



みなさま、こんにちは！

猛暑の日々が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか。

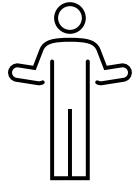
まだまだ、コロナが猛威をふるっています。熱中症対策も大切ですが、感染対策としてもマスク着用引き続きよろしくお願いいたします。

## 通所スタッフ紹介 第2弾 理学療法士

今回は、通所リハビリテーションを担当している理学療法士のご紹介です。

理学療法士とは……

基本動作能力（寝返り・起き上がり・座位保持・立ち上がり・立位保持・歩行）の回復や維持、および障害の悪化の予防を目的に、運動療法などを用いて、自立した日常生活が送れるよう支援する専門職です。



つまり、すべての活動に共通する動作を楽にできるように、筋力・体力を高めます。

運動が苦手、という方も、生活するために必要なエンジン部分を良い状態に変える、とお考えい

ただけば、嬉しいです。動くためのエネルギーは、もちろん、おいしいお食事、と、みなさまの笑顔、です！

理学療法士 池上 宙輝



理学療法士 日高 綾乃



理学療法士 濱田 祐輝



**出身地**：東京都

**アピールポイント**：

どんなことでも前向きなところ。挑戦することに、怖さはあまり感じません。何でも、まずはやってみることにしています。

**みなさまへの一言**：

できることを見つけて、一緒にできるようになりましょう！

**出身地**：宮崎県

**アピールポイント**：

人懐っこいところです。誰に対しても、自然とおしゃべりしやすい、ほのぼのとした優しい雰囲気があるといわれます。

**みなさまへの一言**

みなさまの目標をしっかり達成できるように、色々とお手伝いさせていただきます！

**出身地**：神奈川県

**アピールポイント**

悩みますが、強いて言えば明るいことだと思います。いつでも元気に挨拶するね、と褒められたことがあります。

**みなさまへの一言**

元気にトレーニングに取り組みましょう！





## 訓練設備のご紹介

### 平行棒



手すりにつかまって歩くことはもちろんですが、立ち続けて何かをすることの支えとしても活用しています。

### プラットフォーム



鉄道のホームではありません。訓練用のトレーニングベッドのことです

寝転んで行う訓練ではなく、主に座ってバランス練習をするときや、床に座るときの支持物として活用します。

## 8月のレクリエーションのご様子

### 特製うちわで風船バレー

手指の細かな動きの練習の応用編として、うちわをデザインしていただきました。完成したうちわで風船を仰いで飛ばす、風船バレーを行いました。まだ、ご利用者が少なく、こじんまりではありましたが、良い運動になりました。



### 今月のお花

ひまわり (向日葵)



「日輪草」、Sunflower ともいいます。

語源は、「常にお日さま (太陽) がある方向に向かって咲く」と言われていたためだそうです。

ちなみに、当院の屋上には、小さな花壇があり、今年もひまわりが咲きました。

### 9月の予定 イベント情報

9月19日 (月) ~

9月24日 (土)

レクリエーション : ボーリング

9月26日 (月)

~9月30日 (金)

診察・リハビリテーション会議

(日程は個別にお知らせします)



おかげさまで、ご利用者が増え賑やかになってきました。

9月のレクリエーションは、

『牛乳パックでボーリング』

です。日頃の自主トレーニングで培った立っているときのバランスを生かして、高得点を狙いましょう。

### 編集後記

梅雨らしくない梅雨の影響かは、定かではありませんが、全国的に天候が荒れていますね。

土砂崩れや河川の氾濫は自然の脅威なので、なかなか防ぎようがないのかもれません。毎日できることを、できるかぎりなのかもしれないなあと思っています。

まだまだ暑さが続きそうです。コロナ禍にもめげず、いつも笑っていられますように。(K.A)