

# 業務実施報告書

No.

事業名	平成27年度 亶理町 リハビリテーション支援事業		
実施場所	亶理 働く 婦人の家		
実施期日	平成 28 年 1 月 24 日 (水) 13 : 30 ~ 15 : 00		
参加人数	8 名 (うち男性 8 名 女性 8 名)		
従事者	関本 咲子 (健康運動実践指導者) 鹿折 (看護師)		サポ-ター 1 名
実施内容	時間	内 容	担当者
	13:30	受付 バイタル	看護師
	14:00	あいたつ アズブレイク	関本
	14:20	ストレッチ	↓
	14:30	休憩・水分補給	
	35	ひめトレ 座位にて	
	50	c-down	
特記事項 (運動指導)	尿失禁予防の話を行いなから行った。 骨盤底をけつはたき(本側)のほ"したと"も行った。		
(健康所見)	様 159/77・79 → 143/70・75 様 155/87・84 → 142/82・79 様 146/90・78 → 112/76・76 (10分) 様 167/74・67 → 161/75・66		
その他			

記入者名 関本咲子  
ハピネス・ヘルスサポート