

転倒リスク検査について

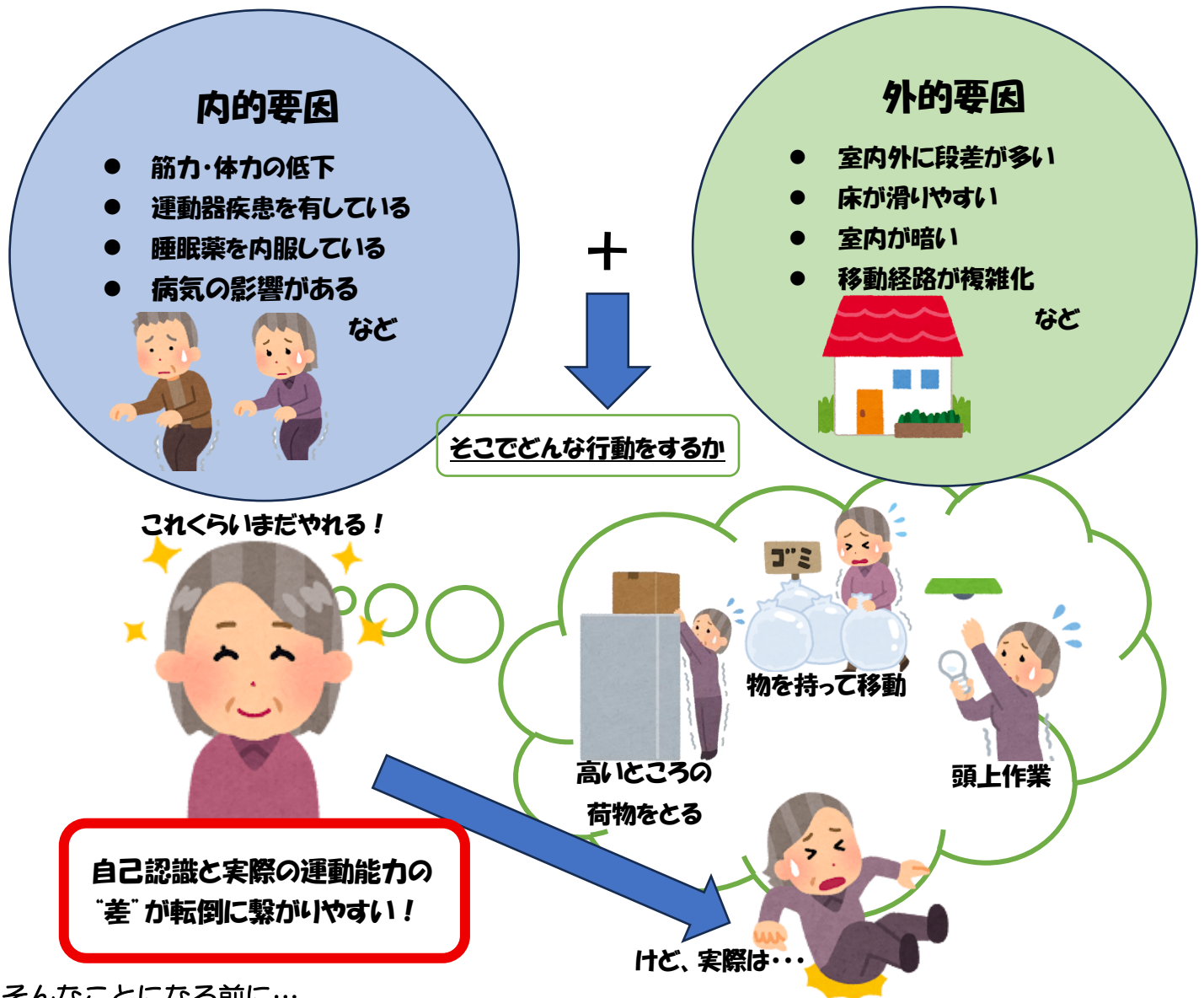
〇〇 〇〇様・ご家族様

練馬区立 東大泉デイサービスセンター

東大泉デイでは、半年に1度全員を対象とした体力測定を実施して参りました。令和8年3月の閉鎖に伴い、定期的実施する測定機会は最後となります。そのため、今後のご自宅での生活において、転倒に対する注意意識を持って頂くべく、どのように結果をお示ししたら理解して頂きやすくなるかと考え、今回の様な測定結果のお知らせを作成致しました。今期は令和7年8月と10月に実施しその意識の変化にも注目して行いたいと考えています。

★そもそも転倒リスクとは…

転倒の要因には大きく分けて2つの要因があるとされています。



そんなことになる前に…

今回はその自己認識と運動能力の差に注目した転倒リスク検査を作成してみました。転倒は何気ない生活の中で起こり得るものですが、骨折やケガなどに繋がり動作不能となると体力・能力の低下は一気に進行します。今回の測定結果を基に運動能力・自己認識について現時点での正しい知識を持ち、転倒などに備える生活を送るようにして頂ければと思います。