

アーランブスリハ新聞

リハビリの効果は自分次第！

リハビリ
阿部太哉

A photograph of a middle-aged man with dark hair and a slight smile. He is wearing a dark zip-up jacket. He is holding up a white rectangular board with black and red Japanese calligraphy written on it. The board appears to be a hand-drawn sign or a piece of paper. In the background, there is a window with grey curtains, a wooden floor, and some furniture, suggesting an indoor setting like a restaurant or a shop. To the left, there is a partial view of another person and some blue and white striped fabric.

言うと、リハビリは決して受け身になつては効果が半減してしまうからです。あの長島茂雄元監督も、大病を患い、半身不随となつてしまつましたが、今では、人前に出てお話をできたり、歩けるようにもなえいました。おそらく、当初は、麻痺の具合から見ても、医師より車いすでの生活と宣告されたのではなかいかと思います。しかし、長嶋監督の不屈の精神で、一歩一歩リハビリをこなし、今では歩けるようになつていります。麻痺の程度から見ても、歩けることは本当に難しい状態だつたと思います。それを克服した長嶋監督は、さすが、ミスター長嶋！といった感じであります。その背景には、ご自身が良くなりたい！という目標を掲げて、自らリハビリを積極的

ら、ご自分でリハビリをがんばり、生き生きと生活されている方をたくさん知っています。それを考えると、リハビリは、利用者さんの頑張り一つで大きく変わるもんなんだなと考えさせられます。

ころんぶすれども、リハビリはなるべくご本人に頑張つていただけるようなサポートをしています。僕の方で、その方の目標を聞き、それに見合つたりハビリの自主トレーニングメニューを作ります。そして、それらをまとめて自主トレーニングメニュー表を作りお渡ししています。

この間、嬉しい報告がありました。リハビリの自主トレーニングメニューを毎日継続的に行っていた方が、3ヶ月継続できました。

継続できたことを祝い、僕から色紙をお渡

歩く時に降り出しが楽になつた」とお話ししされていました。リハビリの効果はリハビリの先生が治療を行つたからといって大きな効果が出るとは限りません。それよりも、ご自分でコツコツ毎日行つた方が、リハビリの先生が治療を行つた効果以上のが得られる場合が多いです。

なぜ自分でやつたほうが効果があるかと言ふと、「自分に必要だ」と思うことしか身にはつかない。」などと思ひます。

こんな想い出はありますか？学生時代、いくら勉強しても頭に入らず、テストの結果はいつも赤点で、何も身に付かなかつたことはありませんか？僕もあります(笑)。現場に出て、失敗して、自分にこの知識は必要だと感じで、始めて身に

のりハビリは、ご本人が心からやりたいと思うことを汲み取り、それに対してのりハビリをこちらからお伝えしています。その方が自然ですし、効果が高いように思います。ご本人自らやりたいと思えるようなりハビリのサポートを行い、「なんだか、いつもより調子が良くなつたような感じがするなあ。」と言つていただけるように、いつも心がけて、アドバイスサポートを行っています。阿部

ころんぶす西館空き状況		
月	火	水
×	1人	×
木	金	土
×	×	1人

リハビリを受けたい方優先です♪
ご相談はころんぶす西館へ(^ ^)