



エブリハピネス、エブリスマイル

MAGAZINE



No, 004

2022.January

脳卒中のサインを見逃すな！

～FAST～

脳卒中の疑いがあれば、すぐに病院に来てほしいという願いを込めた言葉です

F
フェイス

顔の片側や口角が下がったり、左右非対称で歪みがある表情

A
アーム

両手を胸の高さまで持ってきてそこで保持できるか

S
スピーチ

呂律が回らず、言葉の名前が出てこない思つたことと違つた返答をしたりする

T
タイム

すぐに病院へ

「F」「A」「S」の1つでも症状が

あれば脳卒中の可能性が高い！

症状が1つだと72%
3つ全てだと85%以上が脳卒中

異変に気づいたらすぐに病院受診しましょう！

その他にも何かお悩み事、心配ごとございましたら私たちケアマネージャーへご相談ください

**YEKURA**

送迎車のタイヤをスタットレスタイヤに変更しました

RAPORU
ラポル

QRコード



ラポルのインスタグラムを開設しました！是非ご覧ください

cocoru

見学、体験随時募集中です♪

運動発達の専門家である理学療法士と特別支援教育を受けた保育士が一人一人に合った療育プログラム、遊びを提供しています。

YEKURA 田原本店



『朝、昼、晩と
ご飯を作れるよう
になりました。』

「やりたいこと」
を全力でサポート！

昨年の六月に関節リウマチと診断され、七月から治療を開始されたAさん。食器棚に手が届かず、包丁もうまく握ることが出来ませんでした…。テクニカでは、特に症状の酷かった肩周りの個別機能訓練を八月より開始。今では、朝昼晩ご飯の料理に加え、着替えも以前の半分の時間で出来るようになりました。

まず、大きな関節を動かし続けて小さい関節を動かす。
（肩、肘、手首）
ポイント
ゆっくりと動かす



リウマチ体操



タオル体操

肩や腕周りの柔軟性を高め、猫背、肩こりの予防



チューブ体操

少ない負荷で、4本の手足やその起点となる関節をしっかりと動かし、筋力、持久力の増強や関節可動域、柔軟性の改善を目的