

太陽通所リハ こんなリハビリやっています

今月号より太陽通所で行われているリハビリ風景や自宅でできるエクササイズなど様々な情報も発信していきたいと思ひます。是非お楽しみに！！今回は歩行訓練です！

平地歩行 屋内や屋外での訓練



家の中を安全に歩けるようになりたい

畑に行けるようになりたい

坂道、階段での歩行訓練



屋内の段差を安全に歩けるように練習中

太陽ご利用以降自宅での転倒なし

日常注意していても転倒は起こってしまいます。危ないから歩かないではなく、「どうしたら転倒しにくいのか」「どうしたら歩行によって生活の質が向上できるのかを考えています」！

歩行の評価 TUG テスト



他にも歩行の評価必要に応じて行っています。

5m歩行速度
開眼片足立位テスト

TUGテストは一般的には転倒の危険性の高い方を判断するのに有用なテストです。椅子から立ち上がり3m先の目印を回って再び椅子に座るまで出来る限り早く行って頂いた時間を測定します
通常成人であれば10秒未満で行える動作です

通所のご利用者はこのような難しい漢字読みにも取り組まれています

今月の脳トレ
なんと読むでしょう

踝

※答えは来月号に



歩行訓練はとても重要な訓練の一つですが、その目的はご利用者様によってそれぞれ違います。平地はもちろん、段差の昇降や坂道の歩行など様々な生活状況や目標に応じて訓練を行っています



12月の予定

- ☆体重測定 1日(水)～7日(火)
- ☆誕生会 9日(木)、15日(水)
- ☆クラフト週間 13日(月)～18日(土)
- ☆クリスマス会&忘年会 23日(木)、24日(金)

介護老人保健施設 太陽
山鹿市鹿本町津袋654-1

☎0968-
(46)-6111

お気軽に
相談下さい

