

# まほろばの機能訓練

まほろばには  
理学療法士5名  
柔道整復師1名  
が在籍しています

## ニューステップ

10段階で足の負荷レベルを変えられます。足や腕の位置、負荷量・実施時間をお一人お一人に合わせて訓練します。



## 階段昇降訓練

「身の回りのことは自分で行いたい」「腰が痛い」等、ご本人様の目標と今のお体の状態を確認しながら行っています。



## 歩行訓練

お一人お一人の状態に合わせてお声掛けをし、転倒予防の為に、小さな段差を超えて足をあげて歩く練習、障害物を避けて歩く練習をしています。  
立位訓練はその日の体調に合わせて行います。



他にも、下肢筋力トレーニングといって、500gの重りを両足首に付けて、足上げの運動を行ったり、平行棒を使用した訓練など多彩に行います。  
利用者様に合わせたメニューを考えますので、一緒に訓練がんばりましょう☆