## 津森デイケアだより

## 孝生会グループ

医療法人孝生会 津森医院デイケアセンター



皆さんこんにちは。理学療法士の十河浩二です。 突然ですが、皆さんリハビリの意味を知っていいますか?

リ<mark>ハビリとはリハビリテーションの略でre(再び)とhabilitation(獲得する)という語からなる</mark>言葉 ■です。リハビリの目的は「その人が自分らしく人間らしく生きるために<mark>一度失った能力を回復す</mark> る」ことです。さらに高齢者の方へのリハビリには、生きがいをもたらしたり、高齢者の方特有の 病気を予防する効果が期待できます。津森デイケアでは利用者様-人-人に寄り添い、皆様が目標 を持ち意欲的にリハビリに取り組めるよう、リハビリ職、介護職、看護師と連携をとりながら行っ ております。車いすで移動されていた方が介助で歩けるようになられたり、支え無しで立位がとれ るようになられたり、できることが増え、皆様の笑顔が増えていくことはとても嬉しいことです。 なかなか思うようにいかないことや、目に見えて良くならないことにもどかしさを感じておられる 方もいらっしゃるかもしれません。でも、今の体力。筋力を衰えることなく現状を保っていくこと も大事なことです。現状を維持し、更には向上できるように一緒に頑張りましょう!



















が期待できます

梨にはカリウム が含まれてるた め、不要な塩分 (ナトリウム)を 体外に出すはた らきがあり、血 圧を下げる効果 があり、むくみ 解消などに効能



梨の効能 利尿作用 呼吸器系の炎 症を抑える (せきや痰・の どの痛みの軽減

コレステロール 値の抑制

高血圧予防

## ~柚本都子さんありがとう~

約7年間津森デイケアで務められ ていた柚本さんが9月いっぱいで退職 されました。いつも丁寧で素早い対応、 利用者様からの信頼も熱く私達スタッフのお手本 となる柚本さんでした。とっても寂しいですが私 ・達スタッフ・利用者様共に、これからの柚本さんの ご活躍を陰ながら応援しています。 7年間ありがとうございました。



★次回の津森デイケアだよりは 令和3年11月1日頃です★

