



いつまでも元気!その秘訣は?!



# 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

あおばグループは、「通所型」「訪問型」「児童発達支援・放課後等」の3種類のデイサービスを運営しています。今回は、その中でも通所型デイサービス「笠間デイ」での取り組みをご紹介します!

## あおばのデイサービスとは?

あおばでのデイサービスの始まりは、【訪問型】ひかり鍼灸マッサージ院です。接骨院へ通うことが難しい症状の患者様対象に始まりました。しかし、運営を進めていく中で見えてきた問題があります。それは、患者様が積極的に動かない(外出しない)ということです。せっかく施術で症状が改善しても、身体を動かさなければ筋力は衰え、症状は再び悪化します。患者様に本当に必要だったのは、**施術+外出する動機**だったのです。そのため、外出のきっかけとなる様に通所型デイサービスの運営を始めました。



## 温泉のある、通所型デイサービス『あおば笠間』!

『らいおんハート リハビリ温泉デイサービスあおば笠間』は、「もっと良くなれ!」をモットーに温泉入浴と機能訓練が1日のスケジュールの中で出来る3時間のデイサービスです。今回は笠間デイで頑張る、利用者様のお一人の取り組みをご紹介します。



今回の利用者様

80代(男性)  
Kさん

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に、だんだんと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るのです!

一人での着替え



訓練②: コーンホール

## 楽しみながら訓練をしております!



コーンホール

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!**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♪

## 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います。そのため、楽しみながら**バランスを安定させる訓練**が出来るのです♪

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!

