

代々木病院の理念

ヒューマニズムにもとづく医療・介護の実践

くらしと健康

No. 620 1部60円 友の会会員は会費に含まれています 発行 東京勤労者医療会代々木病院 院長 河邊 博正 〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷1-30-7 TEL 03(3404)7661 http://www.tokyo-kinikai.com/foyogi

通所リハビリの取り組み



午前中に行っている身体リハビリ（体操）の様子

通所リハビリとは… (以下、通所リハビリ) は、普段は自宅で生活を送っている要介護者・要支援者が、より自立した日常生活ができるよう支援するサービスのひとつです。通常「リハビリ」というと、事故や病気が原因で失われた身体機能を回復させるために行う



代々木病院 通所リハビリ 理学療法士 皆川浩章

訓練のようなもの、入院されている方のリハビリと考えられることが多いと思いますが、通所

リハビリは自宅で生活している方に対するリハビリです。「家で生活しているのだからリハビリなんて必要ないんじゃないの?」と思われるかもしれませんが、しかし、老化による身体の機能低下や、転倒による受傷を防ぐためにも、通所リハビリは大切な役割を担っています。

また通所リハビリでは

全人間的な復権を大切に



この日の午後は利用者さんのピアノ伴奏で童謡の合唱



午後の貼り絵の様子。頭や指先を使うリハビリです

「膝が痛い」、「楽に歩けるようになりたい」など利用者さん、それぞれの訴えに耳を傾け、少しでもお手伝いできるような努力することも大事な役割となっています。何気ない会話や、送迎の際にご自宅を見ることが、利用者さんの小さな問題点にも気付く事が大切です。実際には、なかなか簡単ではありませんが、日々の勉強と試行錯誤を積み重ねています。

「全人間的復権」の概念

さて、ここまででは身体の機能や動作についてのリハビリのお話しをしましたが、リハビリは身体機能ばかりを対象にして行うものではありません。身体に対してのみ行うイメージの方は驚かれるかもしれませんが、日本ではリハビリテーションとは「人間らしく生きる権利の回復」すなわち「全人間的復権」という訳語が最も適当といわれており、とても幅広い概念を含んでいます。単に身体の機能回復だけにとどまらず、その人が心身ともに、いきいきと明るく、自分らしい生活を送ることができ

きるようにサポートすることを含んでいます。社会とのつながりを保つことの大切さ 例えば一人で家にも行かない方が、通所リハビリに通っていただく事は社会とのつながりを保つてもらうことにもなり、社会的生活を送るうえでとても大切なことです。 身体を使うリハビリと頭や指先を使うリハビリ

通所リハビリでは、午前中は身体のリハビリを中心に行っていますが、午後は様々なレクリエーションなども含む、様々な活動からご本人が希望するものを行ってもらうています。具体的には、前半・後半と約40分ずつに分け、前半は身体を使う歩行訓練・平行棒・風船バレーなどの体操を行い、後半は頭や指先を使うトランプ・花札貼り絵、合唱などを行っています。 貼り絵はとても熱心に行う方がおられ、レクリエーションの時間の他に空いた時間を使って制作を続ける方もいます。歩行訓練では普段、外を歩く機会が少ない方は「気持ち良い」ととても喜んで頂いています。あわせて、歩くことは全身の運動になるほか、頭の機能を維持することが期待できるという研究もあります。 自分らしくいきいきと

利用者さん一人ひとりが個別に行っているリハビリは、時間では週に20分〜40分と入院リハビリに比べるとかなり短いのですが、通所リハビリでは、個別のリハビリ以外にも、体操やレクリエーション、歩行訓練やゲームなどの時間を通して、心身ともに、自分らしく、いきいきと生活を送れるよう、サポートをしています。 見学など気軽にお問合せ下さい。代々木病院通所リハビリ03-3404-7608主任大池まで

千駄の萱

松元ヒロさん という芸人をご存知でしょうか。「ザ・ニュースペーパー」というコントグループの元メンバーで、現在はひとりりで活動されています。松元さんのネタのひとつに「憲法くん」というネタがあります。日本国憲法を擬人化し、ひとりの芝居にしたもので、憲法の大切さを平易に面白く、しかし力強く表現した良いネタです。ちょうどひと月ほど前の5月3日、世の中は新しい時代が来たとかばかりに新元号を歓迎するムードに沸き立っていました。だが、首相がテレビで改憲への決意を述べている報道を観て、憲法がないがしろにされていると感じ、松元さんの「憲法くん」を思い出しました。改憲の発議が現実味を帯びてきた今こそ、日本人ひとりひとりが、一体誰の為の憲法なのかということを考えておくべき時だと思えます。政府がどうであれ、我々国民が現憲法を変えたいのか変えたくないのか、どちらを選択するかに尽きる事なのだと思います。松元さんの「憲法くん」を題材にした映画「誰がために憲法はある」が東京の小さな映画館で上映されています。興味のある方は是非。

(た)