

平成24年 3月号

〒522-0054 彦根市西今町 923-1

Tel 0749-21-3983 Fax 21-3981

メール yamada-clinic@ gaia.eonet.co.jp

# はるのうみ介護最前線

## 今振りかえり感じる事 ～スタッフの独り言～

昨年、東北で大きな被害をもたらした東日本大震災から早いもので、今月で一年になろうとしています。被災地の各地では今もなお、不便な生活の中においても一步一步と復興の道を歩まれていることと思います。

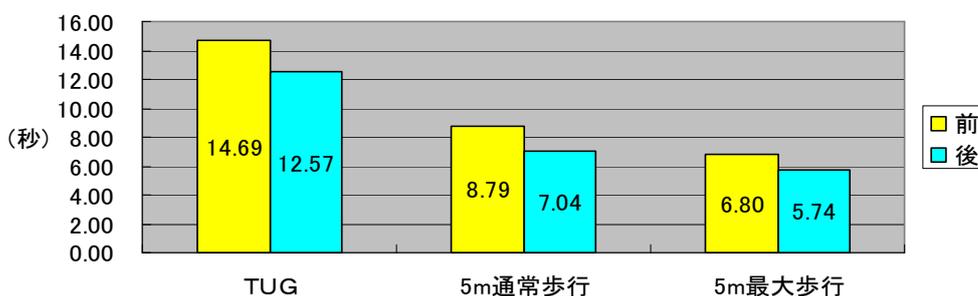
ここ「はるのうみ」でも前月より始まった自主メニューの個別機能訓練、集団体操などを利用者の皆様は大変ではありますがひとつひとつこなされて頂いている姿に頭が下がる思いで過ごしています。日々、利用者の皆様より学ばして頂くことは、大変たくさんあり嬉しくもあり、また感謝させてもらっています。今後もスタッフと共にゆっくりゆったりと頑張っていければいいなあと思っております。

## ちょっとリハビリ、もっとリハビリ

### 体力測定結果

今月は平成23年中に「はるのうみ」を利用開始された利用者様17人の、3ヶ月後の体力の変化を報告いたします。3種類のテストの結果です。まずTUGとは、「椅子に座った姿勢から開始し、3m歩いてターンして、元の椅子まで歩き座る」ところまでの時間を測定するテストです。5m通常歩行は「5mを普通に歩く」のにかかる時間です。5m最大歩行は「5mを急いで歩く」のにかかる時間です。下は3つのテストの17人の平均時間(秒)のグラフです。黄色のグラフが利用開始時で、青のグラフが3ヶ月利用後です。「はるのうみ」で3ヶ月間、体操やリハビリをすることで3つのテストすべての平均値が向上しました。この調子でどんどんスムーズに動けるようになっていけると良いですね。スタッフもより効果のある運動を模索することで、利用者様と共に頑張っていきたいと思っております。

平成23年度3ヶ月での変化



## 伝言板

厳しかった今年の冬もようやく終わりを迎えそうです。たくさんの雪や本当に辛い寒さが続きましたが皆様体調の具合はいかがでしたか？

また、インフルエンザのピークもそろそろ越えましたが、ほっとできるのもつかの間で、続いて花粉が舞い散る季節となってきます。どうか予防・対応に御用心くださいませ

