



# ふれ愛の郷 リハビリ



今回はふれ愛の郷の職員さんにお話を聞いてみます！あれれ…？  
特養なのにリハビリの人がいるの…？

特養＝特別養護老人ホーム

そうなんです！特養にリハビリの職員がいることは珍しいことだと思います。他の特養では看護師や鍼灸師などリハビリ職以外が機能訓練指導員として働き、体操や訓練をしている場合があります。

ふれ愛の郷では理学療法士という専門職が機能訓練指導員として働いており、利用者の身体の管理や体操、職員への介助指導を行っています。

ふれ愛の郷のリハビリは直接的な訓練が終了した後もご本人の力をさらに発揮できるよう、注意点を介護スタッフに伝えて、さらに身体機能の維持・向上に努めています。ご家族からはご利用者の変化を感じ、「歩けるようになったの？」「声を大きく出せるようになったね！」「車いす自分で漕げるようになったの！？」等の嬉しいお言葉をいただくことが多々あります。

入居者だけではなく、ショートステイをご利用の方にもご希望がありましたらリハビリを行うことができます！実際にショートステイ中にリハビリを実施するだけではなく、ご自宅に戻った後にも困ることがないように、ご自宅の環境を確認した上で福祉用具のご提案をさせていただいたケースもございます。

最後に、これからも「ふれ愛の郷」のことを「ご本人らしく過ごせる場所」「ふれ愛の郷で暮らして良かった」と感じてもらうために、スタッフ一同協力していきたいと思っております！



# 夏バテ防止メニュー

Recipe

No. 01

## のりたま納豆ごはん



### Point

納豆は疲労効果に役立つアミノ酸を多く含み、暑さで低下した体力を回復させる効果があります！

### 材料（2人分）

ごはん	300g
豚ひき肉	50g
玉ねぎ	70g
人参	20g
サラダ油	小さじ1
ひきわり納豆	40g/1パック
錦糸卵（炒り卵でも可）	30g
刻みのり	2g

★調味料は下段参照

### Cooking Instructions

- ① 玉ねぎ・人参をみじん切りにする
- ② 熱したフライパンにサラダ油を引き、豚ひき肉・玉ねぎ・人参を炒めて調味料〈醤油（小さじ1）・みりん（小さじ1/2）・料理酒（小さじ1/2）・おろしにんにく少々・おろししょうが少々〉を加える
- ③ ②を冷ましている間に錦糸卵を作る
- ④ ②が冷めたらひきわり納豆と合わせる  
⚠️ 温かい状態で合わせると納豆の匂いがキツくなります
- ⑤ ごはんの上に④→錦糸卵→刻みのりの順番でトッピング
- ⑥ できあがり♪