



## ○介護老人保健施設かけはし

### 【4つのケア】

高齢者の自立支援をすすめていく上で重要なケアが4つあります。それは「水分摂取」「常食摂取」「歩行・運動」「自然排便」であり、これらはそれぞれが強く影響し合っております。またこれらは認知症ケアを行う上でも非常に重要なケアとなります。

<https://hokuto-kakehashi.com/cat08>

### 【パワーリハビリテーション】

パワーリハビリテーションの「パワー」とは「力」のことですが、これは一般的な「筋力」のことではなく、「生活力」を指します。つまり「生活力（活動力）をつけるリハビリテーション」といえます。

パワーリハビリテーションは、普段使っていない筋肉を動かすことを目的としているため、負荷は軽いものでよく、このことが筋肉の再活性化や活動力の向上をもたらしてくれます。

<https://hokuto-kakehashi.com/cat06>

### 【おとなの学校】

高齢者の意欲を引き出すことを目的に開発された「高齢者向け教科書」を活用し、スタッフが心躍る楽しい授業を提供しています。若かりし頃を思い出していただきながら、お一人お一人の意欲向上を支援していきます。

<https://hokuto-kakehashi.com/cat07>

