

今月の  
Pick Up!

らいおんハートリハビリ温泉デイサービス あおば笠間

## 皆と一緒に頑張れる

大変な訓練も一人だと辛いですが、同じ頑張る仲間の姿があると心強いですよね。  
今回はそんな頑張る仲間の一人90代 Y.Tさんの訓練風景をご紹介します！

### あおばに来た、きっかけ

以前はご自宅の近所を散歩したりしていましたが、**検査入院後**に自宅に戻ってくると**足の筋力が落ち、歩く事が難しくなった**事に気づきました。けれども『**家で生活し続けたい**』思いがあり、リハビリする事を決意しました。そこで、元々奥様が利用しているあおばの見学を行い、デイの雰囲気と訓練なら「自分にもできそう!」と感じられたため、ご利用開始となりました。



### 実は、最初は訓練が不安でした

朝が弱く、当初は「起きて通えるか?」等の不安もありましたが、ご家族のご協力もあり、お休みなく訓練を続けられている状況です!また、**訓練を開始してから食欲も出てきて**、「ご飯を作っている音が聞こえてくると起きて来るようになった」と奥様が教えてくださいました。**生活習慣にも良い変化**が見られたようです♪



### もっと歩ける様になりたい!

Y.Tさんは、今まで杖を使用して歩いていましたが、「歩行が不安定なのが気になる」という事で、デイではあえて**歩行器を使って訓練**を行っています。これは、『**何とか下肢筋力を向上させたい!**』という目的から、歩行器を使うことで**歩く頻度を増やし、下肢筋力の向上を目指す**ためです。

奥様やスタッフの励まし、そして何よりもY.Tさんの頑張りが大きく、歩行のバランスも徐々に安定してきました♪



### 訓練に一工夫プラス!

実はY.Tさんは、**難聴を患っています**。そのため、大きな声で話しても言葉が伝わらないことがあります。その時に使っているのが**集音機**です!



集音機とは周囲の音を大きくすることで、**日常生活の聞こえにくさを軽減する器具**です。これを使うことで耳の不自由な方の訓練中も、しっかりコミュニケーションを取れる様になりました!



また、**動画や画像も利用**して、音が聞こえなくても画面を見て真似をすることで訓練が出来るようにもしています♪  
御年98歳のY.Tさん。いつまでもご家族と一緒に自宅で生活することが目標です。そのために、スタッフ一同全力でサポートしていきます!

## あおばのデイのご紹介♪

らいおんハート  
リハビリ温泉デイサービス  
**あおば笠間**

温泉設備があり、**訓練と入浴を1日の中で行える**デイサービスです。  
他にも、脳トレ体操、口腔訓練なども取り入れております!

〒247-0006  
横浜市栄区笠間4-11-11  
秋元ビル1F  
TEL | **045-392-8877**  
定休日 | 土日 時間 | 9:00~16:30

### 機能訓練型デイサービス あおばデイサービス

入浴もできる、**機能訓練型**のデイサービスです。お一人お一人に合わせた訓練内容で、生活の向上を目指します。

〒247-0056  
鎌倉市大船3-14-8  
リヴェラ鎌倉1F  
TEL | **0467-84-8746**  
定休日 | 土日 時間 | 9:00~17:15

### 訪問デイサービス ひかり鍼灸マッサージ院

デイに通うことのできない方向けの、**訪問型デイサービス**です。

〒247-0072  
鎌倉市岡本2-2-1  
DIKマンション110  
TEL | **0467-81-4771**  
定休日 | 日曜  
時間 | 平日9:00~20:00  
土祝8:00~16:00

見学は、お気軽にお問合せ下さい!