

# 三友堂通所リハビリテーションです！！

住み慣れた自宅・地域で安心して生活がしたい。

そんな頑張りを応援致します！！

こんな方は・・・？  
いらっしませんか？



- ◆転ぶ事が不安で歩く事を諦めている
- ◆自宅では体を動かす機会が少ない、減っている
- ◆活動に消極的で家から出る事に不安を感じている
- ◆持病の不安があり相談したい
- ◆家事動作を安全に行いたい
- ◆お家で入浴が出来るよう練習がしたい
- ◆トイレ動作で悩みがある
- ◆進行性の疾患がある方の筋力やADLの維持

通所リハビリでは個別リハビリの実施と生活リハビリを取り入れ日常生活の不安や出来ない！（やらない）⇒出来る！（やりたい）をサポートします

## ○通所リハビリテーションでの利用者様の関わりについて

ケアプランの目標を確認した上で利用者様と関わり、理学療法士、作業療法士が生活動作に合わせた個別リハビリを提供します。又自宅での生活動作を想定した動作練習も行い、介護福祉士、看護師とも連携を図りながら生活リハビリとして動作練習に関わらせて頂く他、自宅でできる自主トレーニングも提案し安定した生活動作に繋がるよう支援致します。

## ☆令和4年5月通所便り☆

5月25日（水）チャレンジデーに参加しました。

チャレンジデーとは1日に15分以上運動した住民の人の数（参加率）を全国の人口規模がほぼ同じ自治体同士で競い合うスポーツイベントです。また住民がスポーツを通じて健康に対する意識を高めるきっかけになる事を目的としています。2022年今年の対戦相手は、秋田県横手市 VS 長崎県大村市 VS 米沢市です。通所での参加は3年目、負けが続いている為今年こそは勝つ！！と強い意欲で臨みました。通所では利用者様、職員合わせて40人の参加あり市へ報告し翌日の結果を待つことに・・・そしていよいよ結果発表！！なっ！なんという事でしょう( ; ∇ ; )今年も最下位( ; )

1位秋田県横手市（参加率）84.1%、2位長崎県大村市61.5%、3位で米沢市29%



全国1位は群馬県上野村94.6%でした。またまた今年も負けてしまいましたが利用者様と職員が一丸となり米沢市の為に頑張れたことはとても嬉しい1日になりました。来年こそは1位！！

## ◆新規申し込みについて

三友堂通所リハビリテーション（地域リハ・ケアセンター内）

電話番号 0238-21-8138 相談窓口 金子 ・ 布施