



事業所より

「いつも笑顔で…」をめざして支援しています

# 生活協同組合ひろしま コープサービス山手 はいから坂



**床に足をつけて座る** 生活を続けることは大切

なぜなら、いくつ歳を重ねたとしても...

- トイレに座って排泄ができる! → オムツがいらない
- 椅子に座って食事ができる! → 誤嚥予防 おいしく食べられる
- 家庭浴槽で入浴ができる! → ゆっくり、のんびり
- 覚醒レベルが向上する! → 意欲につながる 認知症予防
- 下肢筋力を維持できる! → 立ち座りが楽になる
- 腹筋&背筋の筋力が維持できる! → 姿勢がよくなる

他にもたくさん!!

座ることは生活の中で当たり前前の動作ですが、とても重要な動作です。座ることが様々な日常動作につながります。私たちは10の基本ケアとして「座ること」を大切に考えています。

おごを引いている  
背もたれによりからず少し前かがみ。  
足の裏に体重をしっかりとのせると月歯に刺激がいき、意識がハッキリします。  
足裏が床に接している

ズッコケ座りと言われる姿勢では、自分でご飯を食べることやトイレで足踏んばる立ち上がるのが難しくなります。  
背もたれに寄りかかり肩盤が傾いている。

機能体操中  
皆さん、にこやかに取り組んでいます。



椅子に座ったまま⇒  
入浴ができるリフト



本人の特性にあわせた  
手すりの工夫あり。



利用者：25人/日  
子育て中・介護中のスタッフ  
への配慮あり

肘当てのない椅子で  
「座ること」を大切  
にしています。

