

リハビリ・デイ「にじ」新聞

平成30年 冬臨時号

「見つけよう
増やそう
『できること』と
『笑顔』」



リハビリデイ『にじ』の利用者様は「おしゃれをしたい」「旅行に行きたい」「ゴルフをしたい」「買物をして料理を作りたい」などの「〇〇したい」と意欲を持って来られています。

利用者様が自分で血圧測定し表に記入されたり、食事の準備などの役割をつくり、それを担ってもらう事で達成感が生まれます。さらに、「自分は必要とされているんだ」という気持ちも生まれ、自己肯定感を高めることにもつながります。また、複数のリハビリレクリエーションや季節ごとの外出機能訓練を通して自分で選択でき、決定をする機会を作り、それが認められることで主体性や自尊心が生まれ、意欲につながります。

意欲が向上し、それによって生活行為や生活動作が変わればADLも向上し、自立支援につながってきます。リハビリデイ『にじ』では、皆様ができることが増え、笑顔がいっぱいになれるよう支援して参ります。

個別機能訓練はこのようなことを行っています

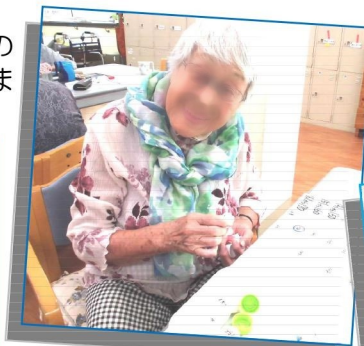
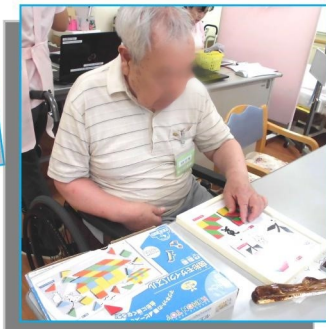
指先は体の中でも運動や感覚の神経が多く、指を動かすことで脳に刺激が伝わります。そのため、指の体操を行うことで脳の活性化に繋がり、認知症予防にも効果があると考えられています。



こんなに高く
積みました～

○牛乳パック積み重ね
約1cm幅にカットした牛乳パックをつまみバランスを考えながら重ねていきます。

○図形モザイクパズル
見本を見ながら三角と四角のパズルを組み合わせて行きます。



○数並べ
ペットボトルキャップに数字を貼った物を順番に並べて行きます。

○洗濯ばさみ付け
つまんだり外したりと細かい日常動作の練習になります。



○調理機能訓練
「にじ」の畑で収穫→野菜を洗う→皮をむく→切る→調理する→盛り付ける。危険のないようマンツーマンで行います。



昔取った杵柄だ～！



男性も女性も、皆さん真剣に取り組んでいただけます。出来上がればその日の昼食の一皿となり、ご自身で手をかけた料理を喜んで召し上がられています。

外出機能訓練



1月は初詣に行きます。



買い物外出機能訓練
 買い物の後はおやつタイム。ご自分でメニューを選び、お支払もご自分でします。



5月はいちご狩り外出訓練



桜の頃、お花見外出訓練をします。

外出することにより、地域社会との交流が生まれます。外気に触れ、季節を感じる事で脳の活性化を図ります。

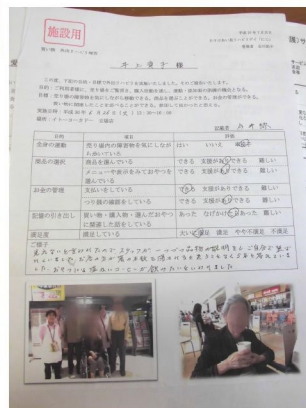
園芸機能訓練

植物を育てる事で心身ともにリフレッシュします！

どれが甘いかな～



みかん狩り



天ぷらバイキング

その他のお楽しみ



パンバイキング



お寿司バイキング



「にじ」では、食事も楽しく召し上がっていただけるようバイキングなど工夫を凝らして提供し、ご利用者様に喜んでいただいています。ご自分で好きな物を選ぶ事で能動性の向上を図ります。ご自分で選べば味もまた格別です。

どこに置けば勝てるかな～



お問い合わせは

たすけあい泉 045-800-3020