

「ドリーム」通信

令和6年
3月10日発行
No.135

「ドリーム」での1日～リハビリ編～

① 「ドリーム」で過ごす1日の中では、しっかり身体を動かす機会がたくさんあります。まずは午前中のリハビリ。理学療法士がついて、その人その人にあった運動プログラムでリハビリを行います！メドマー・ホットパックで身体を温めてほぐして、腕も足もしっかり鍛えて…朝から頑張ってます！



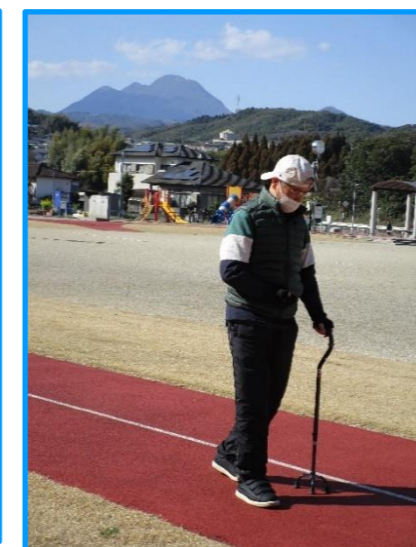
時間		内 容
8:15	送迎	8:15より送迎を開始いたします。
9:15	センター到着	9:15までにセンターに到着する予定です。
	健康チェック	看護師が体温・血圧測定をします。
	入浴	個浴槽にてお1人お1人入浴して頂きます。
	① リハビリ 作業・手工芸	個別のプログラムにて理学療法士がリハビリを行います。 頭の体操や、季節に合わせた貼り絵などに取り組んでいただきます。
11:15	② ドリーム体操・口腔体操	お食事前に体をほぐし、誤嚥を防ぐために口の体操を行います。
12:00	食事・静養	バランスの取れた食事を提供します。お昼寝タイムもあります。
14:00	③ 介護予防体操	ストレッチや筋力アップを目指した体操を行います。「365歩のマーチ」に合わせて廊下で歩行訓練をすることもあります。
14:30	④ レクリエーション	2～3種類のレクの中から興味のあるものを選んで参加して頂きます。散歩、カラオケ、工作など多彩なレクを用意しています。
15:30	お茶・おやつ	
16:30	送迎	16:30頃よりご自宅までの送迎を行います

② 食事の前には口腔体操を行います。

③ 静養の後の集団体操です。昼からも頑張ります！



④ 選択制のレクリエーションの中でも、お散歩に行ったり、身体を使うゲームをしたりしています。



若葉苑デイサービスセンター「ドリーム」
由布市挾間町向原 1215 番地 2
097-540-7882