

介護老人保健施設アメニティ西岡

リハビリテーション科

新しいリハビリマシンのご紹介

リハビリマシン導入により期待できる効果として

★想定できるご利用者の生活上の変化

- トイレに行ってズボンの上げ下げができるようになった。
- 車に移乗できるようになり、出歩く機会が増えた。
- テラスに干した洗濯物を取り込むことができた。
- メドマーを使ってからこむら返りが減って睡眠時間が増えた。
- 身体が傾いていたが運動を続けるうちにバランスが良くなってきた。
- 背筋が伸びるようになった。
- 床からの立ち上がりができるようになった。

★マシントレーニングの目標

- 筋力が向上するだけでなく、生活機能の低下を克服し 「生活が変化」 すること



◎ニューステップ

全身運動の他、上半身・下半身の単独運動も可能です。回転式シートを採用しており、乗り降りが楽にできます。



◎リカベンエアロバイク

またぐことなく乗車でき、膝関節への負担を最小限にしています。背もたれもリクライニングし、漕ぎやすくなっています。



◎フィジカルメドマー

空気室の加圧・除圧を繰り返すことにより、血液やリンパ液の循環をより効果的に促進し、疲労回復や血行促進、筋肉の疲れをとる効果があります。

運動機能向上トレーニングマシンのご紹介



◎レッグプレス

下肢全般の筋肉を強化し、立ち上がる、座る、しゃがむ、歩く等の動作や、日常生活に必要な筋力を強化します。



◎レッグエクステンション

太ももの前面の筋を強化します。膝関節の可動域拡大により歩幅が広がり膝が安定し、階段の上り下りもスムーズになります。



◎アブダクション

腰回りの筋肉が弱くなると、身体の安定性が悪くなります。骨盤の安定性を高め、歩行や、片足立ちのふらつきを解消し転倒を予防します。



◎ローイング

ボート漕ぎ様の運動により、背中や肩甲骨周りの筋肉を強化して、高齢者特有の円背（猫背）を予防・改善します。

4月より言語聴覚士（ST）が加わり、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士によるリハビリのフルサポート体制が整いました！



お問い合わせ先

介護老人保健施設アメニティ西岡 TEL (011) 854-5510
札幌市豊平区西岡4条4丁目1番5号 FAX (011) 854-3425

アメニティ西岡ホームページ

<http://www.keiwakai.jp/amenishi/>
担当 支援相談科 吉田・白戸・大久保