



～生活がイキイキできるデイサービス～

2018年12月号

今年から個別機能訓練Ⅱを開始し、デイサービス虹は**機能訓練（リハビリ）**に力を入れてきました。自宅でも活動的になって頂けるように日常のプログラムの中にも屋外・屋内を歩く散歩プログラムを開始しています。自分らしい在宅生活が送れるように**目標を持って、目標に向かって**取り組んでいきましょう！！

例えば、 目標：『近くのスーパーへ歩いて買い物に行きたい。』

しかし、『玄関の段差の昇り降りがしにくく、外へ行きづらい』

という方の場合では・・・



段差を昇降するための**身体機能の向上**と昇降するために**必要な動作の獲得**を行うことで、玄関の上がり下りを安全にできるように訓練をします。また、買い物へ行けるように一連の動作訓練をすることもできます。

機能訓練スペースにおける運動の様子です。目標に向かって頑張っています！！



機能訓練の運動において、トレーニングの目的を理解し、使用する筋肉を意識すること、何が改善するのかを意識することが大切であり、十分な効果に繋がります。皆さんにも運動の説明をしながら訓練を実施しています。新たに目標を持って一緒に機能訓練をしてみませんか？