

通所リハビリテーション

- 定 員 45名（1日=37名、半日=8名 午前/午後共に）
- 営 業 日 土曜・日曜・祝祭日を除く毎日
- 職員配置 医師1名 看護職員1名 理学療法士5名 歯科衛生士1名
職員10名 支援相談員2名 他（兼務・パート職員を含む）

社会福祉法人 松涛会

介護老人保健施設 そよかぜ倶楽部

TEL 025-522-8700 FAX 025-522-8701

支援相談員 桐山

通所リハビリテーション

■対象者

- ・介護認定で要支援1～2、及び要介護1～5の認定を受けた方が対象となります。

■内容

- ・心身の機能維持及び回復を図る為に、理学療法士による機能訓練、充実したマシンリハビリテーション機器で個々にあったサービスを提供します。
- また、介護福祉士等により、入浴・食事、自己選択・自己決定方式の活動（レクリエーション等）をサービスを提供します。心と身体の健康を保ち、潤いのある生活が送れるようにお手伝い致します。

午後の活動の様子



リハビリ室での様子



脳トレ



卓球

■主なりハビリ内容

<運動療法>

- ・3ヶ月に1回理学療法士（PT）が体力測定を行い、個々の利用者様に合わせた運動プログラムの立案を行います。

<筋力・体力増強訓練>

- ・マシンリハビリ
- ・ニューステップ
- ・エアロバイク
- ・階段
- ・スカイウォーカー
- ・ダイコー
- ・ストライダー
- ・クライマー
- ・ステッパー
- ・ツイスターなど。



ニューステップ

- ・手足を交互に動かすことで、筋力アップ・体力向上を促すことができます。また、個々の筋力・体力に応じ、負荷を設定できます。車椅子利用の方も取り組みます。



ダイコー

- ・ペダル漕ぎ運動に加え、ハンドルが前後に動き、ウォーキングなどに比べ足腰への負担が少なく、普段使われにくい筋肉を効果的に使えます。



マシンリハビリ

- ・筋力強化による歩行など動作の安定を図ります。個々のレベルに合わせて重りの調節をします。

クライマー

- ・足の筋力アップ、バランス能力向上に効果があります。また、歩く力を高めることができます。



<バランス訓練>

- バランスボード
- トランポリン
- バランスクッション
- ステップボーイなど

バランス指導

• トランポリン、バランスクッションを使用してバランス能力を向上します。
あえて不安定な面や、柔らかい素材の上に立つことで関節の円滑な動きや安定性を高めます。



<物理療法>

- ホットパック
- メドマーなど

メドマー

• 空気圧を利用し、下肢の浮腫みの改善、血行促進対策に効果があります。

ホットパック

肩、ひざ、腰などの痛みのある関節などを温めて血流を良くし、老廃物や痛みの根源となる物質を取り除く事ができます。



<個別訓練>

- 関節可動域訓練
- 歩行訓練
- 階段昇降
- スロープなど

ストレッチ

• 柔軟性が低下すると、筋肉が硬く伸張性が乏しくなり、骨への付着部分や腱の炎症がおこりやすくなり、腰痛や肩こり関節の痛みなどの整形外科的な問題を引き起こしやすくなります。ストレッチにより関節の可動域を広げ、柔軟性を高めることは運動能力の向上だけでなく、健康的な日常生活を送る上でとても大切です。



階段昇降

- 実用的な階段昇降練習の為、職員階段も使用します。1Fから3Fまで頑張る方もいらっしゃいます。



平行棒での歩行練習

- 前歩きの外、横や後ろ歩きなども行い、バランス能力や歩行能力を高めます。

