

# 令和6年5月 若田だより

五月の訪れとともに新緑が美しく広がり、気持ちの良い季節となりました。さて、今年8月には理学療法士が主体で「コンディショニング&リハビリ」を行う「若田フィジオスタジオ」が接骨院東隣にオープン予定です！

**コンディショニング**とは、スポーツや日常生活において、最高のパフォーマンスを発揮するために調子を整えることを意味します。スポーツ界では、筋力やパワー、柔軟性、全身持久力などの競技パフォーマンスに関連する要素をトレーニングし、身体を整えることを言います。一般の方にとっては、快適な日常生活を送るために、筋力や柔軟性、全身持久力をはじめとする種々の体力要素を総合的に調整することを言います。運動だけでなく、栄養指導や徒手療法など多面的なアプローチにより身体を整えていきます。

また、ここで言う**リハビリ**は、医療保険・介護保険など公的保険を利用しない医療保険適用外のリハビリになります。医療機関との連携を前提に、お悩みや困りごとなど日々の生活に関するカウンセリング、体力測定、運動プログラムの作成と提案、運動指導を完全個別で行います。自費である代わりに日数や疾患などの制限が無く、自由度の高いリハビリになります。よって、利用者様の個々のご要望に限りなく柔軟に対応することが可能です。

さらに、大学の研究室にある本格的な「動作解析装置」を導入し、各種ピラティスマシーンも5種類設置します。脳卒中のリハビリからアスリートに向けて運動強度の高いリハビリまで、理学療法士が中心となり、様々な資格を持ったスタッフが協力し多角的な視点を持ったリハビリを行う予定です。体験会の予定が決まりましたら、再度ご案内させていただきますので楽しみにしてください。

## ☆施設空き状況

わかたデイサービス(1日型;7時間以上 定員18名)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
空き状況	1	1	0	3	0	0

わかたリハビリデイサービス(半日型;3時間以上 定員16名)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	0	0	0	0	0	0
午後	2	0	2	0	0	2

若田アスリートジム(運動型;1時間) pm1-2

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
空き状況	2	1	3	2	2

放課後等デイサービス わかたびじょん わかたきつず(共に定員10名)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
わかたびじょん	0	0	1	1	0	0
わかたきつず	0	0	0	0	0	0



若田フィジオスタジオ完成予定図

空き状況が0と記載のある曜日でも要相談となりますが受け入れ可能の場合がございます。気軽にご連絡くださいませ。