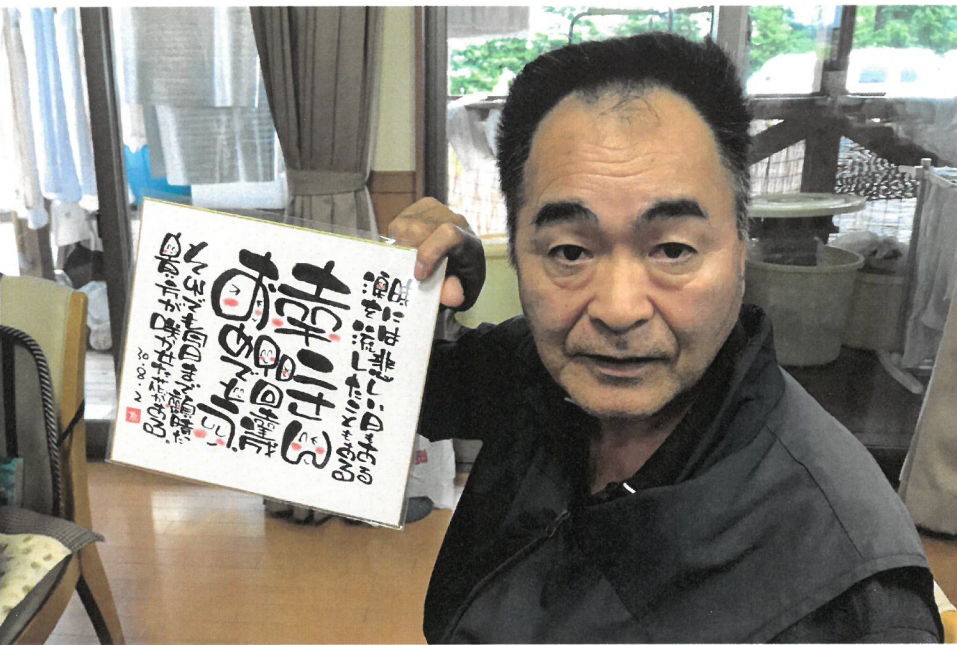


ころんぶすリハ新聞

リハビリの効果は自分次第！

リハビリ
阿部太哉



こんにちは、ころんぶす理学療法士の阿部です。

この間、嬉しい報告

がありました！ころんぶすでのリハビリは、主に自主トレーニングが中心です。何故かと

に進めて行った結果だと思えます。

僕の知っている利用者さんも、リハビリの先生の指導を受けながら、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のなのだと思えます。

ころんぶすでも、リハビリはなるべくご本人に頑張ってもらいたいというサポートをしています。僕の方で、その方の目標を聞き、それに見合ったリ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だけました。3ヶ月継続できました。祝い、僕から色紙をお渡し

したので、嬉しいですが、その時に、嬉しい感想をいただきました。『やっぱり3ヶ月続けると足がしっかりとってきて、歩く時に降り出しが楽になった』とお話さ

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っ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

った方が、リハビリの先生が治療を行った効果以上のものが得られる場合が多いです。

なぜ自分でやったほうが効果があるかと言うと、『自分に必要だと思ふことしか身にはつかない。』というこ

とだと思えます。こんな思い出はありませんか？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、何も身に付かなかったことありませんか？僕もありません(笑)。現場に出

て、失敗して、自分にこの知識は必要だ！と感じて、始めて身に付きます。やはり、人間は、必要だと思わない限り身にはつかないものなんだと思いま

す。なので、ころんぶすのリハビリは、ご本人が心からやりたいと思うことを汲み取り、それに対してのリ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ったような感じがするなあ。』と言

っていただけると、いつも心がけて、リハビリ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(〒)