

大杉脳外科デイケアセンター活動のご紹介

令和4年より、午後の時間帯に歩行訓練を増設し、運動量の増加を目指しています。どれくらい歩いているかを知る為に歩数計を用いて歩数を計測しています。また暖かくなり、体力向上の為に屋外歩行も行い始めています。

写真の様に足に歩数計を付け、歩行訓練を行っています。



ある日の午後の歩行訓練での歩数

Aさん・・・1333歩

Bさん・・・571歩

Cさん・・・1063歩

歩行訓練の時間だけで1000歩以上歩かれる方が多くいます！！



3月に入り気温も高くなり、屋外歩行を再開しています。梅の花を見ながら歩いたり太陽の光を浴びてリフレッシュしたりしながら歩行を行い、体力の向上を目指しています。

運動量の向上は歩行だけではありません！集団体操での起立訓練の回数も一か月ずつ回数が増加しています。3月時点では毎日**70回**の起立訓練を行っています。毎日100回を目標にしています。



大杉脳外科デイケアセンター

善通寺市大麻町 2079

TEL 0877-63-5566

担当：大杉 大林 月～土 18時迄