

# 自主トレメニュー作成



患者様に向けて自主トレメニュー表を作成しました。それぞれの患者様に合わせてストレッチや筋トレ、呼吸リハや脳トレ等作成し、お渡ししています。

入院中のリハビリの介入には時間的な上限があり、それぞれの疾患により一日のうちに介入できる単位数が決められています。リハビリの時間はもちろんですが、リハビリ以外の時間にも患者様の心身機能の回復に関わっていけたらと思います。

この自主トレメニュー表を活用して頂き、より早期の退院支援を目指していきたいと思えます。