

# みなりハ



第2号  
発行日 2012. 6. 12

医療法人 芙蓉会

 **南草津病院**  
MINAMI KUSATSU HOSPITAL

## いよいよ梅雨ですね



近畿もそろそろ梅雨を迎えますね。少しジメジメとうっとましい時期になりますが、雨二モ負ケズという気持ちで、日々の生活やリハビリを前向きに取り組んでいけたらと思います。

さて、今回のコラムですが利用者の方から、新聞に掲載してもらえたらとお手紙を頂戴しましたので、ご紹介します。

私は五度の脳梗塞をわずらい右半身の手足、言葉に障害をおきました。障害をもって生きることの難しさを痛感しています。現在、訪問リハビリで言語療法を、通所リハビリにて歩行のリハビリを受けているのですが、通所リハビリの療法士の先生は大変厳格な方で「リハビリとは療法士にゆだねるものではなく

本人の努力や協力があつて初めて社会復帰がかなうもの。

リハビリはあなたのためです。頑張りましょう」とよく厳しい一言をいわれます(笑) 一方、言語療法の先生はどうかという、口優しく、かわいい顔なのに、やはりここでもリハビリは厳しい! ただ二人の厳しくも情熱的なリハビリのおかげで少しずつ力がついてきているのを日々感じていきます。以前のようにはいかないものの二人の療法士の先生と協力し、社会復帰をかなえたいと思っています。(栗東市 Sさん)

## みなりハ広場

今回は、草津市在住のBさんを紹介しします。

### 「外に出るとのこと」

Bさんは、二年程前に病院を退院され、現在旦那様と二

人暮らしをされています。

退院してすぐの頃は「特にやりたいこともないし、外にも出たくない」と生活に對し、消極的な気持ちを持つておられました。そんなBさんでしたが「力が落ちたら困りますね」との話から、食器洗いをすることと新聞を取りにいけるようになることを目標に、訪問リハビリを始めました。Bさんは足腰が弱いため、歩行器が必要なのですが、玄関の段差や扉の開閉など様々な練習を経て、一年程前から新聞を取りに行くことが日課となりました。また最近では、新聞を取りに行くこと以外にも外に出る機会が増えており、気候のことや庭に咲いた花のこと、近所の方と話したこと、何より「外に出られるようになってよかった」と笑顔で話して

くださっています。ある研究によると、外出を週一回以上する高齢者は、週一回以下の人に比べ、歩行障害になる危険性が四分一、認知症になる危険性が三・五分一、また

もともと歩行障害がある人でも外出機会が多いほど歩行能力が向上しているなど、外出することが人間の体や心に良い影響をもたらすとの結果が報告されています。Bさんを通じて『外に出る』ということの大切さを私たちも再確認することができました。今後もBさんが外に出られ続けられるようリハビリにて関わりたいと考えています。

