

愛生複合型サービスセンター平安通 リハビリメニュー

利用者様、その家族様のご希望を確認し
利用者様の能力に合わせたリハビリを提供しています

どんなリハビリができますか？

①個別リハビリ

理学療法士が実施する個別リハビリは以下の通りです。基本的には1回15分となります。
必要に応じて福祉用具相談や住宅環境調整、介護指導のご相談等も承っております。

- ・関節可動域訓練
- ・筋力強化訓練
- ・基本動作訓練（起居・座位・起立・立位・移乗など）
- ・歩行訓練（屋内、屋外）
- ・呼吸訓練
- ・日常生活動作訓練（トイレ、入浴、食事など）



②生活リハビリ

リハビリの専門家が直接的に筋力強化等を目指した機能訓練を実施するのではなく、
着替えやトイレ、入浴など利用者様が日常生活する上で行う活動（ADL）をリハビリと捉え
日常生活動作を自分の力でできるように介護士が支援します。

週何回できますか？

個別リハビリは、ご自宅でのお困りごとや評価を参考に個々に合わせて週3回行っています。
移動やトイレ等が自立されている方は、介護士と行う集団体操や自主トレーニングを推奨しています。

週間スケジュールの例

利用者様	月	火	水	木	金	土	日
脳卒中片麻痺	<u>個別リハビリ</u> 生活リハビリ	集団体操 生活リハビリ	<u>個別リハビリ</u> 生活リハビリ 自主トレ	<u>個別リハビリ</u> 生活リハビリ	集団体操 生活リハビリ	集団体操 生活リハビリ	ご自宅
腰部圧迫骨折	集団体操 生活リハビリ	<u>個別リハビリ</u> 生活リハビリ	ご自宅	<u>個別リハビリ</u> 生活リハビリ 自主トレ	<u>個別リハビリ</u> 生活リハビリ	集団体操 生活リハビリ	集団体操 生活リハビリ

個別リハビリでは

脳卒中片麻痺の方：関節拘縮予防や介助量軽減を目的に関節可動域練習、筋力強化訓練、立ち上がり練習等
腰部圧迫骨折の方：痛みの程度に合わせて、筋力強化訓練、立ち上がり練習、歩行練習等
を主に実施していきます。