

医療法人 芙蓉会 南草津病院

訪問リハビリテーション情報誌

みんなリハ

第 14 号
発行日 2015. 7

年が明け半年。新年度を迎えて3ヶ月が過ぎ、いよいよ暑い夏がやってきます。雨が続いた4月、火山の噴火や地震が心配された5月、梅雨6月。何となく暗いニュースが多いように思いましたが、皆様はいかがお過ごしになられていますか？4月に新たに立てた目標に向かって、ご自身の生活や思いはひろげられているのでしょうか。今月号では、皆様が日々ご利用されているサービスと私達が行っているチームとしての関わりについてご紹介させていただきます。

今年度のテーマは“ひろがるリハビリテーション”です。私たちスタッフはご利用者様の生活が様々な方向へひろがっていくように、これまでよりケアマネージャーや各事業所とあらゆる情報の共有を心がけています。その一環として、今年度より訪問リハビリの計画書を各サービス事業所に送ることで、訪問リハビリの目標や日々の注意点、介助時に意識して頂きたい内容などをお伝えし、皆様に対しての共通の認識・数か月後の姿の共有ができればと考えています。

☆例えば・・・

<input checked="" type="checkbox"/>	その他、共有すべき事項()
	移動・移乗時に転倒のないよう、近位見守りをお願いします。また、精神的な不安感などによって能力に大きな変化があるため、注意が必要です。 今後引き続き緊急時の対応について検討が必要と考えています。

上の図のように、事業所ごとに皆様と関わる時間やタイミングは違っても、注意するポイントや、目標をチームの共通認識として理解しておくことで、利用者様を中心としたチームが一丸となって同じ関わりが出来ればと考えています。

今年も夏がやってきます！
熱中症にご注意を！！

<p>涼しい服装</p>	<p>日陰を利用</p>	<p>日傘・帽子</p>	<p>水分・塩分補給</p>
--------------	--------------	--------------	----------------

「友人との再会」

前回のみなりハ4月号では、“ひろがるリハビリテーション”をテーマに、「自営業のお手伝いがしたい」という目標に向かって、リハビリに励んでこられたAさんをご紹介させていただきました。

私たちの思い描く“ひろがる”とは・・・現在の生活を見直すことから始めて、出来る活動を増やしたり、様々な場面へ参加していくことと考えています。

そこで今回は“ひろがるリハビリテーション”の観点から、〇〇市在住のBさんの事例をご紹介します。現在、Bさんはご主人とふたり暮らしで、週に2度の訪問リハビリを受けておられます。訪問リハビリ開始当初は、自分の身の回りのことをするのが精一杯で、家に閉じこもることが多かったようです。元気な頃はお食事会や習い事など、たくさんのご友人たちと関わっておられたようですが、病をきっかけにご自身から徐々にまわりと距離を置くようになってしまったようでした。

リハビリを始めた頃の目標は、「家事ができるようになりたい」と「家の中を歩けるようになりたい」でした。家の中を安全に伝い歩きできるように歩く練習を行いながら、少ない疲労で家事が行えるよう、椅子に座って家事を行ってもらいました。徐々に伝い歩きや椅子に座っての家事動作が定着してきましたが、庭先を歩くこと、とくに家の敷地外へ出ることに対しては強い抵抗感がありました。そこでリハビリでは焦らずゆっくりと、ご本人のペースに合わせながら庭先を歩くことから始めました。今では歩行器を使ってお一人でご友人宅を訪ねたり、ご友人たちと一緒に歩行器で喫茶店まで行ったりと、以前のように活動的になられています。最初は身近なことからスタートしましたが、現在ではご友人たちと外出するまでに至りました。ご本人曰く、「身体も変わったと思うけど、気持ちが前向きになった」と言っておられました。

実は、今年はじめ古くからのご友人たちのお食事会に数年ぶりに参加されたのです。現地までご主人に車で送迎してもらい、その先は歩行器で歩いて参加されました。今までは、なかなか行きたい気持ちが芽生えなかったようですが、ご主人の後押しもあり、久しぶりにご友人たちと食事を楽しまれたようでした。今から振り返ると、Bさんにとって、このお食事会への参加が大きな転機になったように感じます。その後、ご友人たちとの1泊温泉旅行や家族との温泉旅行、故郷での同窓会への参加など大きく生活範囲が変化したように思います。もちろん、そこにはご家族の理解や協力、良い意味での身体の変化もあったと思います。しかし、それ以上に精神的な面で大きな変化があったのではないのでしょうか。故郷の同級生に会うのは実に三十年ぶりだったようで、ご本人も大変喜んでおられました。

最初の目標は身近なことから始まりましたが、様々な経験を通して徐々に自信をつけ、身体と心に少しずつ変化をもたらした結果ではないのでしょうか。このようにご友人や地域との関わりは、“ひろがるリハビリテーション”のひとつのかたちと言えると思います。Bさんに今後の目標を伺ってみると、恥ずかしそうに「電車に乗ってみたい」と言っておられました。日々、リハビリに取り組んでおられる皆様も新たな目標に向かって、私たちとともに取り組んでみませんか。外出に限らず、どんな些細なことでも皆様の生活がより充実したものになるように、お手伝いできれば幸いです。

