

暑い夏に向けた取り組みと機能訓練を通じた夏のレクリエーションの成果をご紹介します♪

暑熱順化への
取り組み

暑熱順化とは・・・暑さの時期が本格的になる前に体を暑さに慣れさせることです

からだ全身を使った体操や比較的涼しい午前中に短時間の屋外歩行訓練を実施する等の取り組みを7月初旬から実施しました！！



取り組みの結果と進捗



その後



体操などの運動をみんなで実施



体操後にはマシントレーニングや平行棒での自主トシにに取り組む方が増加



運動後



運動後にはしっかりと水分補給を実施

運動や水分補給の声掛け等の取り組みを行った結果
7月末時点では脱水や熱中症で入院や長期休みされた方はいませんでした
今後も継続し引き続き身体機能の向上を図ります

裏面では夏ならではのイベントをより楽しむための機能訓練の取り組みをご紹介します♪

NEXT

スイカ割りに挑戦！

事前評価＆機能訓練の様子

ポイント

1. バランス能力
2. 上肢可動域
3. 空間認知能力etc.



平行棒内でのバランス評価や上肢可動域のスクリーニング評価などを実施し**弱点**を見つけ出します

運動の実施



特殊なマットの上での足踏みや重心を移動させる運動

見つかった課題に対して、平行棒内運動やストレッチ等の運動を実施し課題解決に取り組んでいきました！！

イベント当日



準備運動をした後に、皆さん機能訓練の成果を発揮し無事成功！皆さんで美味しくいただきました

イベント後



機能訓練を通じた身体機能の向上により自宅での段差昇降や転倒リスクの軽減等の効果が期待されます♪

今後も一人ひとりのケアプランに合わせた機能訓練に取り組んでまいります。

第二富田デイサービスセンター 機能訓練指導員：三宅良和・三宅健太・土岩龍之介