

まほろばの機能訓練

まほろばには理学療法士5名、
作業療法士1名、柔道整復師1名
が在籍しています

踏み台昇降訓練

踏み台を昇ったり降りたりを繰り返します。なるべく目線を正面に向けて背筋を伸ばして行います。下肢筋力・体力の向上だけでなく、**バランス能力の向上**も期待できます。

踏み台昇降訓練をしながら数をかぞえたり、しりとりをして、**体と脳を同時に訓練できる**のも特徴です。



玄関の階段昇降や、送迎車への昇降も安定しています。

段差訓練



下肢の筋力低下によって、歩くときにつま先が上がりにくくなります。

自宅内で「電気コードにつまずいた」「カーペットのわずかな段差につまずいた」「1～2cmの敷居につまずいた」などよく耳にします。ちょっとした段差につまずきやすくなり転倒のリスクが高まります。

自宅内でも、**足先が引っかからないよう意識**されています。

巧緻動作訓練

物をつまむ、箸を使う、ボタンをかけるなど、細かい**動作訓練**です。



まほろばでは利用者様それぞれのお悩みに対し、
話をお聞きし、訓練を行っています。