

金沢医科大学氷見市民病院 通所リハビリテーション

1日の流れ

8時30分～10時頃 送迎バスで通所リハビリ到着

検温（体温・脈拍・血圧）測定を行います。

調子が悪い事などがあれば教えてください。

体調に合わせて順番に入浴や個別リハビリを行います。

その他の時間は脳への刺激や手先の運動を目的に

塗り絵やパズル・間違い探しなどに取り組んで頂きます。



10時頃 理学療法士・作業療法士によるリハビリ体操

朝の挨拶の後に体操を行います。

午前中 個別リハビリ・入浴

順番に入浴や個別リハビリを行います。

入浴は午前中に入って頂きます。

※リハビリは午後になる事もあります。



11時45分 昼食

利用者様の状態に合わせたバランスのよい

食事を提供させていただきます。



12時10分～12時30分 歯磨き

食事を終わられた方から歯磨きを行っています。

12時20分～13時15分頃 お昼寝



お昼寝の習慣がない方もいらっしゃるかもしれませんが、午前中の疲労回復を促す為に

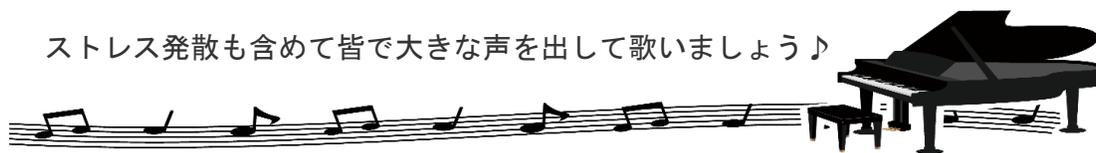
横になってもらっています。休めない利用者様はテレビを観て過ごして頂いています。



13時30分 介護スタッフと一緒に童謡・歌謡曲などを2曲合唱

普段大きな声で歌う事は少ないと思います。発声をする事は言語リハビリにもなります。

ストレス発散も含めて皆で大きな声を出して歌いましょう♪



合唱が終わった後、介護スタッフと一緒に体操

座ったままの姿勢で行える体操を実施しています。

歌って発声練習をした後は元気に体を動かしましょう。

※午前中に個別リハビリが終わっていない利用者様は

午後に個別リハビリを行います。



13時45分～14時15分 レクリエーション

魚釣りゲーム、ゴルフ、カルタなどを行います。

内容は1週間毎に変わります。



14時20分 おやつタイム

楽しく汗を流した後はコーヒータイムです。

おやつは状態に合わせた物を提供させていただきます。



14時30分～ 午後の歩行訓練

理学療法士・作業療法士と共に午後の歩行訓練を行います。

15時～17時頃 送迎バスに乗り帰宅

次回また会える事を楽しみにしています。



持ってきて頂くもの

- 1、連絡手帳
- 2、昼食分の内服
- 3、入浴後の着替え（下着）
- 4、オムツ・尿取りパット（必要な枚数分）
- 5、入浴後に身体に塗る軟膏・湿布など
- 6、歯磨きセット（歯ブラシ・歯磨き粉）
- 7、昼寝の時に使用する掛物（バスタオルなど）があれば持参して下さい
- 8、受診時診察券・保険証の持参をお願いする事もあります。



☆持ち物に名前の記入をお願い致します☆

入浴時に必要な物（ボディソープ・リンスインシャンプー・バスタオル・タオル）
食事用具（箸・スプーン・フォーク・エプロン・コップ）は貸し出しますので
お持ちにならなくても結構です。



自宅で生活を過ごす際、本人や家族が慣れるまでに時間がかかることがあります。また十分な活動量も確保できないため全身状態の低下に陥る可能性があります。

身体機能や動作能力、日常生活動作の維持・向上やメリハリのある生活、介護負担軽減などを目的に 通所リハビリテーションのご利用はいかがですか？興味のある方は気軽にご相談下さい。