

# 秀明荘だより

玉島中央老健施設 秀明荘

vol.23  
令和06年06月

## 令和6年4月1日より、 通所リハビリテーションの リハビリスペースを拡大しました！

この度、通所リハビリテーションにおきまして、ご利用者様に、より充実したリハビリを提供できるよう、リハビリスペースの拡大、並びにリハビリ機器6台を新規導入いたしました。



令和6年4月より、リハビリを行う訓練場所が変更となり、開放感のある広々としたスペースでより快適に訓練を行えると共に、新しく導入したリハビリ機器により、今まで以上にご利用者様のニーズにあった訓練が可能となりました。



# 令和6年4月より、6台の

## ウォーターベッド

- ・全身のリラクゼーション、マッサージ効果
- ・脊柱起立筋刺激によるリハビリ効果



### 【ご利用者様の感想】

「体が温まる」「気持ちが良い」「寝そうになるくらいじゃ」

## 有酸素運動機器

- ・有酸素運動、筋力トレーニング、全身運動
- ・片麻痺のかた、車椅子の方でも利用可能



### 【ご利用者様の感想】

「体力がつく」  
 「手も足も力が入る」  
 「手足が一緒に動くから楽に運動出来る」  
 「膝の動きが良くなってしゃがめるようになった」

## レッグエクステンション/フレクション

- ・歩行や階段の安定性向上



### 【ご利用者様の感想】

「膝がしゃんとする」  
 「膝の痛みが減ったような」



# リハビリ機器を導入しました!

## レッグプレス

- ・日常生活の、歩く、座る、しゃがむ、立ち上がるなどに必要な筋力の強化



【ご利用者様の感想】  
「良い運動になる」  
「足がしゃんとする」  
「歩きがしゃんとした」

## ヒップアブダクション / アダクション

- ・歩行時のふらつき軽減
- ・骨盤の安定性向上



【ご利用者様の感想】  
「普段動かさないところが動かせて良いな」  
「普段の生活で鍛えにくいところが鍛えられるな」

## ローイング / チェストプレス

- ・上半身の筋力トレーニング
- ・肩の動きを向上



【ご利用者様の感想】  
「腕の力がつくから良いな」  
「物を持つのが楽になってきた」

# 趣味の会の紹介

コロナ禍で中止されていた「手芸」、「工作」、「習字」の「趣味の会」の活動を再開します！  
 秀明荘介護保険サービスをご利用されている方々を対象に、月に1～2回で開催を予定しております。  
 参加費用は1回につき100円～400円で、内容により変動致します。



以前の習字教室の作品です。習字がお好きな方や字を書くのは苦手という方がいらっしゃいますが、字を書き出すと、参加されていた方が楽しそうに書いておられました。書かれた作品は秀明祭等で展示をさせて頂いております。

以前の手芸・工作教室での作品です。季節の題材をお手本に、細かい作業もありますが、皆様器用に作られておられました。作品を作るかご不安と思われる方にも、講師の先生、秀明荘の職員が一緒にご覧させていただきますので、ぜひご参加頂けたらと思います。



お問合せ先：秀明荘 趣味の会担当 伊藤・加賀  
 電話番号：086-523-0111



## 通所リハビリ新職員紹介

<p><b>稲田 千鶴</b>                  職種 / 前配属                  介護士 / デイサービスすこやか                  趣味 / 特技                  読書「まんがも読みます」                  何か一言                  4月から配属となりました。                  頑張りますのでよろしくお願いいたします</p>	<p><b>加賀 悠子</b>                  職種 / 前配属                  介護士 / デイサービスすこやか                  趣味 / 特技                  音楽を聴くこと                  何か一言                  入社当初デイケアで働いておりましたが、10年経って戻ってきました。また通所をご利用の皆さんと過ごせるのが楽しみです。よろしくお願いいたします。</p>
<p><b>菟原 司</b>                  職種 / 前配属                  介護士 / グループホーム                  趣味 / 特技                  キャンプ先でお酒を飲み、何も考えず星をみて寝ること。                  何か一言                  ご利用者の皆様のご自宅での生活が長く続くようなご支援ができればうれしいです。</p>	<p><b>辻 光</b>                  職種 / 前配属                  作業療法士 / 老健リハビリ                  趣味 / 特技                  ライブ観戦                  何か一言                  1日でも早く慣れて、みなさんとお話できる様になれば嬉しいです。よろしくお願いいたします</p>

### 編集後記

久しぶりの発行となった秀明荘だよりですが、今回はこの春から大きく変わった通所リハビリの特集でした。見学なども行っていますので興味のある方はお気軽にご連絡ください。今後も秀明荘の「今」をお知らせしていきますのでお楽しみに！

秀明荘広報委員会一同

### 連絡先

#### 玉島中央老健施設 秀明荘

〒713-8122

岡山県倉敷市玉島中央町1丁目4番8号

TEL: 086-523-0111

FAX: 086-523-0113

H P: <http://www.tamashima-ch.or.jp/>