

第1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。

12月4日に「第1回リハビリカフェ」を開催し、10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「リハビリが大切な理由」、健康体操では中国出身の理学療法士による「座ってできる太極拳」、「クリスマスリース作り」「クリスマスコンサート」「悩み相談会」の5本でした。ミニ講座では、脳卒中後の活動量減少に伴う、様々な身体状況の変化や効果的な運動方法についてわかりやすくお伝えしました。健康体操では太極拳の複雑で柔軟な動きに合わせ、皆さん必死に体を動かしていました。メインイベントであるクリスマスリース作りでは太い針金で輪を作り、大小様々な飾り付けを行いました。沢山ある飾りの中から「どれにしようかな？」と悩みながらも、クリスマスにピッタリのキラキラ輝くリースが完成しました。リース作りの後は、クリスマスコンサートとして、リハ医によるバイオリン演奏を行いました。皆さん美しい音色に真剣に聞き入っていました。最後に悩み相談会を行い、日頃感じている大変な事、リハ医療に対する期待、皆さんへのアドバイス等を話して頂きました。コロナウイルスにより約2年振りの開催でしたが、多くの方に参加して頂き大変有意義な時間となりました。



次回は2022年 **3月を予定しております。日付未定**
(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そのご家族が対象です。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。