

# ヒューマンライフケア 星川通信

今回は、個別訓練の補助で行われる通常訓練を特集しました！  
 個別訓練につなげるための体づくりも大切に考えております。



下を向くとお尻が後ろに引いてしまいますね

頭を上げて前を見ましょう

姿勢改善の声かけは大切！

## 立ち上がり・立位保持訓練

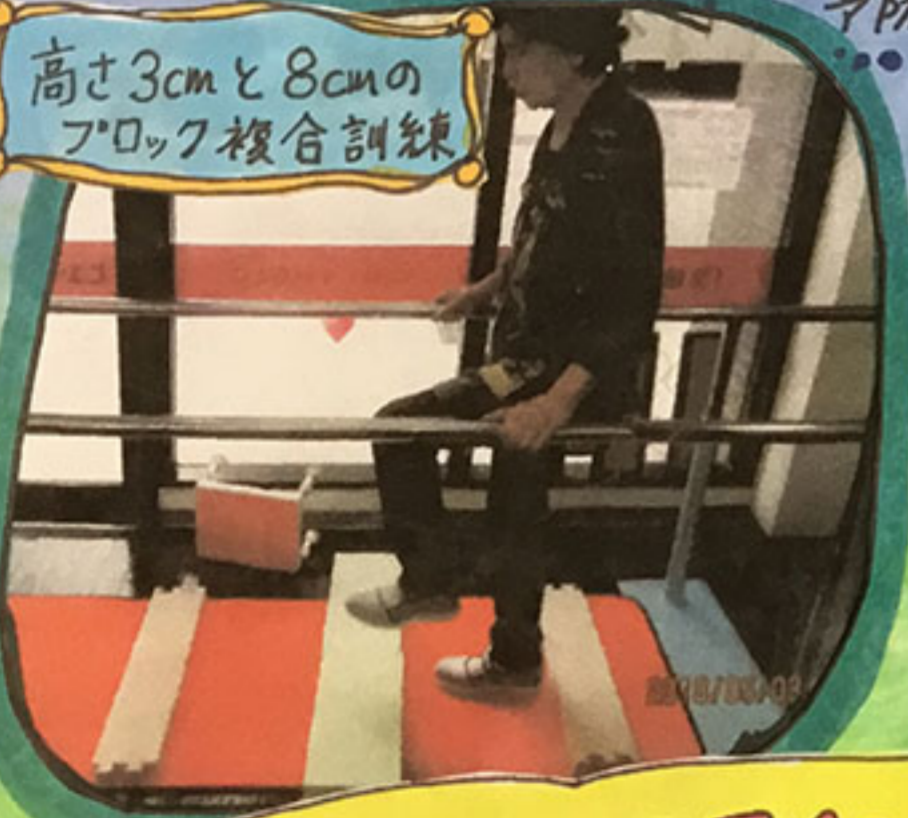


地味だけれど意味がある

### ハンドグリップ

左写真はハンドグリップを行っている様子です。5kg・10kg・15kgがあり、握力によって使い分けをしています。個別へ生かす目的は、手すりを握むその状態で立位保持ができることですが、握力低下を防止、認知症予防効果、進行防止効果も期待しています。

要介護3~5のご利用者様、普段車椅子で生活され、座位時間が長いご利用者様に必ず取り入れています。左のご利用者様はほぼ自力で立位をとれますが、立位の姿勢が保てず、介助で姿勢を正してあげる必要があります。右のご利用者様は立位をとるまで介助が必要ですが立位が安定しており、60秒保持することが出来ます。それぞれ個性に合わせた介助を心掛けております。



高さ3cmと8cmのブロック複合訓練



ブロックを立てると8cmが18cmになります



ステップ台を組み込むと足の運びが複雑に、頭の体操にもなっています

## 個別訓練需要No.1は...?

階段や自宅内の玄関、敷居等段差を昇降する訓練。現在個別訓練を契約してくださっているご利用者様25名中14名様が、段差昇降を現状維持し、自宅での生活継続したいという目的でこの訓練を希望されます。