

ベッドから離れて

住宅型有料老人ホームへ入居されている利用者さんです。施設の職員よりリハビリの提案を受け、訪問リハビリが導入となりました。普段はベッド上で過ごしていらっしゃいます。訪問リハビリで、少しずつベッドから車椅子へ移る時間を設けると、今までベッド上では見られなかった表情や言動が見られました。ご家族のアルバムを自ら捲って眺めたり、笑顔もたくさんみられるようになりました。

身体を起こし自らの反応がでてくると、その方の「らしさ」が見えてきて、私たちも嬉しくなります。ベッドの上で見える景色はいつも同じですが、車椅子に移るだけで、目に入る世界はぐんと広がります。もちろん、身体にも良いことだらけです。手足や首も動かしやすくなり、お尻で体重を支えるため、筋肉や骨も強くなります。もちろん少し疲れますが、全身の循環も促通され鍛えられていきます。

春先には屋外へ出ていけることを目標に、リハビリを続けていきます。



リハビリ新聞



2023年
1月27日
第45号

自主練習を勧めています！

入院中のリハビリ以外の時間もメリハリのある生活を送って頂けるよう、患者さんに自主練習を勧めています。

また、運動習慣を獲得する事で退院後も身体を丈夫に保つことが出来ます。



お尻上げ (ブリッジ)

膝を90°に曲げてお尻を持ち上げる

回数：20回×2セット

時間：朝・夕の布団の上で行う



腹筋運動

膝を曲げた状態から頭を上げる
手をお腹にのせる

回数：20回×2セット

時間：朝・夕の布団の上で行う

患者さんの身体の状態に合わせて自主練習のメニューを作成しています。

“FUS”とは？

当院で行っている最先端の
“ふるえ(振戦)治療”です！
詳しくはQRコードから！！



注意機能を鍛えましょう！

事故に直接つながる危険のある「注意機能」は、必要な情報を「選択」したり、視点を「切り替え」たり、「多方向へ」同時に注意を向けたり、集中を「持続」させたりと、複雑な処理を必要とします。トレーニングの一部を紹介しますので、ぜひやってみてください。

問題 以下の文から「あ・い・う・え・お」を探し○をつけましょう。

わたくしはそのひをつねにせんせいとよんでいた。だからここでもただせんせいとかくだけでほんみょうはうちあけない。これはせけんをはばかるえんりょというよりも、そのほうがわたしにとってしぜんだからである。わたしはそのひのときおくをよびおこすごとに、すぐ「せんせい」といいたくなる。ふでをとってここちもちはおなじことである。よそよしいかしらもじなどはとてもつかうきにならない。

答え：全部で○は22個

豊田えいせい病院 診療技術部

回復期リハビリ科	TEL：0538-34-6123	FAX：0538-34-6231
療養リハビリ科	回復期リハビリ科と共通	
包括リハビリ科	回復期リハビリ科と共通	
通所リハビリ科	TEL：0538-34-6223	FAX：0538-34-6222
訪問リハビリ科	TEL：0538-34-6137	FAX：0538-34-6231