



## 緑ヶ丘介護医療院のリハビリ

当施設は、専門職である 3 名の理学療法士が在籍しております。

### 【個別リハビリ】

ご利用者様一人ひとりの評価を行い、1対1で、週に1~3回の個別リハビリを行っています。

医師、看護師と相談し、体調や体力に応じた個別プログラムを作成しています。



### 【集団体操】

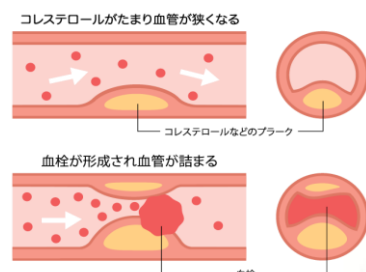
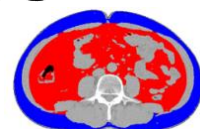
個別リハビリとは別に、月に1度集団体操を行っています。集団体操では、基本的なストレッチや筋力トレーニングからアクティビティまで、皆さんで楽しみながら身体を動かせるプログラムを実施しています。



## 所沢緑ヶ丘病院 外来で検査を受けてみませんか？

検査は病気の発見や治療・予防に大切です！  
これらの検査は痛みもなく簡単に受けることができます。

- 骨密度測定検査**：骨の健康度を知る検査  
腰痛、骨折に関係する検査[所要時間 5分]
- 内臓脂肪 CT**：内臓の周りにある脂肪を調べる検査  
生活習慣病の予防、治療に関係[所要時間 10分]
- 聴力検査**：耳の聞こえが悪いと感じたら  
一度調べてみませんか？[所要時間 5分]
- 血圧脈波検査**：血管の老化の程度や狭窄、閉塞などを検査  
[所要時間 10分]
- 頸動脈エコー**：動脈硬化の有無だけでなく血管の詰まり具合（プラークの状態）を画像で確認する検査  
心筋梗塞や脳梗塞の予防に役立ちます[所要時間 20分]



# 10月25日「お楽しみ会」開催



ハロウィン行事食



敬老会行事食





6時～7時

起床し、身支度をします。  
ご自身で難しい方はスタッフが介助を行い、  
モーニングケアとしてホットタオルで顔を拭き、さっぱりします。  
男性は髭剃りなども行います。



7時30分

朝食  
食堂や居室などで召し上がっています。



9時15分

看護師により毎日検温をします。  
介護士により排泄ケアを行います。



9時30分

週に2回入浴です。  
着替えをします。



理学療法士により、リハビリを行います。  
ご利用者様の状況によって個々人に合わせた  
さまざまなプログラムを行います。

11時

昼食前の嚥下体操で  
唾液の分泌を促します。



12時

昼食  
朝食と同じように、食堂へ行ける方は  
食堂で召し上がります。



14時

みんなの広間でレクリエーション活動を行います。  
さまざまなレクリエーションを企画し、  
ご利用者様の状態やその内容に合わせてご参加頂きます。



15時30分

午後の排泄ケアを行います。

17時

夕食の準備をします。

18時

夕食



20時

夜の排泄ケアを行います。

21時

消灯です。



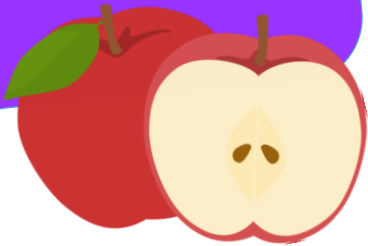
4時

起床前の排泄ケアを行います。



### Q1 生まれはどちらですか？

聞いたところでは東京でしょうね。  
何せ生まれた時のことは覚えていないから…  
大田区南久が原という所で育ちました。  
でも終戦の時は、長野県の下伊那郡にいました。



### Q2 戦争中は疎開していたのですか？

母と子供だけですけれど疎開していました。  
父は東京計器に勤めていましたが、戦争で  
静岡県清水市のサンコウ航空計器という会  
社で仕事をする事になり、私が小学校1年  
生になってすぐ引っ越しました。  
静岡は空襲で焼けました。  
友達のお父さん達は皆、出征してしまっ  
たが、父はその仕事のために出征せずに済  
みました。



### Q3 疎開先ではどのような生活をしていましたか？

小学校に行って…  
何小学校だったかな…？  
5年生の始めまでいました。  
3年生で終戦になってすぐ東京に  
帰ろうと思っても、  
食べ物がないから…  
東京で隣の家は焼けたけれど、  
うちは焼けなかったの。  
私は空襲にも遭わないで済みました。



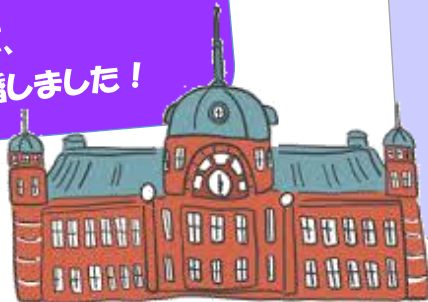
### Q4 その後はどのような生活でしたか？

高等学校、都立八潮高校に  
通っていました。  
小学校5年から喘息持ちで、  
私の人生はそれに一番影響  
されました。  
学校に通えない程じゃなかった  
ですけれどね。



### Q5 仕事もしましたか？

東京駅の大丸に勤めました。  
販売ではなくレジで計算する仕事で、  
7年勤めました。  
主人は岡山の人ですが、  
大丸にアルバイトに来て、  
4年付き合ってから結婚しました！



### Q6 緑ヶ丘介護医療院に入所して如何ですか？

今年の1月まで普通に暮らしていました。  
病院で喘息の数値は入院する程じゃないと  
言われましたが、「苦しいから入院させて」  
と言って他に入院してからここに来ました。  
ここは4人のお部屋も  
ちょっと広い綺麗ですね。  
(インタビュー中、同室の方が困っていると、  
優しく声をかけて下さっていました)

