

医療法人 慶士会 金澤整形外科

デイケア通信 12月号



毎年1回消防署の方を招いて、消防訓練を実施しています。



火災が発生した場合には

1. 大きな声で「火事だー」と叫ぶ
2. 消防署に通報 119番通報
3. 初期消火をする
4. 避難する



デイケア菜園



じゃがいも

これから冬野菜の収穫が始まります。
楽しみです～★

今年も白菜が
きれいに巻きました！

立派なおいもが
とれたよー！

じゃがいも

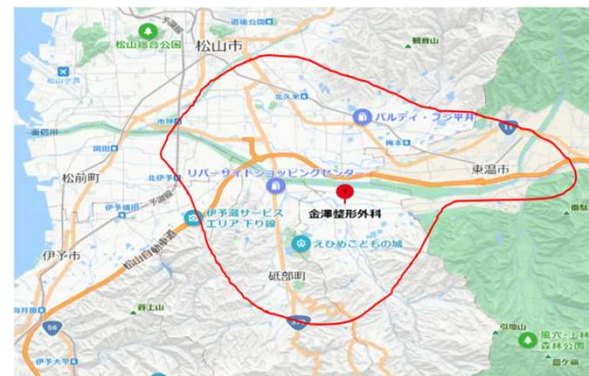
はくさい

ご利用案内

- 8:30 ~ 9:30 送迎
- 9:30 サービス利用開始
バイタル測定
入浴・リハビリ・マシン
- 10:00 朝の挨拶及び体操
- 10:30 午前レクリエーション
- 11:45 口腔体操
- 12:00 昼食
- 13:00 カラオケ・リハビリ・マシン
その他個別レクリエーション
- 14:00 午後レクリエーション
- 15:00 ティータイム
- 15:15 棒体操
- 15:45 送迎



送迎地区



- 【松山地区】
東→畑寺・正円寺まで
西→出合まで
北→石手川まで
- 【伊予市】
宮下・八倉まで
- 【東温地区】
松瀬川まで
- 【松前地区】
鶴吉まで
- 【砥部地区】
南→川上・川登まで
西→大南
宮内地区

体験利用やご見学などお気軽にご相談ください。
スタッフ一同心よりお待ちしております。



【電話】 089-963-8925
【FAX】 089-963-8934

リハビリ



体の専門家（理学療法士）のアドバイスを受けながら、ご自分のペースでゆっくりと
かつ安心に体を動かします。



いきいきワクワク教室

皆様に【いきいきワクワク】とした自分らしい生き方をしていただくため理学療法士や
介護福祉士が講師となり3か月に1度開催しています。

開催テーマ

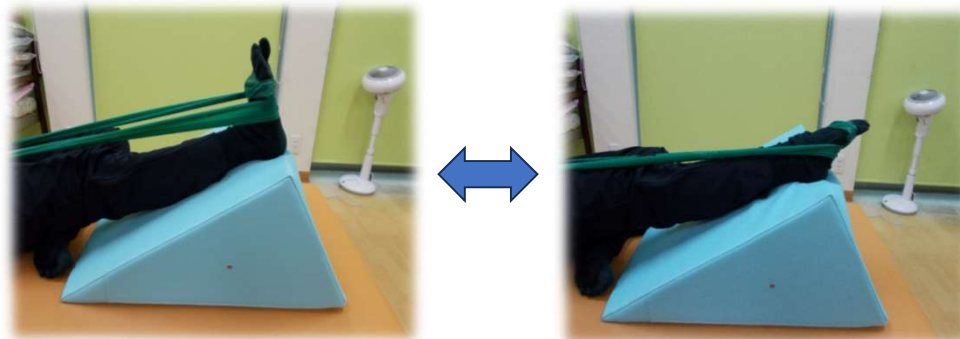
- 第48回 (R5. 2.15) 消防・避難訓練
- 第49回 (R5. 5.27) 熱中症における
経口補水療法のすすめ
- 第50回 (R5. 8.26) スロートレーニング
- 第51回 (R5. 11.21) 消防訓練
- 第52回 (R6. 2.13) ヒートショック



