

# アビリティの花咲いています ～機能訓練の現場から～



令和8年1月  
アビリティ共生テイ  
Vol.78



TikTok始めました!



## 1月の主役A様

- ・80代 女性 要介護1
- ・主病名：脳梗塞、関節リウマチ
- ・令和6年から利用中で、週に4回 利用

## 困っていること、悩み

- ・手など身体が動かしにくい
- ・しっかり歩けるようになりたい

⇒歩行がスムーズに行える、様々な活動に参加できるようにしたい

## A様の評価

- ・握力 左→5kg 右→5kg
- ・5m歩行→31.5秒

## 評価をもとにしたアプローチ

- ・下肢→筋力トレーニング、歩行訓練
- ・上肢→手指の細かい動作の訓練

## 機能訓練①下肢

体調や疲労度にあわせて声掛けしながら行いました!



関節可動域訓練、筋力トレーニング、歩行訓練を実施しました

## 機能訓練②手指



ペグを使用した手指訓練  
手指の巧緻性、集中力の向上などを図ります。

ボール握り運動  
関節可動域の拡大、手指筋力の向上などを図ります。



## 再評価

5mを歩く速さが14.25秒速くなりました！

- 筋力 前回の評価と変わらず
- 握力 左 5kg⇒4kg  
右 5kg⇒6kg
- 5m歩行 31.5秒⇒17.25秒

これからも継続して機能訓練を行っていきます！



## 工房たく活動記録

ペットボトルや空き缶のリサイクル活動を行っています。  
ラベルをはがしたり、つぶす作業などの様子です。

