

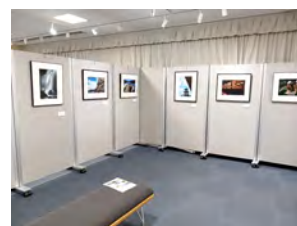
お花見

4月初旬、デイの隣の公園に桜の花が咲きました。歩行訓練や運動を兼ねて順番に歩いて行ってみました。身体的な理由で普段はご自宅から一歩も出られないご利用者、歩行補助具を使用しても独りでは歩行が難しく介助が必要なご利用者もキラキラした笑顔を見せて下さいました。季節を感じることはとても大切なことで心身共に良い刺激を受けたことと思います。来年も一緒に桜の花を見ましょうね♪



だいたい写楽41回写真展

4月17日から1週間、大東市生涯学習センターアクロスでOさんの作品が展示されました。Oさんは以前から写真を趣味とされており、全国を巡りながら風景や景色を撮影されています。旅に出るための体力や下肢筋力の維持を目的にデイをご利用されています。がんばっています！素敵な笑顔です ✨



今月の俳句

万博や 母の膝上 幼き吾
追いかけて 手に取れそうな 春の月
土手の脇 一本桜と 朧月
花便り 思いしたため 笑み浮かべ
春の雨 気づかずぬらす 干し物を
草萌ゆる 背負ってみて ランドセル

デイセンター リハビリプラザ深野

大阪北第2営業所 〒574-0072 大東市深野5-3-22

●TEL 072-875-2525 (相談窓口：阪上)

ハートケアグループ
デイサービスの
ホームページは
こちら！



PT・OTによる運動・リハビリテーション♪

レッドコード



天井から吊るされた 2 本のロープを使用し身体の様々な部分を支え、上肢、下肢、体幹のストレッチや筋力アップ、バランス機能向上に効果的なリハビリ機器です。関節や筋肉に過度な負担を掛けずに自分で調整することができるため、高齢者や小さい子供でも安全に使用することが可能であり「小さな力で大きな動きができる」のもこの危機の特徴の一つです。

トレーニングマシン

HUR は空気圧を利用し、0 から段階別に重さの調整が行えるトレーニングマシンです。レッグ、チェストプレス、アブドメンの 3 種類のマシンを使用し上肢、体幹、下肢にバランスの良い運動ができます。また 0 負荷からの調整が可能であるため「力の弱い高齢者」でも安心して運動が行えます。



個別リハビリ

ご利用者個々のニーズに合わせ、歩行訓練や関節の可動域訓練、ストレッチや筋力強化訓練、生活リハビリなどを実施しています。疾患や年齢、体力、生活環境などを踏まえお一人おひとりに合わせたプログラムを立案し、効率よく効果的なリハビリを提供しています。



レクリエーション・趣味活動

囲碁・将棋

囲碁や将棋はレベルに関わらず誰でも楽しめる趣味です。脳の様々な領域が活性化されることから認知機能の低下予防に効果があるといわれています。また対局を通じて人と交流する機会を増やし、孤独感の解消や社会とのつながりを維持する効果も得られます。



射的



集中力を高め、手先の器用さを磨けます。ターゲットを狙う動作や力加減を考えることで、認知機能の維持や向上にも繋がります。真剣な表情で集中している感じが皆さんとってもカッコいいです♪

