



La Chic Alé



hokofu

**Vol.04**

**FREE**

# La Chic Alé × Hokofu

**magazine**

あなたラシク、  
ホコレル  
自分を目指して。

**ケアマネージャー様必見！**

## 第1回セミナー報告

『脳卒中回復の考え方～脳科学的解釈とゴール設定～』  
これからのリハビリで必要な事とは？  
これからのケアマネージングとは？  
参加できなかったあなたにも分かるレポートを大公開！

介護予防事業  
ホコイイ話・あなたらSCENE!!  
ご挨拶他



## 訪問リハビリ



おうちでリハビリ  
ラシックアーレ

入院予防に！  
お口が元気だとイイ事いっぱい！  
at La Chic Ale!

### 介護予防事業 ～口腔機能向上～

おさらい

ラシックアーレでは二次予防「わくわくシニアクラブ」(熊本市通所型介護予防事業)の運動器機能向上と口腔機能向上を始めています。今回は、口腔機能向上事業をご紹介します。

#### 口の働きて、食べる事だけだと思いませんか？

口の働きにはおいしく食べる、安全に食べる、飲み込む、しゃべる、力を出す、平衡感覚を保つ、呼吸するなど様々な機能があります。

ラシックアーレでは、言語聴覚士(ST)がこれらの機能評価をひとりひとり個別に行い、その方の状態に応じたトレーニングを実施します。

また、口の周りのみの機能だけでなく、呼吸筋強化による持久力向上や肺炎予防に対するアプローチも実施します。さらに**体幹筋の緊張を整える**ことにより姿勢改善を図ることで、咀嚼や発声機能の向上も目指します。

#### 参加者の声

ムせるのは、歳をとれば仕方ないと思っていたけど、予防策を教えてもらったので、家でも続けていきます！

口のことは、ほとんど考えた事ありませんでした。色々な新しい事を知り、良い勉強をさせてもらいました。

口が乾くのが悩みでしたが、お口の体操と、唾液のツボで、良くなりそうです。



固いものが食べにくくなりましたか？

お茶や汁でムせることがありますか？



リラックス～♪  
…ハイ力入れて!!

場所: ラシックアーレ本部  
熊本市南区平田2丁目20-8  
日時: 毎月第1・3木曜日  
14:00～16:00

担当: 新垣まで!  
まずはお気軽にお電話を!  
☎ 096-288-2778

参加者募集中!

送迎可能校区

日吉、日吉東、田迎、田迎南、御幸、川尻、力合、城南、春竹、向山、本荘、古町、春日、白坪

## あなたなら SCENE!! シーン

理学療法士: 田中聖也

先日、利用者様(以下A様)とそのご家族様と一緒にランチを食べに行きました。そのランチをした場所はご自宅ではなく、某ホテル最上階のレストランで熊本城が一望できる特等席です。



...これぞ生活期!  
ワンシーン  
の一場面でした。

### また、あのレストランに行きたい。

遡ること数ヶ月前...この方はベッド上で日中を過ごされ、活動性も低く、当然ながら耐久性もない方でした。

訪問リハの介入がスタートしたのはいいものの、当初はリハ拒否もあり、なかなかプログラム実施も上手くいかないこともありました...

その中、会話でA様が昔よく行かれていたレストランの話題になり「またあのレストランにいきたかあ」とのこと。

そんなこんな会話の中から本人様の意欲や活動性を高められるのではないかと考え、リハビリプログラムを組み直しました。

目標は「そのレストランで食事をする!」その目標を達成するため、ケアマネージャー、施設スタッフ(A様は施設に入居中)、ご家族様のバックアップもあり、この日を迎えられることが出来ました。

A様がお元気なときに行かれてた全く同じレストランではなかったのですが、ここから見える熊本城の景色は同じだったようで感激されていました。みたいで、涙を流されていました。

株式会社(ラシックアーレ)

代表取締役 理学療法士 米村 昌洋

ご挨拶

ラシックアーレは、今年で4年目に突入します!  
これまで夢中で突き進んできたように感じますが、振り返ってみると、私たちが支えて頂いた方々のお陰でここまでやって来たのだと改めて感じます。

ご利用者が出来る限りおうちで生活できるように、また、予防事業にも積極的に取り組み、いつまでも楽しく生活できるように、私たちが出来る最良のものを精一杯提供していきます。

今後ともよろしくお願いたします!

お気軽にお問合せください!

おうちでリハビリ ラシックアーレ

http://www.la-chic-ale.com

本部 : 〒860-0828 熊本市南区平田2-20-8  
tel 096-288-2778 fax 096-288-2343

サテライト : 〒862-0920 熊本市東区月出2丁目4-41-2F  
tel 096-288-4271 fax 096-288-2343

おうちでリハビリ  
ラシックアーレ

0120-987-392

パーソナルトレーニング

WALK-RUN PROJECT

体型が  
みるみる変化!!

