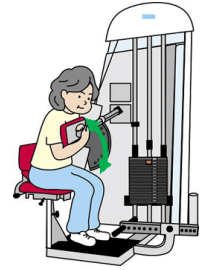




かりんの里での

運動器機能向上サービス



要支援者が要介護状態になることを防止し、できるだけ長く自立した日常生活が送れるように、運動器機能向上サービスを提供するとされています。

かりんの里では、利用初日に運動器機能の把握のため評価を実施し、運動器機能向上計画を作成します。その計画に基づき運動を実施していきます。

実施内容は、大きく分けて①パワーリハビリテーション

②個別メニューでの自主運動

③N-S

の3つになります。



パワーリハビリテーションは、マシン3機種の実施を基本としますが、ご利用者様の状態によっては2機種での実施となることもあります。軽い負荷で10回を1セットとし、2～3セット実施していきます。

個別メニューでの自主運動は、平行棒内での応用歩行練習やボールや重錘を使った下肢体操、立位での体操等、基本的には自主的に取り組める内容でご利用者様に合わせてメニューを決めています。実施方法や回数等もご自身で管理し行えるように、声掛けや見守りでの対応をしています。

N-S は座位での全身運動になり、負荷・時間をご利用者様に合わせて設定します。

上記の3つからご本人の希望や疲労等を考慮し、運動メニューを決めていきます。

また施設内は歩行補助具を使用している方も、ご自宅では使用していない方も多いため、リハビリ室内では独歩での様子やご自宅での移動方法での様子も確認しています。

