

今月のテーマは・・・

## 転ばないためのリハビリ

気温が温かくなることで屋内・外での行動が増えていきます。それに伴い転倒の頻度も増加していきます。そこで転倒のリスクが最も高い歩行時の転倒予防を目的として、バランス運動や足の筋力運動、歩行時の脚の振り出し方「足を出す時は踵から」等の指導を行っています。



### 【デイサービスだより】

5月のイベントは母の日でした。スタッフから利用者の方へ手作りのカーネーションを送りました。皆様に喜んでもらえて笑顔がたくさん増えました。



### 【我が家の日常】

デイサービスがない日などは廊下などを散歩されている利用者の方をよくお見かけしています。外を眺められている方や手すりを使用して簡単な運動をされている方もよくお見かけしています。



### 【リハビリだより】

入所時は環境の変化や歩行器の導入で歩行のふらつき等が見られていましたが、訪問看護やデイサービスでのリハビリで歩く練習など行い最近では安定して歩行が可能になってきています。



### 【福祉用具紹介】

今回は速度が速くならない抑制付きの歩行器です。前のめりで歩いてしまい前方へ転んでしまうリスクがある方や日常的に坂道を歩かれる方に転倒予防としておすすめの歩行器です。

