

# ＊ゆきよし通信＊

平成30年7月1日 No. 6

## リハビリの目標って何だろう？

利用者様とお話していると「こんな身体になったから、特にやりたいことなんてない」という声をよく耳にします。しかし本当にそうなのでしょうか？  
今月はリハビリの目標について一緒に考えてみたいと思います。

Aさんの目標：マヒを治したい

【プログラム】  
関節運動、筋トレ、歩行練習など



少しずつ良くなっている気も  
するけど…リハビリのゴールは  
どこなのだろう??

Bさんの目標：腰痛を取りたい

【プログラム】  
マッサージ、ストレッチ、物理療法など



その時は良いんだけど、  
すぐにまた痛くなる・・・

新しい目標：片手で料理を作りたい

【プログラム】  
・環境の調整  
・片手調理用の  
釘付まな板を検討  
・模擬場面での  
調理動作練習

釘付まな板の例



野菜を固定できる  
ので切りやすい



料理が出来るようになりました！  
家族も喜んでます  
今度は何を作ろうかな♪

新しい目標：家族と旅行へ行きたい

【プログラム】  
・車に乗る姿勢を指導  
・歩行器の導入  
・自主ストレッチ練習

歩行器の例



歩行器を使用する  
ことで腰への負担を  
軽くする



家族と温泉に行けました！  
思ったほど腰も痛くなくて  
安心しました♪

歳を取っても、障がいを持って、工夫次第で出来ることは沢山あります。  
みなさんの「やりたいこと」をもとに、一緒に目標を考えていきましょう！！

★ 歩行器や福祉用具等の事はリハビリスタッフへご相談下さい ★



8月13日(月)～15日(水)の期間はお盆休みとさせていただきます。  
ご迷惑をお掛けしますがよろしくお願い致します。



ゆきよしクリニック 短時間通所リハビリ TEL: 025-382-3845