

からだ 向き合う

地域理学療法とは？



笠間市立病院 理学療法士

ひろせ ゆうや
広瀬 裕哉

「理学療法」といえば、何を連想しますか。病院などで、運動や歩行訓練を行う姿をイメージされる方が多いのではないのでしょうか。しかし、理学療法士の活動は病院内にとどまりません。被災地・避難所への訪問、スポーツチームの帯同、施設や自宅で生活される方への在宅支援、また、近年では24時間テレビのチャリティー支援活動や行政との連携など、働く分野やフィールドは多岐に渡ります。

その中で私は、10代から100歳を超える方々の「生活の場」に訪問し、支援をさせていただく「訪問リハビリテーション」に従事しています。この分野では、住み慣れた地域や場所で自分らしく生活できるように、ご自身が主体となって動くことを大切にされた支援が求められていて、「地域理学療法」として位置づけられます。

もしかすると、何かしらの形でこの言葉、「地域理学療法」をお聞きになったことがあるかもしれません。

たとえば、「足が痛くて歩けないが、車いすを使ってでも自分でトイレに行きたい。でも車いすが使えるスペースがなく、トイレに行くことができない」、「タバコの影響で肺が悪く、会話をする程度でも苦しくなってしまうが、歩くことはできるため、少しでも外を歩きたい」、「麻

痺で体が思うように動かないが、掃除や洗濯、炊事などの家事を少しずつでも、できることから再開したい」、「認知症の家族の介護をしているが、気分がムラがあるため介助が大変。ベッドや車いすを借りたが、介助のポイントや本人に適した福祉用具などを知りたい」、このように生活に対する困りごと十人十色です。

私たちは、自宅という限られた環境下で、その方を取り巻く生活環境や介護する方への助言・指導を含めて、生活に即した訓練や関わりをするようにしています。

年齢を重ねても「住み慣れた場所で自立（自律）した生活ができること」を目指して、ご病気やお体・生活のことなど、お悩みがございましたら気軽にご相談ください。

皆さんの「自分らしい」生活を支援させていただきます。と思っています。



問 市立病院 TEL.0296-77-0034

かさま健活スタイル

6月の強化項目

おいしいをいつまでも！
『歯と口腔の健康』

月ごとの強化項目を取り入れて
自分のこころとからだにちょっといい健康づくり

6月4日から10日は『歯と口の健康週間』です。年に1回は歯科検診を受けましょう。忘れないように、自分の誕生日を目安に受診するのもいいですね。

問 健康医療政策課 TEL.0296-77-9145