

第6回 脳卒中カフェを開催しました

ー失ったものを数えるのをやめ、残されたものを最大限に生かそうー

「パラリンピックの父」、「障害者スポーツの父」とされるリハビリの世界では有名なイギリスの神経学者、ルートヴィヒ・グットマンの言葉です。

脳卒中は命を落とす方は減りましたが、後遺症に苦しむ方は少なくありません。今まで当たり前にあった機能が突然失われたり落ちたりして、出かけるのがおっくうになったり、ふさぎ込みがちになったりする方もいらっしゃいます。当院では、悩みを抱える方やご家族が気軽に集まることができ、孤立しないように支援するため「脳卒中カフェ」を開催しています。

11月24日に「第6回 脳卒中カフェ」を開催し、5名の方に参加していただきました。

当日のプログラムは、ミニ講座「おいしく食べて楽しく暮らす～嚥下機能について～」(遠藤 言語聴覚士)、「健康体操」(石田 理学療法士)、参加者とスタッフが全員参加した「コップ・クレープ作り(紙コップで作れるミニクレープ)」の3本でした。

今回も国際医療福祉大学成田キャンパスから、理学療法学科、作業療法学科、言語聴覚学科の学生5名が駆けつけてくれました。ミニ講座では、誤嚥を防ぐためのポイントとして、飲み込みに適した姿勢、食事介助のコツ、食形態の工夫等について、丁寧に、わかりやすくお伝えしました。

健康体操では、ミニ講義の「嚥下」に関連付け、一人でできる誤嚥防止のための口腔体操を行いました。

コップ・クレープ作りでは、ホットプレートに薄く引いた生地少し焦げ目を付けたら紙コップに移し、各々で盛り付けしました。生地の厚さや裏返すタイミング、焼き加減がポイントですが、作る度に上手になりました。麻痺のある方や細かい作業が得意でない方も楽しく作ることができ、オリジナルのクレープができ上がりました。皆さんでおしゃべりや悩み相談をしながら美味しくいただきました。



真剣な眼差しで聞き入る参加者



「そろそろ裏返そうかな？」



素敵な盛り付け！ おいしそうです！

次回は **1月26(土) 15時30分**に当院、回復期リハビリテーション病棟訓練室で開催します。

(詳細はホームページをご確認ください)

脳卒中や脳梗塞になった方とご家族が対象です。

ご家族だけの参加も歓迎いたします。

ご興味のある方はぜひ、ご参加ください。