

第1回紫塚デイケアカラオケ大会



紫塚デイケアでは、カラオケ大会が開かれ、大成功を収めました。

ある利用者さんが地域のカラオケ大会に出場できなくなったことが、今回の大会を開くきっかけになりました。落ち込んでいた方の方姿を見て、デイケアでカラオケ大会を開こうとプロジェクトが動き出しました。

「ただの歌うだけじゃつまらない。カラオケ大会だって、リハビリだ！」

自分の力で壇上に立って歌うことを目標に、出場者は熱心にリハビリに取り組みました。

他の利用者も、カラオケ大会を盛り上げる為に応援グッズの作成やデイケア内の飾り付けを手伝っていただきました。

こうしてスタッフと利用者さんが一つになって、カラオケ大会を成功へと導いたのです。

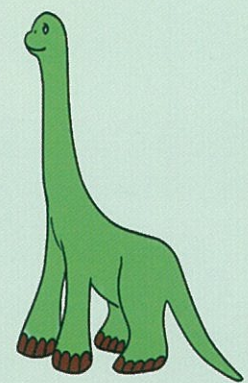
これからも紫塚デイケアでは、体と心を動かすようなサービスを提供していきます。



だいな瓦版

医療法人 大那
 〒324-0058
 栃木県大田原市紫塚 3-2633-10
 TEL 0287-47-7721
 FAX 0287-20-2815
 HP : <http://dyna.gotdns.com>

介護スタッフを募集しております。
 詳しくはホームページをご覧ください。



だいな君

(だいな瓦版は、医療法人 大那 のホームページからご覧いただけます)

<http://dyna.gotdns.com/>



綺麗に咲いたアジサイの前で記念撮影!

若草デイサービス



風情を楽しみました!

紫塚ケアホーム



あま〜いイチゴに、食べる手が止まりません!

紫塚ショートステイ



身も心もゆ〜らゆら〜





紫塚デイケア

紫塚デイケアでは、カラオケ大会が盛大に催されました!



他の利用者さんも、がんばって大会を盛り上げます!

だいなリハビリクリニックデイケア



リハビリの一環として、調理練習を実施しました。皆さん役割を持って、積極的に参加されました!



お母さんの味を堪能しました!



手作り風鈴で、心も身体も涼やかに!

リハビリ知恵袋 第5回 歩く早さで転倒予測

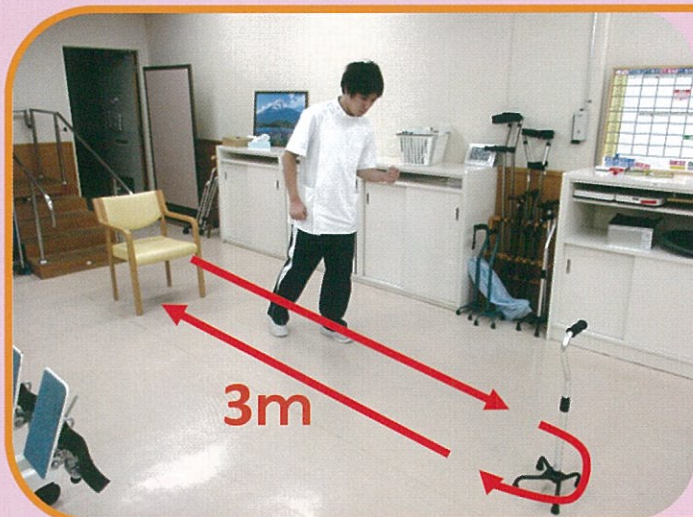
高齢者が骨折する割合の8割以上が、転倒によるものであるといわれています。

いつまでも元気に生活するためには、転倒することなく安全に生活することが大切です。「だいなでリハビリをやっているけれど、自分って（あるいは家族）はどれだけ安全に歩いているんだろう?」

そんな疑問を抱いたことはありませんか？

歩く早さ、あるいは簡便なバランス検査で、転ぶ可能性のある程度割り出せるといわれています。

今回は一般的に転ぶ可能性を検査する方法として有名な「10m歩行テスト」と「タイムアップアンドゴーテスト」について説明させていただきます。



【タイム アップ アンド ゴー テスト】

肘掛つきの椅子から立ち上がり、3m歩行し、方向転換します。椅子まで戻り、座る動作を測定します。

約13.5秒が転びにくい目安になります。



【10m歩行テスト】

3mの助走路を含めた約16mを歩き、所要時間を計測します。

約11.6秒が転びにくい目安になります。