



まほろば

～チャレンジ変身通信 vol.23～



デイケアの
全てが分かる!!



雨にも負けず!! 風にも負けず!!!!

元気ですかー!!!!

ネバーギブアップ!

PT,OT,ST によるリハビリテーション

短期目標と長期目標



リハビリ職が対象者の目標を叶えるために、**短期目標**と**長期目標**を設定します。

「何も持たずに歩きたい」という希望を**長期目標**とすると、それを達成するために

「足の筋肉をつける」「何も持たずに立つことができる」「杖を使って歩くことができる」

など、2週間など短い期間で達成できるものを**短期目標**として掲げます。

小さな目標から達成していくことで、**目標の為に頑張る**ことができていると言えます

し、また良くなっているという**実感**や**達成感**も得る事ができます。

小さなことからコツコツと頑張って、

もっともっと楽しく過ごせるようになりましょう!!

利用者様



「元気になって、コンサートに行きたいなぁ...今日も頑張る」

まほろばをご利用になり、まだ2ヶ月あまりのN様。利用当初は落ち込みがちなお様子でしたが、今では前向きにリハビリにも参加されています。

家族様の声



「まほろばに行かせてもらうようになってから、だいぶしっかりと歩けるようになり、家の中の段差も一人で超える事が出来るようになり、本当に感謝しています。ありがとうございます。」

皆様からの声が、何よりの喜びです!!
皆様に喜んでいただけるよう頑張ります!!!



自主トレーニング



作品づくり



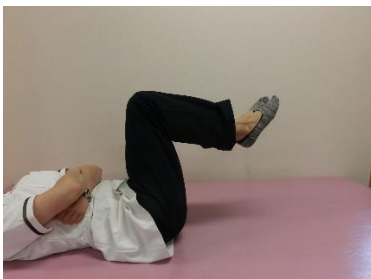
運動器機能向上プログラム



園芸



【豆知識や自宅で行える体操のコーナー】



～足上げ～

○やり方：仰向けで膝を曲げた状態から、足を持ち上げる。

膝を伸ばしたまま上げ下ろしすると、さらに負荷がかかります。

○お腹周りの筋肉を、鍛えることができます。

それらの筋肉を鍛えることで、姿勢が良くなったり、腰痛の予防をすることもできます！



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)