

第43回

通所リハビリテーションについて

こんにちは。クリアコート千歳・通所リハビリテーションの北濱です。今回は通所リハビリテーションについて紹介します。

通所リハビリテーションはデイケアとも呼ばれています。在宅にて生活されている要介護・要支援認定を受けられた方を対象に、ご本人やご家族が、お住まいの地域でより長く安心・安全にその人らしく過ごしていただけることを目的として、医師の指示のもと運動や頭の体操、食事や入浴、さらには余暇活動や社会参加など日常生活に必要な機能・機会の維持・向上に向けたリハビリテーションをそれぞれの専門スタッフが提供しています。

ここで提供されているリハビリテーションは、単に利用される方の病気の治療や、理学療法士等の直接的な介入による能力の維持・向上だけではなく、その方の性格や生活環境なども踏まえ、自主的な個別トレーニングや集団での体操やレク活動、食事や入浴場面での用具や介助方法の工夫、カラオケや麻雀などの余暇活動への参加など、多岐にわたってその方の生活全般をサポートするための関わりを意味し、「通うこと自

ちとせの介護医療連携の会

介護、医療の現場からシニアライフサポート



医療法人資生会 クリアコート千歳 通所リハビリテーション 介護福祉士 北濱 一代

体がリハビリテーションになる介護サービスの提供を目指しています。通所リハビリテーション事業所では、コロナ禍ではありますが、換気・消毒をはじめ、パーテーションや椅子やテーブルの配置を工夫するなど様々な対策を講じながら、利用される方がより楽しくリハビリテーションに取り組み、ご自宅での生活がその方らしく、より快適でより豊かになるよう支援しています。

これからも引き続き地域で安心して暮らしていただけるお手伝いをしていけるよう努めていきます。サービスについて詳しく知りたい、利用してみたいとお考えでしたら、各地域包括支援センター、もしくは担当のケアマネジャー様にご相談ください。

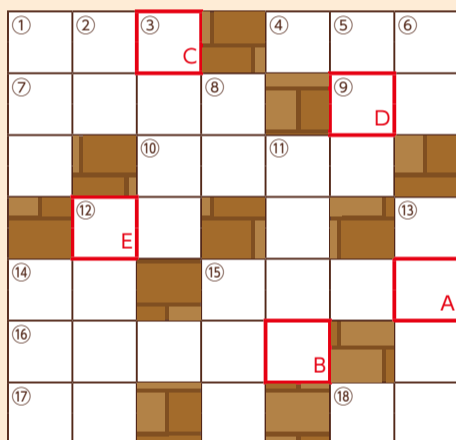
怪盗ちゃんとからの挑戦状



答えは

来週の「ちゃんと1月29日号」に掲載! 君にこの難問が解けるかな?

クロスワードパズル



- 🔑 タテのカギ
- ① 雪のようなボディーでヒヒーン
 - ② 倍にして返すからネ
 - ③ 毛糸の服。タートルネックも
 - ⑤ コタツに似合う果物
 - ⑥ 相撲で、付いたら負け
 - ⑧ お嬢様、付かないよう箱入りに
 - ⑪ 山田くんが運びます
 - ⑫ 牙がなければ野ブタかな
 - ⑬ 弁慶の定番武器
 - ⑭ 昨日は過去。明日は?
 - ⑮ キューバの首都です

🔑 ヨコのカギ

- ① 水道橋、オーキド、ジキルといえ
- ④ ーっ、誰にも言っちゃダメ
- ⑦ トロリ甘い、エクレアの中身
- ⑨ ワザと負けて相手に譲るもの
- ⑩ 引き算より先に習います
- ⑫ ローマ字なら「え」と読む
- ⑭ 「子泣き爺」のコスプレに不可欠
- ⑮ 平和の鳥の名がついた麦
- ⑯ 北をさす。コンパスを日本語で
- ⑰ 河原にゴロゴロ
- ⑱ カラオケで聞かせてよ

作者: マグナム・ハートさん
作者略歴: パズル作家歴25年、東京在住。パズル誌、携帯アプリ、社内報などに問題を提供。2011年単行本「連番禁止ナンプレ」(パブリック・ブレイン)出版。

走り方がうまくなれば、誰でも速くなる
そして、力強い走り方で周りに差をつけよう!

スプリントスクール石原塾

“走る”ことをテーマにしたスプリントスクールです。姿勢やバランス・ジャンプ動作など色々なトレーニングをおこない、走る動作に繋がっていきます。運動経験場やスキルアップなどにぜひご利用ください。

北新スクール	土曜日開催	北信濃スクール	金曜日開催
かけっこクラス 18:00~18:50	詳しくはこちら	かけっこクラス 17:00~18:50	詳しくはこちら
サッカー フットサルクラス 19:00~19:50	詳しくはこちら	サッカー フットサルクラス 18:00~18:50	詳しくはこちら

Evolution track club北海道(陸上クラブ)

札幌市・千歳市で活動している陸上競技クラブです。

詳しくはこちら **小学生クラス** **中学生クラス**

体験をご希望の方・お問い合わせはHPから! [スプリントスクール石原塾](https://ishiharajyuku.com/) [Evolution track club北海道](https://evotc-hokkaido.com/)

除雪でお困りの方!

あなたのお家の **除雪** **排雪** **融雪** お任せ下さい!

1回 おうちのサイズに応じて金額は応相談!

3,000円 (税込) 円~承ります!

千歳市 恵庭市 の一軒家限定で **全て手作業**で行います!!

ユキのおそうじやさん **まずはお電話でご相談!** **Tel 080-7162-8878** **伊豆 恵庭市駒場町2丁目1-1 年中無休**

第3弾 北海道まるごと市場

メガ盛 シリーズ

1/31日 10:00~14:00

レストラン「やませみ」にて (北海道まるごと市場内1F)

制限時間内に**5本完食**すると (男性20分、女性30分) **参加費無料** & **1,000円分贈呈** (まるごと市場商品券)

今回は **恵方巻**

ノーマル太巻、ピリ辛太巻、海鮮太巻、トンカツ太巻、あんこ太巻(おはき風)の計5種類・各400g

定員 **先着15名様限定**

参加費 **お一人様 税込 1,980円**

参加方法 **1/22日~29日 15:00迄に電話又は店頭にてご予約ください** ※定員になり次第終了いたします

人気アニメ **駄菓子** **コーナー新設!!**

ちとせスーパープレミアム付商品券使えます!

※画像はイメージです

営業時間 **10:00~16:00**(年中無休/平日も営業中) **千歳駅から車で8分!**
★飲食コーナーは15:00まで(L.O. 14:30)
北海道まるごと市場 千歳市真々地4丁目9-1 **Tel.27-0510**