

ゆきよし通信

令和 4年 3月 1日 No. 37

自分の目標、覚えていますか…？

ゆきよしクリニック通所リハビリでは、利用者様の「目標」を大切に関わっています。
でも、ずっと目標を意識して運動したり生活することは凄く大変ですよ…



通所スタッフと利用者様、双方が目標を意識できるように
こんな取り組みをしています！

氏名： _____ 記載日 年 月 日

目標シート

① 目標

	最初	3か月後	6か月後
1 全くできていない (0%)			
2 少しできていない (25%)	達成度 /5	/5	/5
3 半分できた (50%)	実行度 /5	/5	/5
4 かなりできた (75%)			
5 完全にできた (100%)	コメント		

② 取り組むこと

通所リハビリ		家ですること	
最初	3ヶ月後	最初	3ヶ月後

③ 体力測定

日付	/	/	/	備考
握力 (右/左)	/	/	/	
片足立ち (右/左)	/	/	/	
歩行速度 (普段/最大)	/	/	/	
体重				

<目標シート>

〇〇ができるようになりたい！〇〇へ旅行に行きたい！など、最終的な目標を書いています。
3カ月に1回利用者様と見直し、話し合いをします。用紙はリハビリ・介護スタッフで共有し、スタッフも目標を意識した関わりができるよう努めています。

月毎の目標、ご利用日に頑張る事なども利用者様自身で考えて書いていただいています！

自主トレ カレンダー

名前 _____

～ 今月の目標 ～

2 February 2022 (令和4年)

Sun	30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12	
13	14	15	16	17	18	19	
20	21	22	23	24	25	26	
27	28	1	2	3	4	5	

通所リハビリ 記録

令和 年 月 日 ()

バイタル 体温 _____℃ 血圧 _____ / _____ 脈拍 _____

再検 _____

(1) 今日頑張る事 _____

(2) 今日行ったこと _____

集団体操・個別リハビリ・ストレッチ・筋トレ・目標予防
経路予防・障害予防・転倒予防・口腔体操・着の練習
ひも結び・字の練習・足こぎ・腕振り・アクトステップ
自主トレ・その他 () _____

(3) 上手にできたこと / 難しかったこと _____

令和 年 月 日 ()

バイタル 体温 _____℃ 血圧 _____ / _____ 脈拍 _____

再検 _____

(1) 今日頑張る事 _____

(2) 今日行ったこと _____

集団体操・個別リハビリ・ストレッチ・筋トレ・目標予防
経路予防・障害予防・転倒予防・口腔体操・着の練習
ひも結び・字の練習・足こぎ・腕振り・アクトステップ
自主トレ・その他 () _____

(3) 上手にできたこと / 難しかったこと _____



目標を達成することだけが目的ではありません。
目標に向かって頑張る過程を段階的にスタッフと一緒に考え、実行していくことで、「自律した生活」への自信に繋げて行きましょう！



訪看・訪リハ

ゆきよし通信



こんにちは！ゆきよし訪問看護ステーションの看護スタッフです。
(左：管理者三ツ尾、右：坪川看護師)
コロナ禍の中、直接お会いする機会が減っており、まだ顔を知らない方もいらっしゃると思います。このゆきよし通信を通して知って頂ければと思い、自己紹介の場をいただきました。

当事業所では、『あなただけの心と身体のおオーダーメイドケア』をモットーに訪問させて頂いています。患っている病気を始め、個人で抱えている悩みもまた個別性があります。私たちは病気だけでなく、心にも寄り添ったケアを心掛けています。

管理者：三ツ尾尚美

大学病院で9年働き、ここにやってきました。『治療する場』とは違う『在宅生活』を支えていく事の難しさを感じながらも、やりがいを持って訪問させて頂いています。皆様に笑顔になってもらえるよう頑張りますので、宜しくお願い致します。

看護師：坪川祥子

地域包括病棟で約5年働いていました。送り出す側から迎え入れる側に変わり、日々在宅看護の難しさを感じています。『その人らしさ』を大事に、在宅で生活ができるように支えられるよう精一杯頑張りたいと思います。宜しくお願い致します。

■ご利用案内

ゆきよし訪問リハビリテーション

TEL 025-382-1005

ゆきよし訪問看護ステーション

TEL 025-384-0206

ホームページ
はこちら →

