

# サンサンさんぽ

～ル・サンテリオン通所リハビリ～



No.12  
2024.3

ル・サンテリオンよどえ

海と松林に囲まれた自然の中でみんな一緒にサンサンと輝きましょう！

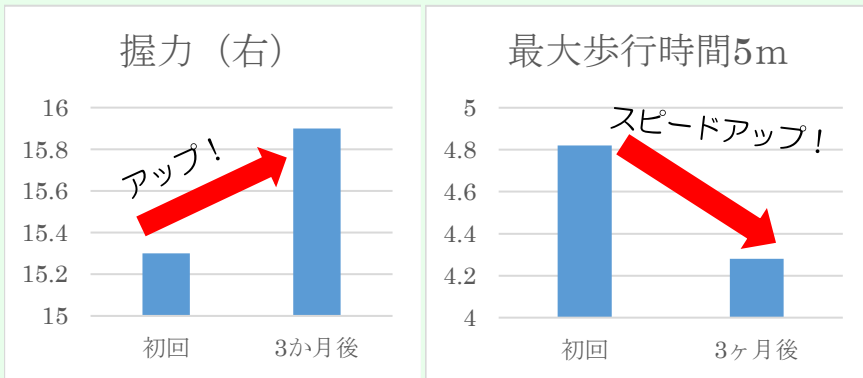
## ～予防通所リハビリでの成功体験～

### お風呂で足先が洗えるようになりました♪

Aさんは予防通所に通い始め、お風呂で足先が洗えるようになり、「前は届かなかったのに自分で洗えて嬉しい。」と話して下さいました。柔軟体操や筋力増強運動を実施し体の動かせる範囲が拡大し、リハビリの評価でも握力や歩行スピードがアップするなど身体機能面が向上されました。現在は「もう少し早く歩けるようになりたい！」と次の目標を掲げハビリに励んでおられます。



入念に足の柔軟体操



パワーリハビリで筋力増強！

## 鬼は外～！福は内～！

通所リハビリ（介護）で節分会を行いました。節分の由来などの話を聞き、「初めて知ったなあ～」など感心していると、鬼が金棒を振り回しやってきました。新聞紙を丸めて作ったものを豆に見立て、鬼に向かってみんなで投げつけました。その後、皆さんで作った鬼を的にしたゲームをしました。中には立ち上がって投げる方もおられました。邪気を払い、健康な一年を過ごしたいですね。

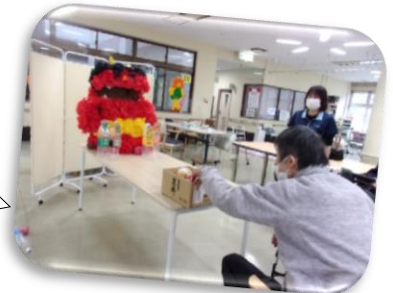


鬼が来たー！！豆を投げるぞー！



おやつはかわいい鬼のお饅頭

鬼の口めがけて  
「鬼は外！」



## 研究成果を発表

第6回仁厚会敬仁会  
医療福祉学会

仁厚会敬仁会グループの研究発表会が倉吉未来中心で開催され、ル・サンテリオンよどえの歯科衛生士が「口腔ケア」について、管理栄養士が「栄養補助食品」について発表しました。

歯科衛生士は、適切な口腔ケア（ブラッシング指導、義歯管理指導等）をすることで口腔機能の低下を防ぎ、口腔衛生の改善が認められることを実技を混ぜながら説明しました。

管理栄養士は、栄養補助食品は凍らせることで好まれる食感と独特な薬品の味が軽減され、食事量の増加につながり、飲み込みにくい方に対しては湯で形状を変えたことでその方の嚥下状態に適し、摂取時間の短縮や疲労軽減に繋がった事例について発表をしました。



中田管理栄養士(左)と山田歯科衛生士(右)



米子東病院の発表者と  
一緒に記念撮影

## ショートステイ

こんな時、お気軽にご相談下さい！

冠婚葬祭に出席するとき  
や家族が不在になるとき

家のこと、行事など多  
忙で、見てあげることが  
難しいとき

家族の休息の時間を  
持ちたいとき



ショート利用中、体操や  
リハビリが受けられます



手を大きく  
上げて～、  
曲げて～  
皆で、身体を  
元気に動かし  
ます！

## 予防通所リハビリ

「体験教室」実施中！！

どなたでも大歓迎です。  
地域包括支援センター・居宅介護支援  
事業所の方もお待ちしております。  
予約制となりますので、ご希望の日時  
を右記までご相談ください。

〒689-3425 米子市淀江町佐陀 2169  
介護老人保健施設 ル・サンテリオンよどえ  
通所リハビリテーション

☎(0859)56-5282 担当：山中・紺本



ホームページ



紹介動画

➡予防通所の  
紹介動画が見られます！