

# デイケアではご利用者さんの日常生活を支えます！

デイケアでは月曜日の午後半日のコースを行なっています。転倒予防、体力づくりを目的に、ボールを使用する運動やコグニサイズ、筋力トレーニングとしてマシントレーニングなどを行なっています。



また1年に1回、InBody（体組成計）測定をし、自分の筋肉量や身体年齢を知ることで、目標を設定し、リハビリに取り組んでいます。

**Aさん 84歳 女性 疾患：左大腿骨頸部骨折**

InBody

	昨年	今年
骨格筋量	20.3kg	21.5kg
左脚筋力	5.8kg	6.5kg
右脚筋力	5.4kg	5.9kg
骨量	2.30kg	2.44kg
基礎代謝量	1198kcal	1243kcal



Aさんは、一年間の成果として、筋肉量や骨量、基礎代謝量が増加し、In Body計測値では身体年齢も72歳と、実年齢より12歳若いという結果がでました。

ご本人は旅行が趣味で、1泊2日の旅行にも出掛けられるようになったそうです。また、日々の散歩も足の痛み等なく行えており、お友達との外食にも歩いて行かれるそうです。今後も、ご利用者さんの目標に近づけるよう、支援していきたいと思えます。



通所リハビリテーション事業所

電話 0263-48-6607 (川上・山下) までご連絡ください。