



Gunma TOWN介護

Town-Kaigo

群馬の介護のこころ

VOL.23
2018
12月号
FREE

【社】 公財) 県立研究開発推進基盤施設 介護老人保健施設アルゴース

「この町で暮らし続ける」を支える
～病院・施設・在宅における連携～

介護施設ガイド
介護施設の求人情報

アンカンミンカンが体験

：数まない・愛わない・聞けない! 健康マージャンでいつまでも元気に

後ブレジール×カーサ・デ・ヴェルダ鳥次

：「自分の足で100歳まで歩く」をサポートするEMS

群馬トリバット

：福祉車輦を見て・触れて・体験できる充実のフェルチャーステーション

群馬第一興産×ニコットきらきら

：「カラオケ侍魂」歌と舞踏の力で高齢者の生活環境向上を目指す

群馬新介護福祉士会

：11月11日は介護の日 介護が業界の質を高める取組に

群馬県立栄養中央高等学校

：全国介護技術コンテスト 優秀賞を受賞

RUN伴+くま

：10月17日～19日開催 認知症になっても安心して暮らせるくまへ

コラム

：緩和ケア高田診療所/高田裕平 緩和ケアの展開

：美オグラコーポレーション/小倉五礼 共生型(介護×障害)サービス

<http://townkaigo.co.jp>

株式会社/ブレジール エキスパート・ヴェルダ鳥次



後ブレジール×カーサ・デ・ヴェルダ鳥次
鳥次 登坂好正

群馬トリバット 体験ステーション
鳥次 神成俊福

「自分の足で100歳まで歩く」をサポートする インナーとアウターを同時に鍛えるEMS



EMSCANの活用

高齢者の身体機能の低下は、歩行能力の低下や、転倒リスクの増加、生活の質の低下など、様々な問題を引き起こします。その中でも、歩行能力の低下は、高齢者の生活に大きな影響を及ぼす要因の一つです。歩行能力を向上させるためには、筋肉を鍛えることが重要です。その中でも、インナーとアウターを同時に鍛えるEMSが、効果的な方法として注目されています。

EMSは、電気刺激を用いて筋肉を鍛える方法です。インナーとアウターを同時に鍛えることで、歩行に必要な筋肉をバランスよく鍛えることができます。また、EMSは、痛みや怪我のリスクを軽減し、安全に鍛えることができます。さらに、EMSは、自宅で簡単に利用できるため、高齢者の生活に大きなメリットをもたらします。

「自分の足で100歳まで歩く」をサポートするために、EMSを活用しましょう。インナーとアウターを同時に鍛えることで、歩行能力を向上させ、高齢者の生活をより豊かにしましょう。

こんな方に活用してほしい

歩行能力が低下している方
転倒リスクを軽減したい方
自宅で簡単に鍛えたい方
痛みや怪我のリスクを軽減したい方
生活の質を向上させたい方

活用した後のメリット

歩行能力が向上する
転倒リスクが軽減する
自宅で簡単に鍛えられる
痛みや怪我のリスクが軽減する
生活の質が向上する