

# 協立クリニック通所リハビリテーション

## 通所リハビリでの一日

生活リハビリの様子。



8:30 送迎開始

お迎え時、ご自宅での様子や体調など確認をさせていただいています。当日お休みの連絡は8:00~8:30までをお願いします。

9:30 バイタル測定

プログラム前に血圧や体温のチェック！体調の確認を行います。

集団体操は筋力の維持・向上を目的に行っています。みんなで楽しく運動をします！

9:50頃 朝の会

朝の会で日付の確認などを行い「みんなの体操」ともう1つ曲に合わせて体操を行います。

10:00 入浴・集団体操  
リハビリ

リハビリ職員による集団体操、曜日に合わせた体操を行います。40分ほどみんなで体操を行い、残りの時間は一人ひとりに合ったリハビリを実施しています。合わせて入浴も行っています。

身近にある道具を使い指先のリハビリにて生活動作向上・維持や認知症予防につなげています



ビー玉を使い、足指運動を行い、躓き・転倒予防を行っています。

11:35 手洗い・うがい  
口腔体操

順番に手洗いへ案内します。手洗いが終わると口腔体操を行います。

入浴も個々に合わせて行います。定期的に入浴評価を行い皆さんが安心して入浴できるように努めています。



12:10頃 昼食・休憩

昼食は曾木の満さんのお弁当です。昼食後、口腔ケアの誘導も行っています。お昼休みは、お昼寝や物理療法でリラックス☆

曾木の満さんのお弁当  
食事代は500円



13:45 ラジオ体操  
入浴・作業・  
リハビリ

「高原列車は行くよ♪」が流れると午後の活動スタート！音楽に合わせて体操を2曲がんばります。水分補給も忘れずに。「クラブ活動」「カレンダーづくり」「工作」「レクリエーション」などを行っています。リハビリ職員による個別リハビリも行っています。

静養室以外にソファとリクライニングチェアで休むことができます。



15:00 お茶会  
帰りの会

帰る前にほっと一息 月に1度は利用者さん手作りおやつデーがありますよ♡お楽しみに！



15:45 送迎

順番に車に乗り込みます。「今日も一日お疲れさまでした☆」

季節に合わせておやつ作り、月に一度の楽しみです☆



### ☆クラブ活動☆

趣味や興味に合わせた活動を行っています。(園芸・絵手紙・調理・手芸・木工・散歩など)楽しい活動を行っています！



### ☆季節の作品づくり☆

デイケア室を彩る壁面製作や毎月のカレンダーづくりを行います。



### ☆スクエアステップにも取り組んでいます

スクエアステップとは…転倒予防・認知機能向上・体力作りに着目したエクササイズです。楽しく体を動かします。



### ☆個別リハビリ☆

リハビリ職員による個別リハビリは本人の状態に合わせて適時介入しています。必要であればご自宅の環境も見させていただき自主訓練等の助言もしています。



### ☆鍼灸あんまマッサージが受けれます☆

松岡治療院からマッサージ等の施術を受けることができます。(曜日限定)



### ☆定期的に高岡院長がリハビリの評価☆

リハビリテーション認定医でもある高岡滋院長。リハビリの指示、利用状況の確認、体調不良時の対応、定期的に行なっているリハビリ会議を行っています。



### ☆季節の行事☆

1月：初詣 鏡開き 8月：夏祭り  
2月：節分 9月：敬老会  
3月・4月：花見 10月：コスモス見学  
5月：バラ園 12月：忘年会  
※気候に合わせて散歩リハビリで竹林園やエコパークにも出かけています。

### ☆あらゆる場面で生活リハビリに取り組んでいます☆

リハビリ職員によるリハビリだけでは効果が限られます。通所リハ利用の様々な場面で、スタッフ全員による「生活リハビリ」の視点を大切にしています。合わせて、自宅での過ごし方もとても重要であり、自宅での体操・生活指導にも力をいれています。皆さんの在宅生活の維持のお手伝いを行います！

### ☆充実した物理療法☆

当院2階の物理療法室を、お昼休みに利用することができます。ホットパック、低周波治療器、牽引、マッサージ器など充実した機器をそろえています。



協立通所リハビリ Instagram

日ごろの活動を投稿しています☆定期的に更新していますこちらから検索してみてください😊



お問い合わせ先

通所直通 69-2720