



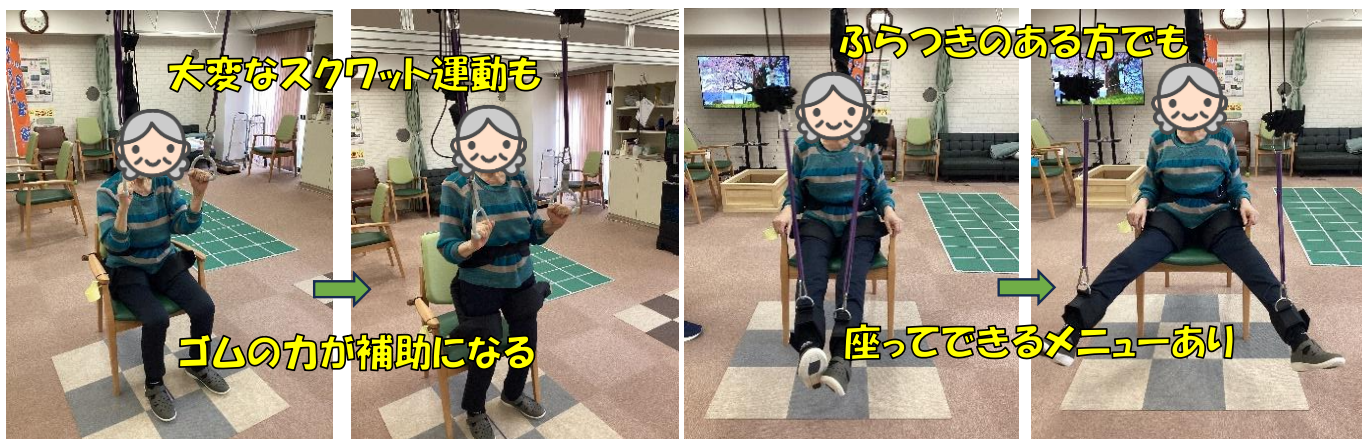
和泉はつらっクラブだより

要介護の方のプログラム利用方法

No.3

★96歳・要介護3の方のスペースワンダー活用方法

介助があれば杖歩行が可能な方。長い距離の歩行と立位保持が難しい方です。
座位での立位訓練や筋力負荷運動を提供しています。
(必ずご本人の体調や表情を確認しながら回数調整などを行っております)

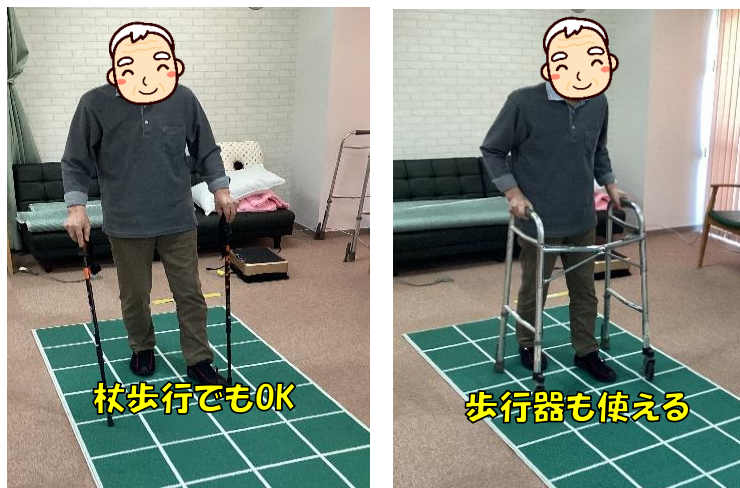


職員が側に付いて、椅子に座った状態からゆっくりとスクワット運動を行います。
様子を見ながら、無理のない回数を決めています。
(3～10回程度)

座ったままで股関節の可動域運動ができます。
足用ベルトを装着して床から浮かせます。
関節可動域だけでなく、職員が足を固定した筋力負荷運動が可能です。

★90歳・要介護2の方のスクエアステップ活用方法

膝を悪くされている方ですが、杖があれば短距離の歩行は可能。
ただし、長距離の歩行は難しく、立位でのバランスに課題がある方です。
「杖を使いながら」「歩行器を使いながら」でも、ご本人が安心できる方法で歩けます。



職員が側に付いてフォローします。
介助が必要な方も職員が介助をして歩行訓練を行います。(歩行器の方も同様です)

大切なのは歩行の早さではありません。

利用相談・問い合わせ先
和泉ふれあいの家
電話 03--3321-4808



和泉はつらつクラブだより



No.4

皆さまのご要望に
お応えします！



帰宅する時にお弁当の 持ち帰りが出来ようになりました



はつらつクラブの午前グループの方は昼食を、午後グループの方は夕食をご自宅に持ち帰っていただけます。軽量のプラスチック製の使い捨て容器を使用し、電子レンジでの温めも可能です。（汁物は付いておりません）



ここが便利！

- ①利用当日、通所はできないがお弁当は欲しいという場合もお届けします。
- ②卵や青魚（サバやイワシなど）甲殻類のアレルギー等がある方は代替食対応します。事前にお申し出ください。
- ③「ご飯を粥に変更」「一口大にカット」や「おかずのみ希望」等の希望にも応じられます。
注：汁物は付きません

●料金 **1食700円**
(おかずのみは650円)

●注文・支払方法

通所の際や事前電話で直接申し込みをお願いします。

●受け渡し

和泉はつらつクラブからお帰りの際にお渡しします。

●注意点など

ご都合などで予約されたお弁当が不要になった際、キャンセル料が発生する事があります。



※写真はイメージです

詳しい説明、質問や相談は

利用相談・問い合わせ先
和泉ふれあいの家 担当：生活相談員まで
電話 03--3321-4808