

# すこやかTimes

医療法人アエバ会 すこやか生野

## 目指せ卒業！！

〇様は大腿骨頸部骨折により約2か月入院し、退院後は在宅復帰されました。入院中のリハビリにより自宅での生活は、身の回り動作や近所のスーパーへの買い物などがなんとか行えるまで回復されました。しかし、長距離歩行に不安があり、これまで日課であった散歩や定期的に行っていた奈良や和歌山への参拝ができない状態です。そのため、もう少しリハビリを継続して長距離歩行ができるようになりたいと考えておられます。



すこやかパワリハ歴2か月 (〇様)

ひとつずつ課題をクリアし、ゆくゆくは通所リハビリを卒業して“もう一度参拝できるようになりたい。”と目標を掲げられています。〇様のように目標達成を目指してリハビリを実施し、自信をもって卒業してもらえるようスタッフ一丸となって応援していきます 😊

✚ 医療法人 アエバ会

すこやか生野

通所リハビリテーション事業所

TEL : 06-6717-8003 (直通)  
TEL : 06-6717-8002 (代表)  
FAX : 06-6717-8004 (通所)

アエバ会

検索

<http://www.aeba.or.jp/>



携帯から  
簡単アクセス

無料見学体験会 随時実施中！

お気軽にお問い合わせください。



# 嚥下障害 予防体操

嚥下障害によって食物が気道に入ると誤嚥性肺炎を引き起こします。それを防止するのが咳（咳払い）ですが、加齢によって呼吸が弱くなると咳をする能力が低下します。呼吸機能を体操によってしっかり保ち誤嚥性肺炎を予防しましょう。

体調に合わせて各項目 5 回～ 10 回を目安に行ってください。

## ① 座り方



深く腰をかけ、あごを引き、足は床につけます。  
耳・肩・腰が一直線になるように座ります。

## ② 深呼吸



おなかに手をあてます。鼻から大きく息を吸い、口からゆっくりはきます。

## ③ 上体たおし



両手を組み、前に伸ばします。息をはきながら上体をゆっくり前にたおします。おなかを見ながら背中を丸めましょう。



## アエバ会グループのご案内

### アエバ外科病院検査科

当検査科は、現在 2 名にて検体検査、生理検査等多岐にわたり検査を実施しています。  
迅速、正確をモットーに診療に貢献出来るようこれからも日々研鑽につとめていきます。

### 図解！臨床検査技師とは？



血液や唾液の検査



身体の中の検査