

アマネージャーの皆様へ

郷の音としての機能訓練の考え方・あり方を、機能訓練指導員が

手紙にしました。

ぜひご覧ください。

沼津市江原町 17-34

Tel055-960-9905

地域密着型通所介護・介護予防通所サービス

郷の音

施設長 大井壱記

---

はじめまして

---

機能訓練指導員 岸井と申します。

---

郷の音の機能訓練室を見て頂くと『狭い!』と感じられるかと思います。

---

機能訓練指導員の私も初めて見た時はメチャクチャ狭いと感じました。しかも今どきの機能訓練室にしては機材が非常に少ないです。見える物はベッドと平行棒、最近では買い求めやすくなったバランスボールくらい。ロッカーの中にはチューブトレーニング用のゴムチューブがある程度です。近年多様化する機能訓練にしては少ないし、見栄えもしない…と思われるかもしれません。

---

この様に少ない機材では大した機能訓練は行えないと思われてしまうかもしれませんが、そんな事は全くありません!

---

郷の音の機能訓練はちょっとした動作や日常生活の中に有るものを利用し、日常生活に行える運動をととても大切に考えています。

---

1回30分の機能訓練を週1・2回実施しただけでは筋力の維持・向上を目指すことはかなり難しいことが多いのではないのでしょうか。

---

しかし郷の音の機能訓練で覚えた事をご自宅で思い出し、少しずつでも実践して頂ければ状況は変わってくると思っています。

---

利用者様に必要な運動を見つけ、場合によってはご自宅にある物を利用して行える訓練を提案・伝える事が非常に大切です。

---

トレーニング機材を使用した筋力トレーニングは効率が良く、トレーニングを行った利用者様は満足感を得られるケースが多いようです。

---

郷の音にはそういった機材はありませんが、椅子・テーブル・ベッド・カラオケなど、これら施設に常設されている機材は介護へのこだわりから選ばれた機材ばかりで非常に安定し、良いサイズになっています。これらの機材とスロープや壁、機能訓練室にあるベッドと平行棒、バランスボールを使うことで非常に多種多様の訓練を行う事ができます。

---

こういった利用者様の身近にある物を利用した機能訓練は、ご自宅での自発運動も提案することができます。

---

---

---

