

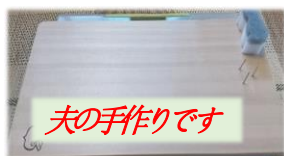
つながる Letter

第82号 令和8年8月発行



皆さんお元気ですか？ つながるに入社して7年目を迎える理学療法士の中村です。
8月に入り猛暑の日が続いていますが夏バテしていませんか？気象庁より2026年4月17日から正式に40℃以上の日を「酷暑日」として採用されましたが、余り酷暑日体験はしたくないですね（笑）。皆様も体調崩さないようにしてください。

今回ご紹介するのは、脳梗塞により失語症、右半身麻痺を患った50代女性（H様）のリハビリを令和2年から担当し、みるみるうちに元気なられましたのでご紹介させていただきます。車椅子中心の生活で短距離であれば四点杖使用し歩行可能な状態で退院されました。前向きな性格ということもあり、積極的にリハビリに取り組まれています。以前よりも歩行が安定し、今では国道21号線の横断歩道を歩行者用信号が点滅するまでに渡り切ることができるようになりました。そんなH様の生活の楽しみは外出や調理、趣味であるゲームです。麻痺があり利き手でない左手を上手く使い調理やゲームを楽しまれています。今回は調理、エスカレーターについてお伝えします。



夫の手作りです



こねこね中



釘を打ちつけたまな板に食材を刺し包丁でカットします。鶏肉のつくねに片栗粉をまぶしているところです。



おもしろ (笑)



大成功!

難易度の高いエスカレーターにバランスを崩すことなく利用でき、目的のお店に早く行けるようにもなりました。

2022年8月頃から料理を始め11月頃からレシピノート作成（現在4冊目に突入）。アルバム作りも行っており、料理の写真をカットする時は、手作りのまな板の釘に刺して切るなど、工夫満載です。

6年間H様の担当させていただき何事にも前向きに受け取り課題を幾つも克服してきました。ご紹介した調理も回数を重ねていくことでレシピが広がり食事を楽しむ時間が増えたそうです。エスカレーターの昇降も乗り降りの際バランスを崩しやすいのですが、イメージトレーニングやタイミングを図る等取り組まれ無事クリアされました。介入当初、ご本人様に将来の目標について伺ったことがあります。第一は自宅内で夫の介助を減らしたい。第二はもっと歩けるようになって夫とUSJに行きたいと話されていました。様々な努力により徐々に屋内で介助を受けることは少なくなり、2025年10月下旬USJに2泊3日の旅行にも行くことができました。今ではスーパー銭湯に姉と一緒に入浴を楽しむことも出来ています。これからも安心して生活が送れるよう支援していきたいです。

【脳トレ】

Q：クルマはひっくり返るとどんな形になるの？

—— 前回の答え ——

晴れた日にしか出てこないのに、暑い日はみんなが入りたがるものはなんでしょう？

答え：日影

つながる訪問看護リハビリステーション

〒502-0916

岐阜市西中島4丁目2番8 中日本アパレル1階

TEL 058-214-9077 FAX 058-214-9088

Email info@tsunagaru-kango.jp

HP <https://tsunagaru-kango.jp>

