

やましたリハ通信

KUBOTA CLINIC

第24号

発行：久保田整形外科医院
やました通所リハビリテーション
平塚市山下458
医院：0463-35-2611
通所：0463-37-5786
発行責任者：施設長 久保田千栄子
発行日：2020年 1月



《いつまでも元気でいるための通所リハの継続》



副院長 久保田 聡

平成29年12月より短時間型（1～2時間型）の通所リハビリテーションを開始し、早2年が経ちました。おかげさまで少しずつ皆様に認知されるようになり、特に昨年4月頃より1～2時間型の通所リハを利用される方が増えてきています。昨年4月より要介護者の医療保険による運動器リハビリテーションの継続利用が制限され、今後ますます介護保険によるリハビリテーションの重要性が高まっていくものと考えます。

当院では高齢者の方の日常生活動作の改善と転倒予防を目的に通所リハを行っておりますが、第22号でも述べたように年齢を重ねても元気に日常生活を送る上で、継続したリハビリテーションは必要だと感じます。そこで通所リハの継続率について調査したところ、1年間の継続率は61%であり、1～2時間型が54%、3～4時間型が67%でした。利用を中止された方は、要支援・要介護ともにほぼ半数の割合でしたが、1～2時間型では要支援の方の中止が多い傾向となっていました。また利用を中止した理由として、身体的向上を自覚されたことで、利用を中止したという意見がある一方、通所リハの目的や意義が伝わらなかったという意見もあり、通所リハについての理解を深めていただくために検討する必要があると考えます。本年もどうぞよろしくお願い致します。

令和2年1月

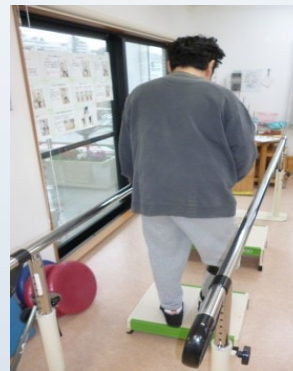


当通所リハでは、手足が動きにくい運動麻痺の方への
身体機能回復訓練を実施し、
日常生活動作の改善を図ります。

ストレッチによる関節拘縮予防
バランス・動作訓練
巧緻訓練（ペグ練習）
自主トレーニング
マシントレーニング
転倒予防体操

バランス練習 歩行訓練

床上動作訓練



毎月隔週15～20分の時間で「脳トレ」を行っていますが、今回は皆さんも一緒に如何ですか？ 文字の並べ替えで2つの単語ができます。
さあ皆さんチャレンジしてみてください!!

- ①ヒバマリラフ ⇒ (ヒント：花の名前)
②ボンツバトタ ⇒ (ヒント：虫の名前)
③カオジクラツ ⇒ (ヒント：魚の名前)



簡単な問題でもひらめきや直観力が鍛えられると
 言われています。認知症予防のためにも、
 脳を働かせることがとても重要です。

① ㄹ ㅈ ㅊ ㅋ
② ㅌ ㅍ ㅎ
③ ㅇ ㆁ