



# 医療法人 健康会



**歩行の改善、向上を  
目指します！**



## おためしデイ体験 利用受付中

トレーニングマシン等を実際に体験していただくことができます。  
体験をご希望の方は、当事業所にご連絡の上、お申し込みください。

**※ 体験料金: 500円!!**

**通所リハビリテーション アイリス  
(3~4時間)のご案内**

# 『畑仕事ができるようになりたい！！』 希望を叶える為の取り組み

## 《 基本情報 》

氏名 : B氏 性別 : 男性 年齢 : 70歳代  
疾患 : 右鎖骨、腸骨、肋骨多発性骨折  
備考 : 今まで自宅での転倒歴多数。

## 《 方針の決定 》

基本動作はほぼ自立。骨折の影響で手の使いにくさ、バランス能力、耐久性の低下、転倒への不安感あり。



身体の土台である背骨を中心に動く範囲を拡大し、実際の動作場面への介入も行う。

## 《 トレーニングプログラム 》

セラピストが  
個別プログラムを立案します。



① 体幹機能訓練  
上半身の中でも胸の周り、腰の周りを別々に動かせるように、必要な関節の動く範囲を改善。

② バランス訓練  
片足立ちや中腰での移動を実施。自身にも転ばずにバランスが取れる範囲を学習して頂く。

③ 自主訓練指導  
機器以外の道具を使用した運動方法や、自宅での過ごし方への助言・指導を行う。

④ 応用動作訓練  
畑仕事に必要な物を運搬する動き、上り下りの動き、地面に向かって手を伸ばす動きを中心に実施。





個別のリハビリに加え、腰HALを使用し、しゃがみ込みに加えて全身での曲げ伸ばしやバランスの訓練を実施。

**《 結果 》**

**利用開始時**

**Timed Up & Go**

**独歩 9.5秒**

**5m歩行**

**独歩 4秒**



**1ヵ月後**

**Timed Up & Go**

**独歩 7.6秒**

**5m歩行**

**独歩 4秒**

**《 セラピストが自宅訪問 》**



今回、セラピストが日々のリハビリに加え、畑場を実際に見学し、動作確認、指導を行っております。

今まで育ててきたものに加えて今回はイチゴを植える事ができたそうです！！  
畑の上り下りの不安感改善としゃがみ込みの獲得が次回の目標となりました！！

## 【 概要 】

- 営業日：月～金
- 利用時間：① 8:50～12:00  
② 13:20～16:30  
(食事、入浴、レクリエーションの提供なし)
- 定員：40名(午前午後それぞれ20名)

## 【 対象者 】

- 介護認定を受けている方。  
(要支援1～要介護3)
- 自力、もしくは介助にて歩行が可能な方。
- やりたい事や今後の目標を叶えたい方。
- 5km圏内の方。5km以上の方は要相談。

## 【 1日の流れ 】

- 8:50～  
・来所  
・バイタル測定(体温・血圧・脈拍)
- 9:00～  
・個別トレーニング(10～20分)  
・自由トレーニング(120分)  
エルゴメーター、クロストレーナー、トレッドミル、ウェイトトレーニング  
バランストレーニング等  
(適宜休憩。セラピストがプログラムを提案、定期的にかウンセリング)  
・集団トレーニング(10分×2)  
スリングセラピー、ポールエクササイズ等
- 12:00～  
・帰宅

※午後の内容も同様です。午後の時間帯は13:20～16:30となります！！

## 【 3～4時間利用料金 】 (平成30年4月より)

要支援1	要支援2	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5
1812円/月	3715円/月	426円/日	500円/日	573円/日	666円/日	759円/日

※上記は、基本料金となります。別途で頂く料金もございます。

# いつでも遊びに来てください！

《問い合わせ》

通所リハビリテーション アイリス

TEL (0896) 58-0011

TEL (0896) 29-5773 (直通) (担当：鈴木、藤田)