R5.11.21 消防訓練

《リハビリの内容紹介》 Vol. 1

実施しているリハビリ内容についてご紹介させていただきます。



ゴムを用いて足首を下げる運動を行います。ゴムにより抵抗をつけることにより、
ふくらはぎの筋肉（腓腹筋・ヒラメ筋）をきたえます。足部のむくみ軽減にも
効果があります。

デイケアに通われて改善した方々です



NEW	〈症例1〉 80代 男性 右股関節拘縮、右大腿骨頸部骨折術後、変形性脊椎症 週2回利用	
	初回利用時	11ヶ月後
疼 痛	右股関節～膝、腰部	右股関節～膝、腰部痛あるが軽減している
関節可動域	右股関節屈曲 70°	右股関節屈曲 80°
筋 力	膝伸展 12.3kg	膝伸展 19.2kg
立ち上がり	非常に不安定で何度も座り込む	安定して可能
歩 行	Timed Up & Go Test (歩行器) 18.72秒	Timed Up & Go Test (歩行器) 16.58秒

〈症例2〉 70代 女性 第12胸椎圧迫骨折、第1・3・5腰椎圧迫骨折 週2回利用		
	初回利用時	3年後
疼 痛	腰部 +++	腰部 軽度+
膝伸展筋力	22.5kg	54.8kg
片脚立ち	腰痛強く困難	左:44.08秒 右:19.47秒
歩 行	Timed Up & Go Test (歩行器) 29秒 5m歩行(歩行器) 10.1秒	Timed Up & Go Test (歩行器) 13.97秒 5m歩行(歩行器) 5.26秒

1月



2025年

明けましておめでとうございます。
今年もよろしくお願いいたします。

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
						午前 レク 干支をねらえ 午後 レク 福よ来い!
						🌸 ローズ
5	6	7	8	9	10	11
	午前 レク 干支をねらえ 午後 レク 福よ来い!	午前 レク 干支をねらえ 午後 レク ピンポン玉うつし	午前 レク 干支あつめ 午後 レク ピンポン玉うつし	午前 レク 干支あつめ 午後 レク ピンポンダッシュ	午前 レク 干支あつめ 午後 レク ピンポンダッシュ	午前 レク お手玉キャッチ 午後 レク 上手に落としてね
	🌸 ゆず	🌸 ラベンダー	🌸 森	🌸 ローズ	🌸 ゆず	🌸 ラベンダー
12	13 成人の日	14	15	16	17	18
		午前 レク お手玉キャッチ 午後 レク 上手に落としてね	午前 レク お手玉キャッチ 午後 レク めざせ金メダル	午前 レク じょうずに転がしてね 午後 レク めざせ金メダル	午前 レク じょうずに転がしてね 午後 レク 赤青ボール競争	午前 レク じょうずに転がしてね 午後 レク 赤青ボール競争
		🌸 森	🌸 ローズ	🌸 ゆず	🌸 ラベンダー	🌸 森
19	20	21	22	23	24	25
	午前 レク まきまきゲーム 午後 レク ハンティングゲーム	午前 レク まきまきゲーム 午後 レク ハンティングゲーム	午前 レク まきまきゲーム 午後 レク ビーチボールでポン	午前 レク 袋倒しゲーム 午後 レク ビーチボールでポン	午前 レク 袋倒しゲーム 午後 レク 上手にカップに入れてね	午前 レク 袋倒しゲーム 午後 レク 上手にカップに入れてね
	🌸 ローズ	🌸 ゆず	🌸 ラベンダー	🌸 森	🌸 ローズ	🌸 ゆず
26	27	28	29	30	31	
	午前 レク 牛乳バックジエンガ 午後 レク 傘に入れてね	午前 レク 牛乳バックジエンガ 午後 レク 傘に入れてね	午前 レク 牛乳バックジエンガ 午後 レク かぶせて乗っててち〜ん	午前 レク はねはねピンポン 午後 レク かぶせて乗っててち〜ん	午前 レク はねはねピンポン 午後 レク かぶせて乗っててち〜ん	
	🌸 ラベンダー	🌸 森	🌸 ローズ	🌸 ゆず	🌸 ラベンダー	