

第11回 リハビリカフェを開催しました

—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—

「パラリンピックの父」、「障がい者スポーツの父」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ることで、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「リハビリカフェ」を開催しています。



9月28日に「第11回リハビリカフェ」を開催し、11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「自助具について～自立した生活を目指す～」、健康体操「座ってできる太極拳」、レクリエーション「ボッチャ」、「悩み相談会」の4本でした。ミニ講座では、生活の中で使用できる自助具についてお話をしました。病院にある自助具や動画を用いて、使い方について分かりやすく説明しました。あまりなじみがないことから皆さん驚いており、生活の中で使ってみたいとの声もありました。恒例プログラムとなっている太極拳では参加者と周りの療法士を含めて一生懸命に取り組みました。今回は新規の方も多かったため、皆さんより一層、集中して行っていました。レクリエーションでは「ボッチャ」を行い、チーム対抗で競い合いました。どの試合も白熱しており、負けないように頑張っている様子でした。今回は6組中2組のチームが優勝し、とても喜んでいました。「悩み相談会」では各々の参加者が療法士と雑談をしつつ、退院後の生活やリハビリに関しての悩み事をお話しました。今後も外出目的の一環として、ぜひリハビリカフェを利用していただければと思います。継続して開催をしていき、多くの方と有意義な時間を共有したいと思います。

次回のリハビリカフェは、**2024年12月14日(土)**を予定しております。

(詳細はホームページをご確認ください) 日常生活に不便を感じている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。