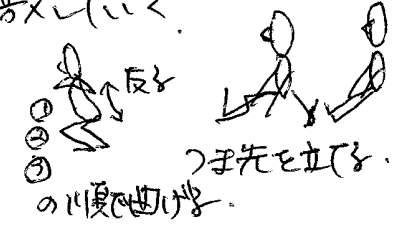


業務実施報告書

No.

事業名	平成27年度 巨理町 リハビリテーション支援事業		
実施場所	吉田地区 体操教室		
実施期日	平成27年10月2日(金) 13:30~15:00		
参加人数	14名 (うち男性 9名 女性 5名)		
従事者	納屋 幸 (運動指導) 看護師 鎌田さん 社協さん2名 サポーターさん4名		
実施内容	時間	内容	担当者
	13:30~	受付 バイタル 個別表の記入	NS
	14:00~	注意事項 血圧、肘底のとり方、計り方。 ※実技で、肘底をとってみる部位の確認。 ※血圧も薬について 高血圧とは？ ※水分摂取の方法 量 (1日分) ※関節痛 について、運動方法の説明 仮でのストレッチ (ヤマトムを利用)	たけや
	30	床で移動、スクワット方法 (正しく行う方法を学ぶ) (マットで柔軟体操 長座、両脚併せて 股関節を刺激していく)	
	45	モビリティの説明、上肢3種 (仮、床) の "F" の 股 ↓ ストレッチング ツルツル 股 ↓ ツルツル 足首	
特記事項 (運動指導)	初参加者が10名越え ロコモが増えてきた。 足のワルイ方を除く、他の方と、床のマット上で行う体操をし (3名)		
(健康所見)	血圧高めの方 数名、1名。 再check。関節痛。見学あり。		
その他	ロコモが増えてきた場合の 道具のやり方、の方法などを考え、 半数の方がモビリティ購入している。		

記入者名 サヤ サナ
ハピネス・ヘルスサポート