

フェアウィンドきの リハビリ通信

平成28年1月 VOL.3

いつもご利用いただきありがとうございます。

発行責任者:小松顕

今回は居宅課題解決型マネジメント（リハビリマネジメントⅡ）に取り組んだご利用者についてご紹介します。

コーラス参加をめざして

Aさんは脊柱管狭窄症による手足のしびれに悩まされ手術し、症状は改善されましたが入院生活により「歩くこと」の自信を失われたご利用者です。退院後外出の機会もなく、歩行能力が低下する恐れがありました。

そこで今回、「コーラスに行きたい」との希望を叶えるため、リハビリテーションマネジメントⅡ（居宅課題解決マネジメント）に取り組みました。



リハビリ会議

デイケアでは、歩行能力の向上を図り、下肢筋力、バランス、屋外歩行を練習しました。自主練習メニューを作成し、トレーニングに励んでいただきました。訪問リハビリでは、転倒予防を目的に練習しました。

取り組みから4カ月が経ちましたが、月に一度のリハビリテーション会議により課題や目標をご本人・ご家族、担当ケアマネ、施設スタッフとの連携により、杖を持ち、一人で歩いてコーラスに参加されるようになりました。ケアマネから夕方でも安心して歩けるように杖につける反射板を提案された時はリハビリ士として大変勉強になりました。現在は「買い物に行く」と新たな目標も生まれ、休憩しながらご主人とスーパーに行かれています。

道中の確認



Aさんからの一言

出来ることが増え、自信につながりました。一つできると、次にもやりたいことが生れます。次は「神社へお参りに行きたい」、「バスにも乗りたい」と思います。今までは、やってもらうことでみじめな気持ちになりました。今は、受け身から卒業できて良かったです。

集会所の段差確認



実習生が来ています！

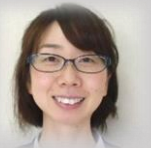
1月は作業療法士の学生2名、理学療法士の学生1名を受け入れています。今年も沢山の实習生を受け入れる予定です。医療や介護に関わる人材育成に努めたいと思っております。みなさんにご迷惑をかけるかもしれませんが、実習生を見かけましたらお気軽にお話ししていただければ幸いです。

スタッフ紹介

デイケア担当
本田聖乃(理学療法士)

京都に住み始めてもうすぐ10年になります。京都は四季折々の景色が楽しめる素敵な場所ですね。

その中でも私が一番好きなのは雪景色です。雪が降ると大変で困ることが多いですが、私はワクワクと心をときめかせています。最近、金閣寺の近くに引越したので、雪の金閣寺が見れることを楽しみにしながらこの冬を過ごしています。



訪問リハビリでのひととき

訪問リハビリで印象的だった、古田さんとの会話をご紹介します。

【小松】 マシンを使っていらっしゃるんですね。

【古田氏】 はい、最近買いました。

私はね、実は家にいるときの方が忙しいんです。朝は神様と仏さまにお供えして、部屋掃除、それから乾布摩擦と自主トレーニングしてます。全部すると1時間半かかります。ですから家の方がやる事が多くて、デイケアが私にとって休憩です(笑)。もちろんデイケアのリハビリやカラオケも大切ですし、皆さんからアドバイスしてもらおうので身につきます。



自主トレ中の古田さん



【小松】 古田さんは本当にお元気ですが、秘訣はありますか？

【古田氏】

私は自分の身の回りのことはすべて自分でやりたいと思っています。家族に頼ってしまうと、家族に負担がかかるでしょ。自分が本当にできない所だけヘルパーさんやデイケア、訪問リハビリにお願いしています。将来の“得”を考えると基本は自分ですること、これが元気の秘訣です。

訪問リハビリでは、
下鴨神社まで歩く練習
をしています

【小松】 将来の“得”ってどういうことですか？

【古田氏】

高齢者の一部には「やってもらわな損」と思っている方もいるようです。自分でできることを家族やスタッフに頼ってばかりいると、結果として自分が“損”をしていると思います。頼ってばかりいると自分では何もできなくなって、寝たきりになりませんか？ 将来取り返しのつかない“損”をしないためにも、自分のことは自分でやりたいのです。実際この歳でもどんどん元気になっていると感じます(笑)

これからの高齢社会、介護のやりすぎはいけないと思います。介護者も高齢者自身も少し考え方を变えて、将来の“得”ができる考え方をお勧めします。

今回、貴重なお話をいただいた御二人に心から感謝いたします。少しずつ課題を達成し“自分らしさ”を発揮している姿にとっても感動しました。

これからもみなさんと協力して、「地域で元気にいつまでも」をモットーに取り組んでいきます！

リハビリテーション科 小松 顕

フェアウインドきの

介護老人保健施設