

元気の秘訣！それは…？

その頑張りを応援したい！

らいおんハート リハビリ温泉デイサービスあおば笠間

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の訓練風景をご紹介します！

80代(男性) Kさんの場合

脳梗塞の後遺症で軽度の左片麻痺があり、一人で外出する事が難しくなっていました。
そんな時、あおば笠間をご利用になり各種訓練に取り組んだ結果、以前の様な通常の生活に近づく程、徐々に回復しつつあります！

目標

動作を安定させて
日常生活を安全に
過ごせるようになりたい！

訓練①:徒手訓練

衣服の着脱が一人で出来る様に！



徒手訓練

Kさんには、麻痺により関節可動域の制限があり、衣服の着脱には手助けが必要な状態でした。
そこで**徒手訓練**を行い、筋肉のこわばりをほぐし関節を動かしやすい状態を目指すことにしました。
徒手訓練とは、人の手で関節をほぐし、関節の動きを改善する訓練です。

最近ではご自身でスムーズに着替えることが出来るまでに回復！ボタンも両手でとめることが出来る様になりました♪

また、あおば笠間では**入浴動作**も一つの訓練としてとらえています。ご自宅でも**意識して身体を動かす**ことで、身体の動きや、感覚も以前の状態に近づくことができ、安全に入浴が出来るようになりますのです！



訓練②:コーンホール

楽しみながら訓練をしています！

入浴の他にデイサービスで楽しみにされている訓練が**コーンホール**です。コーンホールとは、ボードの穴にトウモロコシ等の粒の入った袋(パック)を投げ入れるシンプルなスポーツです。**年齢性別関係なく誰でも楽しめるため、身体を動かす訓練**として人気です。

Kさんは、麻痺の影響もあり、始めた当初は穴にすら届く事が出来ませんでした。けれど、来所の度に毎回何十個も投げ続けた結果、約1年をかけてついに**パーフェクト**を達成する事が出来ました！また、ご本人も「投げるのが楽しい〜！」と、楽しみながら参加されています♪



コーンホール

訓練の効果とは？

コーンホールは投げる動作、パックを取るためのしゃがみ込みの動作・歩行、方向転換など色々な動作を繰り返し行うことができ、**バランスを安定させる訓練にぴったり**なのです！

訓練の成果!!

一人で出かけることが出来る様に！



訓練を続けた結果、今までは散髪に行く際にご家族に車で送ってもらっていましたが、最近では一人でバスに乗って出かけることが出来る様になりました！

その他、**歩く速さにも変化**が現れ始めています。以前は、家の近くのコンビニまでアイスを買に行くと、帰ってくる頃にはすっかり溶けてしまっていたのですが、最近ではアイスが溶ける前に自宅に戻る事が出来ています！

撮影中は少し緊張するとのお話でしたが、いい笑顔♪
これからも、Kさんが楽しく元気に過ごせる様にスタッフ一同全力でサポートしていきます！

見学は
お気軽に！

らいおんハート
リハビリ温泉デイサービス
あおば笠間

〒247-0006 横浜市栄区笠間4-11-11 秋本ビル1F
TEL | 045-392-8877 定休日 | 土日 時間 | 9:00~16:30
▶ 訓練と入浴を3時間の中で行えるデイサービスです。