

リハビリの種 Re-NK 通信

2022
5月号
Vol.1

～ご挨拶～

大変お世話になっております。Re-NKは4月1日に開業致しまして、皆様の温かい声援の中、健康教室やがんサロンへの講師派遣、自費サービス等への介入をさせて頂く機会を頂きました。今後、Re-NK通信という形で、リハビリや健康に関する情報や、活動報告をさせて頂きたいと思っております。どうぞ今後とも宜しくお願い致します。



OT 池永健太



(株)ナガヨシさんや
包括さんと一緒に

健康教室にて歩行解析アプリを使って皆さんご自分の歩行状態を確認しました。

地域包括さんからの依頼で、福祉用具業者(株)ナガヨシさんと一緒に、歩行解析アプリ「トルト」を使って、一人ずつ歩行の解析をしました。「トルト」は、5m程歩く姿を後ろから動画撮影し簡単に結果を出す事ができます。

①歩行速度 ②ふらつき ③リズム ④左右差の視点で解析するので、それぞれにおススメする運動を知る事ができます。Re-NKでは、運動を分かりやすく解説して一緒に運動を行いました。皆さん楽しそうに行う事ができ、「良い運動になった～」と言いながら帰っていかれました。

トピックス

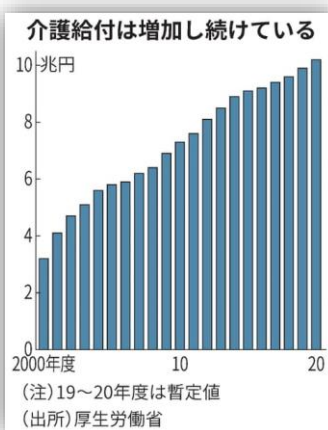
「コロナ禍における高齢者の1週間あたりの身体を動かす時間は3割減っている。」

国立長寿医療センター

国立長寿医療センターの調べでは、なんとコロナ禍では3割も身体を動かす時間が減っているとの事です。その結果、フレイル(虚弱)となり、要介護状態になってしまう人が増えています。

「2週間の寝たきりにより失う筋肉量は、普通に過ごした時の7年間に匹敵する(日本老年医学会)」とも言われています。その為、一度要介護状態になり、介護サービスを受けるとなかなか自立した生活へ戻る事が難しくなります。

介護給付費は増加の一途を辿っており、介護保険がスタートした時には3兆円だったのが、去年は15兆円まで膨れ上がっています。その為、支払う介護保険料はどんどん上がっていきまいます。



健康を維持することは、自分の為、国の為、そして次世代を担う人達の為でもあるです。

人と人、人とまち、人と作業を繋げる。

まずはお気軽にご連絡ください

☎ 090-5087-3813

リハビリ Re-NK

🔍 検索



Re-NK
REHABILITATION CENTER