

# どんな方でも 気軽に運動できる！ リハビリステーション おあしす式号館

私たちは  
“元気に、いつまでも歩ける”  
“快適に自立した生活ができる”を  
目指しています！  
マシントレーニングと  
グループリハビリを  
組み合わせることで、心身共に  
改善することができます！

2号  
2024.3

## 改善事例 **麻痺側の肩が挙がるように！**



開始時

左肩が挙げづらい  
左肘が伸ばしづらい  
体が洗いづらい  
ズボンが上げにくい



3か月後

左肩が挙げやすい  
左肘が伸ばしやすい  
左手で右手が洗いやすい  
ズボンが上げやすい

- タオルワイピング
- 筋肉ほぐし&ストレッチ
- ホットパック

週2回、3か月続けると...

- ① 左肘と肩の可動域、痛み・姿勢が改善
- ② 両手で髪が洗えるようになった！

測定結果	開始時	3か月後
肩関節挙上 可動域	100°	120° ↑
肘関節伸展 可動域	-30°	-15° ↑



## 手のリハビリ

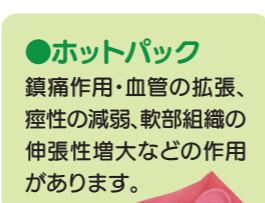
痛みや関節制限、筋力低下により動かしづらくなると、生活面に支障がでます。痛みを改善しながら、より動かしやすくなるようなメニューを行います。



● **タオルワイピング**  
肘や肩関節の運動改善に効果があります。筋力の向上を目的に、0.5~2.0kgの重りをタオルで包むこともあります。



● **筋肉ほぐし & ストレッチ**  
鎮痛、筋緊張緩和、可動域改善などを目的に行います。



● **ホットパック**  
鎮痛作用・血管の拡張、痙性の減弱、軟部組織の伸張性増大などの作用があります。

## 豊富なリハビリ機器とリラクゼーション機器

### ◆マシントレーニング8種



### ◆癒しのリラクゼーション5種



## 脳トレメニューも豊富

- 計算
- スクラッチアート
- 間違い探し
- ペグボード
- 漢字
- 塗り絵
- ナンプレ
- 書字
- 脳トレパズル
- …など他多数！



## 短時間でご利用できる リハビリ重視のデイサービスです

### 施設概要

サービス内容/定員	地域密着型通所介護/午前・午後各18名
営業日	月~土曜日
加算	個別機能訓練加算Ⅰ(口)、個別機能訓練加算Ⅱ、科学的介護推進体制加算、サービス提供体制強化加算Ⅱ、介護職員処遇改善加算Ⅰ、介護職員等特定処遇改善加算Ⅱ、介護職員等ベースアップ等支援加算

### リハビリステーションおあしす式号館の特徴

- リハビリ専門スタッフが個別のメニューをご提供
- 豊富なリハビリ機器
- 半日でリハビリに集中できる
- 全身をバランス良く、楽しく鍛えるグループリハビリ
- 自主訓練プログラムや生活動作のご提案

### リハビリ専門職による 個別のリハビリプログラム

リハビリ専門職がお一人おひとりの状態、ご要望に合わせた効果的なリハビリテーションをご提供いたします。

例) ご自宅でお風呂に入る際、より負担をかけない動作をご提案するなど



### 楽しく全身を鍛えるグループリハビリ

◆ **ストレッチ**  
筋肉や腱が伸びることで関節への負担を減らす  
→ 肩こりや腰痛を緩和、改善  
→ 運動によるケガや筋肉痛の予防

◆ **道具を使った体操**  
ボール、棒、チューブ、タオルなどの道具を使った体操  
→ 筋力、筋持久力、柔軟性、バランス能力を向上



◆ **音楽体操**  
音楽に合わせて楽しく全身を動かす  
→ 心身機能の向上  
→ 気分転換や脳刺激としての効果



### 健康講座

健康寿命を延ばすためのマメ知識をわかりやすく丁寧にご説明します。



### 空き状況

R6.2月現在  
※詳しくはお問い合わせください

空	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
○	△	○	○	○	○	△	○	△	○	○	○	△

TEL 093-772-1221

〒808-0101 北九州市若松区西天神町1-30 FAX 093-772-1222  
(事業所番号: 4070202017) <https://www.yoshino-care.com>

株式会社 芳野ケアサポート リハビリステーション おあしす式号館  
Yoshino Care Support

