

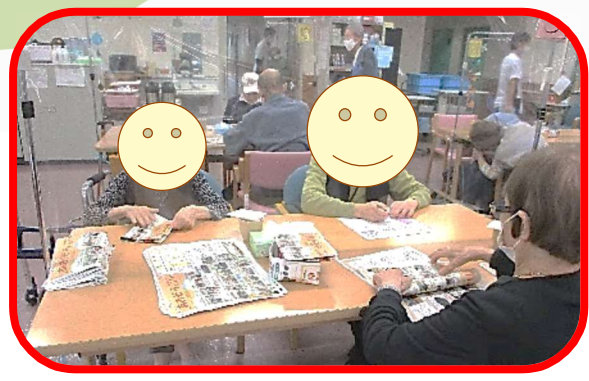
千秋病院
デイケア

あおぞら12月

2025年(令和7年)



今月の「あおぞら」は何が書いてあるかな～



手首のストレッチは肩こり改善、全身の血行促進効果があります



リハビリの先生の動きをよく見ています



腕を曲げ伸ばしして可動域訓練をしています



肩の運動のため棒を高く上げています



塗り絵は指の運動と脳のトレーニングにとても良いです



手すりにつかまり、立ち上がりの訓練20回行っています

日	月	火	水	木	金	土
		マージャン				マージャン
	1	2	3 🔥☕	4 ☕	5	6 🔥
7 🔥	8 ☕	9	10	11 🔥	12 ☕	13 ☕
14	15 ☕	16 🔥☕	17	18	19 🔥	20
21	22	23	24 🔥☕	25 ☕	26	27 🔥
28 🔥	29	30	31 休業	毎月🔥☕の日はイベント湯 ☕の日はおやつにコーヒーがでます		

12月24日(水)はクリスマス会です
12月31日(水)～1月4(日)までお休みをいただきます。

12/25 行事食のご案内 (木)

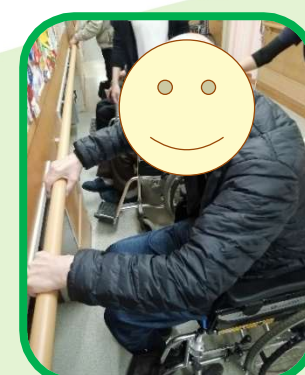
- ・エビピラフ
 - ・チキンソテーのフロッキーソースがけ
 - ・ポテトサラダ
 - ・コンソメスープ
- お楽しみに～♪

11/6(水)は行事食でした



- ・松茸ごはん
- ・揚げだし豆腐
- ・ごぼうサラダ
- ・えのきの澄まし汁

集団起立訓練中



リハビリの様子

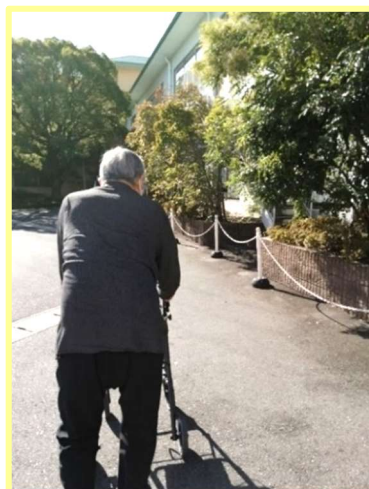
8月下旬に病院を退院し、今まで半日のデイサービスを利用していましたが、リハビリ目的で当デイケアに9月から利用開始となったYさん。

入院前は旅行に行くこと、ステーキを食べに行くことが趣味でアウトドアな生活をされていましたが、受傷をきっかけにお尻の痛みや腰の痛みに悩まされ、退院後はベッドの上で過ごす事がほとんどでした。



まずはご家族、本人と『午前中座って過ごす事ができる』を目標にリハビリを開始しました。

股関節、腰部周囲の筋力訓練から始め、どの姿勢なら痛くないのか、痛みが出る時はどんな時かを本人と考えながらリハビリを実施。Yさんもリハビリに真面目に取り組まれ、少しずつ座っていられる時間が増えていきました。



体力測定の結果も向上が見られ、最初は手放して立つことができませんでしたが、立位でのバランス評価ができるようになりました。また、家でもできるストレッチの紙をお渡しすると、家でのリハビリの様子を伝えてくれるようになりました。

利用開始時には痛みを我慢している顔や、お尻をとんとんと叩く姿が印象的でしたが、今ではスタッフや同席者の方と談笑しながら笑顔でいる姿をよく見かけるようになりました。リハビリ会議でご家族から『一緒にお昼ご飯を食べに行きました』と聞いた時はとても嬉しかったです。

Yさんが元気に健康で、ご家族とステーキを食べに行くことができるようにこれからも支援していききたいと思います。一緒に頑張りましょう！



S



合同作品



千秋病院グループの通所事業所は3事業所あります。合同企画として他の事業所の看板を作成してプレゼントし合うことにしました。完成品がこちらです。

千秋病院デイケアの看板は老健デイケアが作ってくれました。お楽しみに♪



先月 ジブリパークに行ってきました。ロボット兵にも会えたり、空から落ちてくるシータを助けてきました。ハウルの城の中にも入ることができ、ジブリパークは展示物を触ってもいいところが多くジブリの世界観に入ることができてとても楽しかったです。写真にあるソーセージがとてもおいしくビールとの相性も抜群でした。

H

職員紹介



看護師 F.R

千秋病院を定年退職して6年。縁あってまたお世話になることになりました。今は孫2人の世話をしながらの仕事です。頑張っていきたいと思います。毎日体が動くことに感謝です。よろしくお願いします。

おねがい

安全にご利用頂くために座席の場所を変更しています。ご理解ご協力をお願いします。