



メディケア別府 通所リハビリ テーション

平成 25 年 5 月 24 日

リハビリ室より

メディケア別府通所リハビリテーションのリハビリ室です。こちらのリハビリの特徴は、『とにかく運動！』です！！

高齢者は日々老化と戦っています。老化に打ち勝つ為には、少しずつでも運動を継続していくことが大切です。ですので、皆様のその日の体調を見ながら、必要な運動に取り組んでいただいています。

先日の朝日新聞の記事の紹介です。慢性腰痛の患者さんには、安静より運動が効果的で、マッサージの効果ははっきりした根拠がなかったと日本整形外科学会と日本腰痛学会が治療法の信頼度を治療指針にまとめたとありました。

私たちが今まで、腰痛の利用者さんに対し運動や体操を提供してきました。今回、学会から指針がまとめられたことで私たちのやってきた事が正しかったとお墨付きを貰ったような気持ちです。

運動は大切です。いくつになっても運動を続けましょう！

メディケア別府
通所リハビリテーション
で運動をしませんか！！

