

こすもすクリニック通所リハビリテーションは理学療法士5名、作業療法士3名、言語聴覚士1名、介護福祉士16名、看護師5名がいます。全職種が協力して「通所してから家に帰るまで1日中がリハビリ」の精神で取り組んでいます。

今まで様々な方とリハビリをしてきました。難病といわれる疾患の方や40代・50代の若い方も通所してリハビリに取り組まれています。要介護5の方でも、100歳の方でもその方のニーズに合わせたリハビリで機能を少しずつ回復したり、過ごしやすくしていくことができると思っています。

【通所リハビリテーション利用状況】

月	火	水	木	金
△	◎	◎	◎	○

◎:すいてます ○:対応できます △:ご相談ください

「理学療法士」

糖尿病のリハビリ 心疾患のリハビリ 脳卒中
呼吸器疾患(COPD)のリハビリ
難病のリハビリ 脊柱脊髄疾患のリハビリ
女性の尿漏れ 関節の痛み その他

「作業療法士」

食べる 着替える トイレを使う 顔を洗う
風呂に入る 難病のリハビリ 関節の痛み
脊柱脊髄疾患のリハビリ

「言語聴覚士」

言葉でのコミュニケーション 電話 SNS
補聴器 飲み込む 嚙む 入れ歯

以下もリハビリ対象です

車椅子・杖を選ぶ
補装具・義足
家の中を動きやすく改造

認知機能に働きかける
老人性うつ
ひきこもり

歩く
転ばない
体力をつける

＊ 栄養の取り組みを始めます! ＊
みなさん、普段の食事で栄養が、しっかりと取れていますか？

＜理想的な食事＞

主菜 肉、魚、豆腐(大豆製品)
卵を使った料理

副菜 野菜、海藻類、きのこ類
を使った料理

主食 米飯、めん類、パン類

乳製品 MILK

果物

＜栄養バランスの良い食事の1日分のめやす＞
主食×1品 /1食あたり } 1日3食 + 牛乳をコップ1~2杯/日
主菜×1品 /1食あたり } 果物を握りこぶし1個分/日
副菜×2品 /1食あたり

高齢者は、エネルギー、たんぱく質が足りていません!!

そこで、
こすもすでは

【サポート食品】

筋力増強コース:(1食につき)200円
朝食補助コース:(1食につき)200円

を始めます。

たんぱく質(筋力増強) エネルギー(朝食補助) リハビリ

筋力UP
体力UP
免疫力UP
認知機能UP
飲み込みの機能UP



緊張した体をほぐして動きやすくしています



ビーズ作品作りを通して認知機能に働きかけるリハビリです



言語聴覚室で、話すリハビリをしています。※お口の動きを見るためにマスクを外していますが、間にアクリル板を置いています。

問い合わせ

こすもすクリニック(内科) TEL.0279-25-1384 Fax.0279-22-1928
こすもすクリニック通所リハビリテーション TEL.0279-25-1733 Fax.0279-22-1928
こすもすクリニック訪問看護ステーション TEL.0279-23-1521 Fax.0279-23-1518
こすもす居宅介護支援事業所 TEL.0279-23-1520 Fax.0279-23-1518
PC <http://www.hotaka.or.jp/cosmos/>

春の塗り絵フェア

春の塗り絵フェアでは数多くの作品が展示されて、職員も利用者様も立ち止まって見入っています。

塗り絵の効果

○脳全体を活性化

どこから塗ろうか、どんな色を使おうか考える事や、実際に手を動かして塗る作業は効果的です。

○ストレスから解放される

塗ることに集中すると、雑念が吹き飛びます。

○自律神経のバランスを整えてくれる

集中し無心になる事は、瞑想しているのと同じような状態になり自然と呼吸が整います。



利用者様の作品です

風呂イベント

こすもすでは毎月、風呂イベントとして「変わり湯」を楽しんでいただいております。香りや色合い、手触りを楽しんでいただき五感を刺激する。そして、お風呂の話題で盛り上がりコミュニケーション能力の向上を図っています。もちろん体を温めると良いこと事づくめです。

昨年12月は「ゆず湯」、1月は「松の湯」、2月は「りんご風呂」と「ひのき風呂」、3月は「よもぎ風呂」を行い、こちらも大好評でした。今後は「お茶風呂」・「お花見風呂」など予定しています。



松の湯



りんご風呂

題字や飾りは利用者様の作品です



仲良くパチリ

こすもす大学 開校

3月には、「こすもす大学」という初めての試みを実施しました。1回目は、国語でテーマは「いろは歌」、2回目は家庭科で「旬の食材」をテーマに実施しました。職員が講師役を務めて問題を出していきました。昔、学校で習ったことを思い出しながら、みんなで頭を悩ませて真剣に問題を解いていきました。普段あまり使わない脳の機能の活性化を狙い、今後も継続していく予定です。



「いろは歌」は何文字のひらがなでしょう？
真剣に考えます。



分かった人～？ ハイ！



通所リハビリテーション

桜の季節に合わせて桜タペストリーを作成しました。布に桜の木を描いてくれた方、マスコットを作ってくれた方、飾りを切ったり貼ったりしてくれた方、みんなで協力して素晴らしい作品ができました。雑誌のコンテストに応募して大賞を狙います！



少し緊張してパチリ



細かい作品も手作りです