



自立支援課だより

令和5年5月31日発行

現在の利用者状況（空き人数）

- 送迎ご相談ください。
- お気軽にご相談ください。

【通所】

- ◆生活訓練（定員10名） **空きあります。**
 - ◇機能訓練（定員20名） **ご相談ください。**
- 【施設支援（入所）】
- ◇機能訓練（定員20名） **ご相談ください。**

ご利用までの流れ・・・

★事前にご連絡ください。

【見学】施設の概要説明

↓ 実際の訓練場面・生活場面の見学

【事前評価】身体的・高次脳機能・社会的側面の評価

↓ →「支援計画原案」の提示

<市町村による支給決定> 受給者証の発行

↓

【利用契約】利用開始

※事前評価から1ヶ月以上かかります。（調整状況による）

グループワーク



- ・キッチンガーデンGW（家庭菜園）の様子
ナス、キュウリ、サツマイモ、オクラ

<利用者さんの感想> スイカを植えました

- ・畑作業苦手。足場が不安定で、動こうと思っても活発に動けなかった。
- ・気持ちよかった。
- ・やっぱり自然がいい。
- ・体がおおらかな気持ちになった。



理学療法士からプチ情報

心筋梗塞・心不全に気をつけよう②

○心筋梗塞・心不全の予防

「運動」「薬」「食事」が3本柱です。偏ることなくバランスよく取り組みましょう！

運動：ウォーキングなどの有酸素運動を中心に。無理な負荷は禁物！

薬：自己判断で中断しない。医師・薬剤師の指示通りに！

食事：脂質・糖質・塩分・水分の管理が重要。心不全の場合は水分のとりすぎにも注意。

★規則正しい生活習慣で心疾患を予防しよう★

理学療法士・小林

0270-24-2678



QRコード