



なかじょう
舟入新聞

12月号
令和6年

年に2回防災訓練を行っています。
利用者様の皆様のお力を得て無事に
終わることができました。
寺崎消防隊長より消火器の使用方の
講習後に一人ずつ水消火器で体験を
していただきました。



あやといや
お元氣よく体操に
参加され寒に負けず
おすごでした



なかじょう接骨院グループ

《お問い合わせ》

なかじょうデイサービスセンター舟入

TEL.0254-28-8011

〒957-0065 新発田市舟入町 3丁目 13-2

担当:大江

Report

ご利用者様の声 T様 67歳

課題：家で横になって過ごす事が増え体力の低下がある。
留意点：体のだるさなどが出るときがあるので体調の確認をする。
個別訓練：下肢体幹筋力強化訓練、ストレッチ

発熱、体の倦怠感から横になって過ごす時間が増えており、活動や食生活、生活のメリハリが薄れて外出を控えるようになっていっています。転倒は無いが、時々物に引っかかり、つまづくことがあり転倒への不安もあるようです。機能訓練では下肢体幹筋力強化訓練、ストレッチを実施しています。下肢体幹の筋力を鍛える事で足上りと立位バランスの強化、ストレッチで姿勢の改善に努めています。行ったことでつまづくことが減り一步の歩幅が大きくなっています。これからもより良い状態にしていけるよう機能訓練に取り組んでいきます。

機能訓練指導員 前田 航輝



- 運動不足は良くないのだと感じた。
- 楽しみながら運動を行っている。



下肢体幹筋力強化訓練



ストレッチ

今後の
目標

体のだるさや頭痛などの症状なく過ごす事ができる。