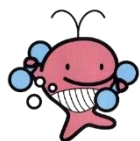


●リハビリデイサービスわかすぎ

●ケアプランわかすぎ

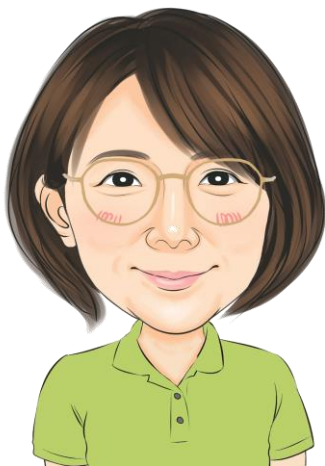


ありがとう通信 38号

●放課後等デイサービスわかすぎ

●訪問看護ステーションわかすぎ

発行 株式会社ありがとう
〒918-8055
福井県福井市若杉4丁目1602番地
電話 0776-33-0708
FAX 0776-33-0709
E-mail: arigatou@juno.ocn.ne.jp
URL: <http://www.arigatou-ltd.co.jp>
2023年8月1日発行



株式会社ありがとう

●新スタッフ紹介



LINE公式アカウント
LINE ID: @092bagdz
LINEの「友達追加」から
ID検索するか、QRコード
をスキャンして下さい。

株式会社ありがとうでは、利用者様・ご家族様、ケアマネージャー様に当法人の各事業所をよく知ってもらうために、「ありがとう通信」を発行しています。当法人各事業所の情報やリハビリ・口腔関連情報などお役に立つ情報を発信していきたいと思っておりますので宜しくお願い致します。



事務員

小林 まさみ

利用者様が通いやすく楽しい場所になるよう、努めていきたいと思っております。よろしくお願いします。

リハビリデイサービスわかすぎ

介護職員（介護福祉士）

栗田 勝太郎



利用者様の尊厳を保持し安心して過ごせるサービスを提供します。デイサービスに通うことが利用者様の楽しみの一つになるように明るく優しい対応を心掛けてます。

●リハビリデイサービスわかすぎの

リハビリ機器紹介

以前、当施設のリハビリ機器をご紹介しましたが、「もう少し詳しく知りたい。」や「どんな効果があるのか？」等の要望・質問がありましたので、今号より1台ごとに詳しく説明していききたいと思います。

★HUR（空圧式トレーニングマシン） レッグプレス

今回はリハビリ機器の中でも、椅子からの立ち上がりや階段の上り下りに必要な筋を強化するトレーニングマシンを紹介します。

・対象部位 股関節内転筋群

大腿四頭筋、ハムストリングス下腿三頭筋、大殿筋、腹筋群

※太ももを中心とした下半身トレーニングに効果があります。基本動作である立ち上がりや歩行力アップが期待できます。

・効果

レッグプレスは機器に座って足の裏でボードを蹴って、両膝関節を伸ばしていく運動です。

下半身全般的筋肉を強化し、立ち上がる、座る、しゃがむ、歩くなどの動作や日常生活に必要な筋力を強化する効果があります。

脚を固定して可動する構造になっているので、日常の動作により近い運動をおこなうことができます。

機器の前方のボードを蹴る時は、なるべく足を閉じたまま行います。難しい場合はゴムボールなどを股に挟むとやりやすいです。



※まだ使用したことがない方は、ぜひ**レッグプレス**を使って足の運動を行ってみましょう。



8月15日（火曜日）は、夏季休暇のため全事業所お休みとさせていただきます。

●利用者様・ご家族様へ意見箱●

（訪問看護）

・身体が楽になっていいです。

・ありがとうございます。笑顔が増えました。

（通所介護）

・水曜日の昼食がまずい。（前回掲載）

他同様のご意見が多数ありました。

（対応）

8月2日水曜日より、昼食を他の曜日と同じ昼食に変更致しました。

貴重なご意見を参考に今後のサービスの質の向上に努めていきたいと思えます。ありがとうございます。

●編集後記●

暑い日が続いています。室内にいるからといって水分を摂らないでいると、脱水症状になってしまいます。定期的に水分補給をし、睡眠やバランスの良い食事などなど、ちょっとしたことです。普段以上に気を配って体調を崩さないようにしましょう。

専務取締役 道下 光生