

広報紙

老健まんだ

平成29年5月号 Vol.43 / 奇数月20日発行

やさしいスタッフと
北山を彩る四季折々の自然の中
皆様の家庭への復帰をサポートします。
施設の見学やご利用については
お気軽にご連絡下さい。



発行元 / 社会福祉法人ほのぼの会 介護老人保健施設まんだ
〒691-0033 島根県出雲市万田町535番地1 (TEL.0853-63-5610)

リハビリ機器の紹介

～スライディングシート～

低摩擦素材（ナイロン等）を使った滑りやすいシートで、ベッドと利用者様の間に敷き込んで使用します。ベッドでの水平移動や移乗の際に持ち上げることなく滑らせて移動できるので、介助者の負担を軽減することができます。



オレンジ色のスライディングシート

歩行を安定させるために

歩行を安定させるために、皆さんは何をされていますか。毎日近くを散歩する方もおられれば、体操をしている方もおられるでしょう。

また、歩くのに杖をつく人もいれば押し車を使う人もいます。

それぞれ歩行の仕方は違いますが、今より少し転びにくいように体操をしてみませんか。

今回は、歩行時のバランス訓練と言う事で紹介したいと思います。

右写真の1から4までが終わったら、向きをかえ、反対の足から行って下さい。



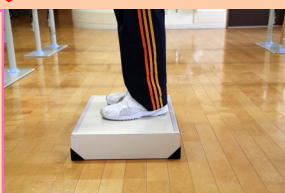
高さ10cm
程度の台を用意します。



1. 台の後ろに立ち、右足を上げます。



2. 次に左足を上げ、両足をそろえます。



3. 右足から下ろします。



4. 左足を下ろし、両足をそろえます。



歩行バランスの悪い方は、手すりのある所で行いましょう。

