



## 要介護から要支援へ 変更しました！！ そんなAさんの取り組みを紹介します！



デイサービスに通う前から膝の痛みが強くて積極的な運動は出来ていませんでした。歩く訓練を行っても連続で約100m程度の歩行とパワーリハビリ、テレビ体操だけを頑張っています。  
他の利用者様と実施している運動量はほとんど変わりませんが、この方の特に頑張ってい

### まずは1つ目

デイサービスにて提供される運動だけでなく、  
この方は、自宅での練習を毎日行われています。  
練習内容は、晴れの日は自宅の庭を3周程度（約80m）歩行されます。また、雨の日

### 最後に2つ目

この方は「自分で出来る事は自分でやらないとね」とよく言われます。  
その為、「手伝って」と言われる事はほとんどありません。すごいです！！



なるべく自分の力で自立した生活を送れること。それは高齢者の皆様と私たち介護職員共通の願いではないでしょうか？  
みかんの丘では、デイサービス利用時には自分で行えるところは自分で行ってもらうように声掛けをさせてもらっています。  
少しでも在宅での生活が続けられるように、今後も機能向上・維持に努めるデイサー