

# あるふあ 国立のリハビリ



## 理学療法

病気、けがなどによって動作が困難となった人々に対し、日常生活を送りやすくするために歩行訓練や筋力訓練を取り入れ、元の生活に近づけるようにしていくリハビリです！

★筋力訓練…機械を使用したり、繰り返しの訓練を行い持久力を向上させることで筋力アップを目指します

\*つまづきやすい方、腰が痛い方、前より疲れやすくなった方に



★関節可動域訓練…痛みにより動かしにくくなった体や、関節が動かしにくくなった方に対して、動かせる範囲を広げる運動を行います

\*膝が伸びにくい方、腰がまがった方、腕が上がらない方に

★歩行訓練…病気やけがで歩くのが不自由な人に対して、必要な動作の訓練やアドバイスをし、全身の機能のアップを図ります（場合によっては杖や歩行器を使用します）

\*麻痺や骨折によって歩きづらくなった方、外出の機会が減った方に



## 作業療法

日常生活動作「移動」「食事」「入浴」「整容」「トイレ」「更衣」において、困難または不便な動作の改善・方法の提案などを行っていくリハビリです！

★日常動作訓練…日常生活動作に対して、安心して日常生活が送れるよう、一緒に練習をしていきます

\*脳卒中の後遺症のある方、骨折をした方、寝たきりの方に



★上肢訓練…「高いところの物が取れなくなった」「物がつかみにくい」といった方に対して、腕の運動や、物をつかむ練習を行い、少しでも手や腕が動かしやすくなるよう運動していきます

\*腕や肩、手指が動かしにくい方に

★認知訓練…作業やコミュニケーションを通して、不安の軽減を図り、徘徊や生活リズムを整えるために関わっていきます

\*認知症と診断された方に



★創作活動…楽しみながら手作業を行い、達成感と意欲向上、手指機能、生活の質の向上を図ります

## 言語聴覚療法

「ことばがうまく話せない」「食べ物や飲み物がうまく食べられない、飲み込めない」そんな方にことばの訓練や飲み込みの訓練を行って、ことばの不自由さを少しでもなくせるようにしていくリハビリです！

★ことばの訓練…口がうまく動かない、ことばが浮かんでいるのに口から出てこない方にことばを話しやすくする訓練を行い、ことばの出にくさの改善を図ります

\*口や顔に麻痺のある方、脳梗塞などの後遺症で失語症がある方に



★飲み込みの訓練…食べ物の飲み込みにくさの評価を行い、安全に食べられる食事を提供したり、口の運動を行い、食べ物を食べやすくします

\*食事でむせる方、誤嚥性肺炎にかかったことのある方に

★認知機能訓練…認知症の進行予防に脳の活性化を図ります

\*認知症と診断された方、物忘れが多くなった方に





# あるふぁ国立のリハビリ

理学療法士・作業療法士・言語聴覚士による個別リハビリを行っています。PT3人、OT4人、ST1人の8人で、入所・通所・訪問のリハビリを行っています。

また、マッサージ師によるマッサージをサービスで行っています。（マッサージのみの利用は出来ません）



プーリー

←腕の運動ができます。筋力UPや可動域改善が行えます。



↑  
↑  
ホットパック  
肩・腰・下肢  
などの痛みや  
血行障害をあ  
たためること  
で緩和します。



↑筋力UPのための重錘・セラバンドです

## 運動

その方の状態や日々の体調に合わせてメニューを考案し、対応しています。安心して生活できるようにお手伝いしていきます。



低めの階段です。両側に手すりがあるため、安心して階段昇降訓練を行います。



↑  
大腿四頭筋などの筋力UPを図れます



↑  
自転車  
体力や筋力のUPが図れます



↑  
杖や歩行器、シルバーカーの選定をします！！あるふぁで試すこともできます。



↑  
平行棒  
杖や歩行器だと不安定・・・そんな方でも安心して歩行訓練できます。

## 創作



刺し子、ネット  
手芸など

↑  
手指や認知機能訓練などを兼ねて行っています

## 言語

「言葉がうまく話せない」「食べ物や飲み物がうまく飲み込めない」そんな方に言葉の訓練や飲み込みの訓練を行って、ことばの不自由さや飲み込みの不自由さを少しでもなくせるようにリハビリをしています

機械だけでなく、ストレッチや筋力訓練など  
徒手的な訓練も行なっています。  
疑問などあれば、お気軽にお尋ね下さい。