで飛び散ったしぶきを吸い込むことで感染する。

（インフルエンザ、マイコプラズマ、風邪）

③空気感染：空気中に漂う細かい粒子を吸い込むことで感染する

（結核、水痘、麻疹）

④媒介物感染：汚染された水、食品、血液などを介して感染する

（食中毒、ノロウイルス）

これらの方法で感染症は人から物に、物から人に、人から人に感染します。新型コロナウイルスも流行しているので手洗いや手指の消毒、マスクの着用を徹底し、自身が感染しないように！

また、周囲の人に感染させないように感染の予防をしていきましょう！！



マスクしよう



換気しよう



うがいしよう



利用者の声



今年の2月からご利用されているAさん

ここの職員さんは皆さん親切でいい人ばかりで、いつも家に帰ったら主人や息子に話しています。車いすを使っていますがここへ来て3週間がたち、今はまほろばにいる時は歩行器を使って歩く練習をしています。家でもレンタルして歩く練習をしようかと思っています。転倒ないように十分気をつけてリハビリを頑張っていきたいです。

デイケアで
運動をしよう！



運動機能向上プログラム

ヨガマット運動～！！



現在は少人数に分かれてプログラムを実施しています。ヨガマット運動は続けていくことで身体の柔軟性がUPします☆

自主トレ

3月より、自主トレのメニューを変更しました。セラピストと介護職員で話し合い、利用者様1人1人の目標に合った運動プログラムを決めました。これまでよりも内容の濃いものになっています。自主トレの日もそうでない日もどんどん身体を動かしましょう！

作品作り



4月に向けて、たんぼぼの飾りを作りました。麻痺のある方もハサミを使って画用紙に細かく切り込みを入れて、春を感じられる飾りができました♪

喫茶



洋：パンケーキ
和：わたようかん・今川焼き

【豆知識や自宅で行える体操のコーナー】

【膝歩き】

ひざ立ちの姿勢で歩く運動です。股関節のまわりの筋肉を中心としたトレーニングです。歩行よりも転倒のリスクが少ないのが特徴です。※ひざに痛みがある場合は行わないように！



デイケアでの1日の流れ



○空き状況 空き充分… 😊 空きわずか… 😞 空きなし… ☹️

月	火	水	木	金	土
😊	😊	😊	😊	😊	😊

※ただし、空き状況は流動的なため、まずは下記にお電話を！！

・ご利用申し込み、お問い合わせ等は
医療法人医仁会 介護老人保健施設まほろば

通所リハビリテーション担当：井阪まで TEL：072-958-6655
(受付時間：月曜日～土曜日 9:00～17:00)