

サバティ新聞

- 高知河ノ瀬店版 -
2015.5月号

サバティでの歩行練習

サバティでの歩行練習

『学習理論』という言葉をご存知でしょうか。
ピアノなどにあてはまるように、「練習によって上手くなる」、
「練習を休むと下手になる」という現象です。
これらを説明する理論が『学習理論』と言います。
では、歩けなくなったという理由は...? そう、「歩くことを忘れている」のです。
だから、「歩く」ことによって歩き方を思い出す、歩き方を忘れないようにする。
「歩行練習」はそういった『学習』を目的として行っていただいております。



高知一周ウォーキングカード

とはいえ、ただ練習するといっても長続きしないものですよね。
そこでサバティでは、「高知一周ウォーキング!」と題してまして、
歩いて高知を一周する取り組みを行っております。
歩行練習を行った距離に応じてシールを貼り、東は室戸岬、
西は足摺岬と高知を一周していただきます。
この取り組みを始めてから、「今日は安芸の野良時計まで歩く」
といった目標を持って歩行練習に取り組んでいただけるよう
になりました。
また、歩行カードを通じて「昔の室戸はね」といった地元のお話にも
花が咲いて、「笑顔いっぱいの歩行練習」となりました。



こんなレクリエーションやっています!

観察力強化! 不思議芸術 トリックアート!

1つの絵に2つの題材が描かれている
トリックアートを見ていただくのは、
「脳トレ」にも効果あり!
楽しい会話も生まれております。

なんの絵に
みえますか??



サバティの1日

サバティでは、1日型と半日型のプログラムをご用意しています。ご利用者様1人1人の体調や状況に合わせて内容を設定させていただきます。

1日型

午前	9:00	9:30	10:00	11:30	11:50	12:15
	お迎え ～健康チェック	ストレッチ 体操	パワーリハビリ ご入浴	健康チェック	整理体操	お食事 休憩
午後	13:30	14:30	15:30	16:00	16:45	
	ご入浴	レクリエーション パワーリハビリ	おやつ	歩行訓練	お送り	

半日型

午前・午後 共通	9:00(13:30)	9:30(14:00)	10:00(14:30)
	お迎え ～健康チェック	ストレッチ 体操	パワーリハビリ
	11:30(16:00)	11:50(16:20)	12:15(16:45)
	健康チェック	整理体操	お送り

職員紹介

今月号も職員の紹介をさせていただきます！ 笑顔いっぱいお待ちしております！



矢野 麻紀

皆さん、こんにちは。
サバティでは人生の大先輩になるご利用者様から教わることや、お話を聞かせて頂いていただく事も多く、大変勉強になり成長させていただ

ております。
ご利用者様の「サバティに来て楽しかった！」という言葉を励みに、これからも頑張っていきたいと思っております。



三井 志保

こんにちは。サバティ高知の開設時より勤めさせて頂いております三井です。ご利用者様の体調管理や体調変化の対応をしています。機能訓練を実施することでご利用者様の体力

維持向上にも努めています。サバティに来るようになって元気になったと言う声を聞くと嬉しくやりがいを感じる瞬間です。これからも明るく楽しく笑顔で頑張っていきたいと思っておりますのでよろしくお願いいたします。



横田 幸子

皆さん、こんにちは。たいぶ暖かくなって田植えも始まりゲコゲコとカエルの合唱が聞こえてきます。サバティでは日々、ご利用者様の「笑顔」を楽しみに職場に向かっています。

先輩方やスタッフの方々で指導、ご協力頂きながらご利用者様に満足していただけるよう「機能回復」に務め一生懸命頑張りますので末永く宜しくお願いいたします。

見学・体験、随時受付中！

空き情報はこちら

月	火	水	木	金	土
○	○	○	○	要相談	要相談

・半日型：9:00～12:15 / 13:30～16:45
・1日型：9:00～16:45

どんなご相談でもお気軽にお問い合わせください！

電話 **088-837-1081**
ファックス **088-837-1082**



サバティ高知河ノ瀬店
介護保険事業所番号
3970105585

〒780-8034
高知県高知市南河ノ瀬町1-2
<http://www.cavaty.jp/>

