



2023年
社会医療法人中央会 介護老人保健施設ローランド

ーランド便り

3月号

〒661-0976 兵庫県尼崎市潮江 2-1-10 ☎ 06-6499-8500 <http://www.chuoukai.or.jp> 編集：ローランド広報委員会

リハビリ室に最新式マシン導入！



スペースワンダー導入!!

ハイトレックス 兵庫県最速導入!!

スペースワンダーは足腰に不安のある方でも転倒の心配をせずに楽しく全身運動が出来ます。ゴムの弾力で水中の浮力を再現して運動が出来るので関節への負担が少ないマシンです！

HiTREX(ハイトレックス)は人間の運動機能で最も大切な「骨盤」と「背中」の筋肉の働きを向上させる設計のトレーニングマシンです。インナーマッスルが効率よく鍛えられ、歩行能力の向上などが期待されます！

新しく生まれ変わったローランドでは最新式のマシンを取り揃え、通所専属のリハビリ専門職を多数配置しております。リハビリスタッフが個別に評価を行い、様々な疾患をお持ちのご利用者様に合ったリハビリを提供する事が出来ます。利用時には必ず在宅訪問させて頂き、自宅での些細なお困りごとや自宅の環境調整や移動手段等ご提案をさせて頂いています。そして、定期的に関節リハビリ会議を行い、ご本人様の身体機能や在宅生活での変化に合わせてプランの見直しを行い、漫然と続けるリハビリではなく、ご利用者様の変化に寄り添ったリハビリを提供します。



主任 理学療法士
小川智之

わたしのひとり言 相談員 齋藤智恵子

2022年2月24日ロシア、ウクライナ侵略が始まり早、1年が過ぎようとしています。ニュースやネットに、日本は戦後77年、当時を知る方々は年々高齢化、既に亡くなられた方で当時を伝承される方は減少しており戦争の体験は少しずつ薄れてきていました。

SDGs（持続可能な開発目標）この言葉や文字が良く目にするが増えてきました。

2015年から2030年までの長期的な開発の指針で「誰1人取り残さない」明るい未来を作るため、孫やその子供が生きていく地球であるためではあるが、ただ現実には、

異常気象による大雨や国によっては干ばつ・地震、地球の危機的状況に瀕しています。

また人類は他人のことを軽視したヘイトスピーチなどのように様々な出来事がニュースやネットで画像や映像として流れている。そこで今私ができることを挙げてみることにしました。

通勤には自転車を使い、買い物時にはマイバッグなどの持参袋、食べ物はすぐに食べる分だけ購入をし、ゴミを最小限にするために野菜は皮ごと調理をし、ビニール袋や紙袋の使用はできるだけ最小限に抑える。

電気はこまめに消して切電をし、人には優しく接して自ら挨拶を心掛ける。

私ができることはちっぽけなことですが、みんながそれぞれ少しずつ続けていけば、これから生きていく次の人へバトンを繋げられると思います。これが私の考えるSDGs。

デイケアでは

利用者様の目の前で調理を行う

スペシャルメニュー・パフォーマンス料理の提供を毎月行っております！！

2月は鉄板で

★★ハンバーグ★★を
焼きました！！



3月の おたのしみ

◎デイケアのお食事予定

- ・握り寿司
- ・ちらし寿司
- ・イチゴケーキ
- ・みたらし団子

◎入所フロア

- ・ホットケーキ
- ・どらやき
- ・誕生日会
- ケーキ

