

“結愛” ~ゆい~



『職員紹介』

4月より育児休暇から復帰しました、理学療法士の赤澤 結です。一昨年の大晦日に女の子が生まれました。4歳のお姉ちゃんも小さなお母さん役となり頑張ってくれています。家事や育児と仕事の両立はまだ慣れませんが、皆様と一緒に私もりハビリをして笑顔で過ごせるように体力を付けていきたいと思えます。宜しくお願いいたします。

『通所リハビリテーション～しだれ桜～』

今年は気候が良く、3月下旬頃より桜が開花しました。通所では、コロナウイルスの影響でお花見には行けなかったのですが、車に乗りながら桜見学を行いました。ゆっくり桜を眺めることが出来なかったため、通所の制作の時間を使い「しだれ桜」を作製しました。

皆様協力して行って頂き、素敵な「しだれ桜」が完成しました。



『転倒について』

今回からは「転倒」をテーマにしていきたいと思えます。転倒は若い方であれば、打撲など時間の経過とともに回復していく事が多いですが、高齢になるに従い転倒後の生活に大きな影響を与えてしまう事があります。

高齢者が要介護になる主な原因

- ①脳血管疾患
- ②認知症
- ③高齢による衰弱
- ④**転倒・骨折**

転倒により寝たきりになったり思うように動けない状態が続く事で、筋力や持久力の低下につながり「要介護」となる可能性が高くなります。
★次回は「転倒する原因」についてです。

4月の雑学クイズの答え⇒くしゃみをする時**②5メートル**つばが飛びます！

⚠くしゃみをする時は**咳エチケット**を守りましょう！

咳・くしゃみをする際にマスクやティッシュ、ハンカチ、袖を使って口や鼻をおさえることです。手のひらではその手で触った物にウイルスが付着し、感染拡大につながる場合があります。

