

医療法人 松栄会  
介護老人保健施設 そよかぜ  
通所リハビリテーション





## 老健そよかぜ通所リハビリテーション(デイケア)ってどんなところ？

### ・他職種で連携し効果的なリハビリを実施

そよかぜには理学療法士、作業療法士が在籍しており専門性の高いリハビリを提供でき、介護職員も理学療法士、作業療法士と連携して個別リハビリを実施しています。

そよかぜではご利用者様の体調管理、身体機能の維持向上を目指して積極的に取り組んでいます！

### ・感染対策、体調管理も徹底

送迎時の検温・手指消毒。

そよかぜ到着時に再度検温・血圧測定・洗面所にて手洗いをして頂く。

座席にパーテーションを設置・定期的な換気を実施。

※ 画像は屋外歩行訓練に行く時の様子です。





# 集団リハビリの様子

- ① つま先上げ (10回)
- ② かかと上げ (10回)
- ③ 膝上げ (10秒/5セット)
- ④ 横上げ 右(10回) 左(10回)
- ⑤ 屈伸運動 曲げた状態 (5秒/10セット)
- ⑥ 膝関節を伸ばすストレッチング  
(左右 10秒/2セット)



・場所：平行棒か手すりが設置してある所でもって行ってください。

・利用者の後に邪魔にならないように椅子を置く。  
(体調不良や痛みがあるときにはすぐに休んで頂く)

- ・つま先上げ 10回
- ・かかと上げ 10回
- ・膝上げ 10秒/5セット
- ・横上げ 右10回 左10回
- ・屈伸運動 曲げた状態5秒/10セット
- ・膝関節を伸ばすストレッチング  
左右10秒/2セット





## 松花堂弁当



## お茶会

- ・ 季節ごとによって様々な行事をおこない、ご利用者様に楽しんでご利用をしていただくように工夫をしています。

# そよかぜの機械運動器具紹介



【シーテッドロー】【レッグカール&エクステンション】【水平レグプレス】【アダクション&アブダクション】

**4つの運動機械と自転車マシンを利用することもできます。**

**機械運動を行い下肢筋力の維持向上に向けてリハビリを行うこともできます。**

**理学療法士が本人の状態に合わせて荷重負担やリハビリ内容を提案してくれます。**

**マシン運動の他にも階段昇降訓練や平行棒歩行訓練などのリハビリも行ってます。**

## 通所リハビリをご利用するメリット

- 体力の維持向上ができ、自宅での引きこもりを予防し他者との交流もできます。
- 【～ができるようになりたい】という明確な目標を持つことで意欲向上に繋げることができます。
- リハビリ専門士がご利用者様へ歩行や福祉用具の使用方法をアドバイス、自宅でできるリハビリを提案することができます。

## 通所リハビリをご利用するデメリット

- 集団でご利用をしていただくため、空調関係の調整や人との関わりが苦手な人にとってはストレスになることもあります。
- 病院がおこなわれている、医療保険によるリハビリテーションとの併用ができません。
- 個別にリハビリをできる時間が限られています。



## □ご利用料金（1割負担）目安

要支援 1 1 か月/約 2,350 円 + 食事代 790 円/利用毎

要支援 2 1 か月/約 4,368 円 + 食事代 790 円/利用毎

要介護 1 1 日あたり/約 1,582 円 （食事代込み）

要介護 2 1 日あたり/約 1,716 円 （食事代込み）

要介護 3 1 日あたり/約 1,846 円 （食事代込み）

要介護 4 1 日あたり/約 2,001 円 （食事代込み）

要介護 5 1 日あたり/約 2,153 円 （食事代込み）

毎月2回行っているカフェの様子

