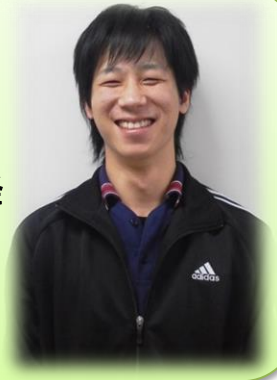


“結愛” ~ゆい~

『職員紹介』

通所リハビリテーション室に所属している作業療法士の古屋 和希(ふるやかずき)です。以前、介護士として約1年間通所リハビリテーション室で働いていました。その後、作業療法士の資格を取り、病院へ勤務し、昨年5月から通所リハビリテーション室に異動となりました。異動してから半年以上が経ち、日々利用者様の笑顔や笑い声から力を貰っています。これからも、その人らしさを大切に利用者様が安全に暮らせる住環境整備や趣味の継続、生きがい作りなど、楽しみを一緒に考えながら、より一層笑顔や笑い声を増やしていけるようお手伝いさせていただきたいと思ひます。



『通所リハビリテーション室～年賀状作り～』

日頃の感謝と年始のご挨拶を兼ねて、昨年12月に担当ケアマネジャー様宛に当通所リハビリテーションの利

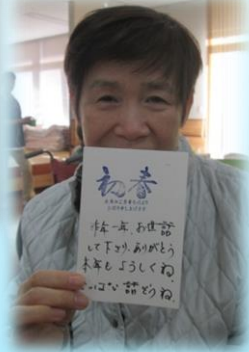
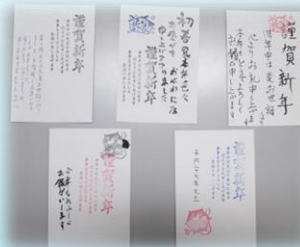
用者様が年賀状を作りました。

利用者様お一人お一人、こちらで用意したスタンプを使いながら素敵な年賀状を作

っていただきました。年賀状の送り先であります担当のケアマネジャー様からは「担当しているご利用者様から年賀状が届き嬉しかった。」とお話を伺いました。

これからも季節に合わせた行事を行い、利用者様に楽しんでいただけるよう心がけていきたいと考えています。

通所リハビリテーション室 スタッフ一同

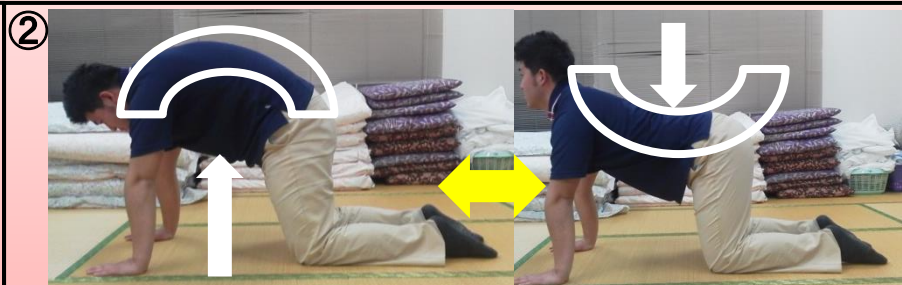


『腰痛体操～四つ這い運動で肩・腰・足を鍛える～』

今回は、四つ這いで行える運動を紹介します。運動は痛みのない範囲で行ってください。



① 肩幅に手足を広げ、手足が地面に対して直角になるよう四つ這いになります。※背中を反らすことや丸めることのない様に注意してください。



② 腕や足の位置を変えず頭を下げながら背中を丸め、頭を上げながら背中をゆっくりと反らす運動を行います。必ず痛みの無い範囲でゆっくりと行ってください。※②の運動が困難な場合、①の姿勢を保持してください。