筋肉痛  
ほぼなし!!

# 2ヶ月で-8kgの実績!

たったの

週1回、1時間の  
トレーニングだけで...

- ・おもしろい程、体型がスリムに!
- ・気になる姿勢が改善!
- ・基礎代謝が上がり太りにくい体に!
- ・短期間で効果が出るので経済的!
- ・腰痛など体の悩みまで改善



結婚式までに  
痩せたい!!

ブライダルプラン・  
ファスティングプログラム!

とにかく  
すぐ痩せたい!!

理学療法士が  
専属トレーナーに!

アスリート・スポーツをされる方・キレイになりたい方・体力に衰えを感じる方・身体に不安をお持ちの方へ

パーソナル  
トレーニング  
始めませんか



パーソナルトレーニング



徒手リラクゼーション(ほぐし)



足反射区療法(足つぼ)

こんな方へ...

- ・確実に痩せたい
- ・試合に勝ちたい
- ・疲れをとりたい
- ・マラソンに出たい

姿勢制御  
インソール作成

- ・歩行や姿勢に変化
- ・立脚の安定性を向上
- ・アーチ形成技術を採用



ニューバランス  
シューズ  
フィッティング



new balance

WALK-RUN PROJECT

〒862-0920 熊本市東区月出2丁目4-41.1F TEL 096-234-6636

詳しくはHPへ!

<http://walkrun-project.com>

ウォークラン 熊本

検索

Y'sGroup

SENSTYLE  
KEEP THINKING

株式会社SENSTYLE  
〒862-0920  
熊本市東区月出2丁目4-41.2F  
TEL 096-234-6661 FAX 096-234-6651  
<http://www.senstyler.com>

医療情報サービス

- ✓ セミナー事業
- ✓ 出版
- ✓ web戦略の立案
- ✓ 起業家支援
- ✓ 講師業

改善&回復 歩行リハビリセンター  
hokofu  
FITNESS & REHABILITATION

株式会社ISIGN  
〒862-0920  
熊本市東区月出2丁目4-42  
TEL 096-234-6650 FAX 096-234-6651  
<http://www.hokofu.com>

次世代型デイサービス

熊本県指定居宅サービス事業所 介護保険事業所番号:4370109482

- ✓ 歩行リハビリ
  - ✓ フィットネス
  - ✓ DNA分析
  - ✓ 睡眠アプローチ
- (自由参加型)

WALK-RUN PROJECT

ICHIRYU-PROJECT  
〒862-0920  
熊本市東区月出2丁目4-41.1F  
TEL 096-234-6636 FAX 096-234-6651  
<http://walkrun-project.com>

パーソナルトレーニング

- ✓ パーソナルトレーニング
- ✓ インソール作成
- ✓ ニューバランスシューズ  
フィッティング
- ✓ リラクゼーション
- ✓ ダイエット
- ✓ 足つぼ
- ✓ 睡眠への取り組み

La Chic Ale  
ラシックアール

株式会社SHIFT  
本 部 : 〒860-0828 熊本市南区平田2-20-8  
tel 096-288-2778 fax 096-288-2343  
サテライト部 : 〒862-0920 熊本市東区月出2丁目4-41.2F  
tel 096-288-4271 fax 096-288-2343  
<http://www.la-chic-ale.com>

訪問リハビリ・看護

熊本県指定居宅サービス事業所 事業所番号:4360190591

- ✓ おうちリハビリ
- ✓ 療養上のお世話
- ✓ 介護支援・相談
- ✓ 日常生活の看護
- ✓ 医療的処置
- ✓ アロマ・睡眠

Y's Group代表 国中 優治 保健学修士・理学療法士・クリエイティブ・ディレクター 株式会社SENSTYLE(代表取締役)・株式会社SHIFT(代表取締役会長)・株式会社ISIGN(代表取締役)・ICHIRYU-project(代表)・元九州中央リハビリテーション学院非常勤講師

26年 セミナーのご案内!!

いつもお世話になってます!  
ケアマネージャー様向け  
無料セミナー! 実施予定

1/24 (金)  
セミナー:  
ホコル・ラシックアール  
山田実先生  
「高齢者のトレーニング」  
~ケアプランへの活かし方~

2/8 (土)  
大イベント!!  
ホコル・ラシックアール  
転倒予防教室  
来場者の身体機能を  
検査します。  
自分の身体の状態を把握する良い機会です。

3/7 (金) 予定  
セミナー:ホコル  
「増加する脳卒中  
の若年化」  
~その方針と取組について~

詳しくはスタッフへお気軽にお問合せください!

FM79.1 熊本シティエフエム NOW ON AIR!!

ホコルの FM79.1「ロッキンレディオ!」出演中  
ホッコリRADIO!!

ホコルの「今」を月1で放送中!  
ホコルのホームページからもご覧いただけます! <http://www.hokofu.com>