

## 特集

# リハビリテーションについて聞きました！

～アンケート調査結果報告①～

皆さんはこの写真が病院の中に見えますか??

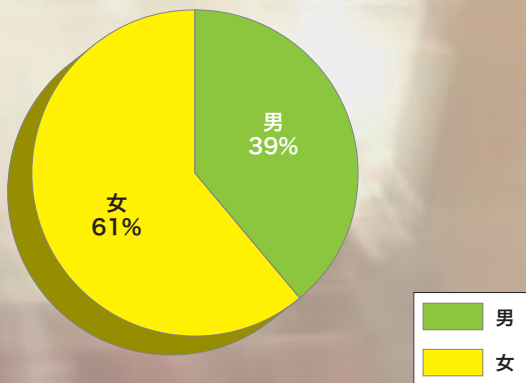
この写真は成人病センターリハビリテーション科の療法室にある和室の写真です。

体が元気な時は、寝返りや起き上がりは気にも留めない動作です。

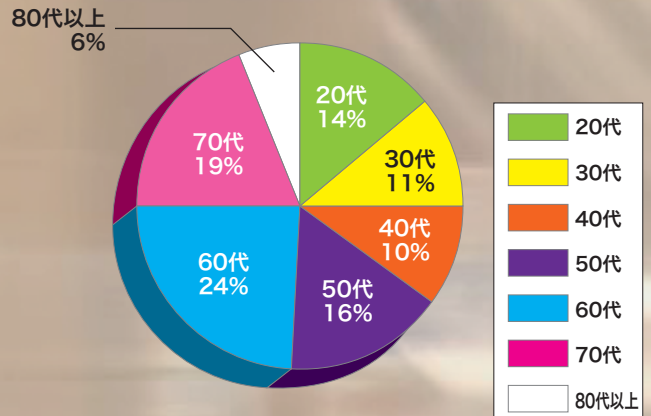
しかし、体にマヒなど不自由が生じるとその動作の難しさに改めて気づかされる事が多いようです。

体が不自由になっても元の生活の中で安全に動作が行えるよう、自宅生活を想定した練習ができる環境を整えています。

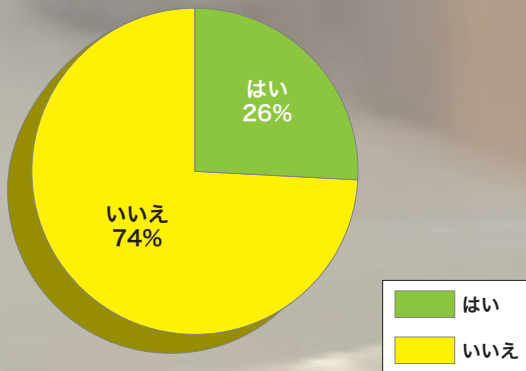
### 1. あなたの性別をお答えください。



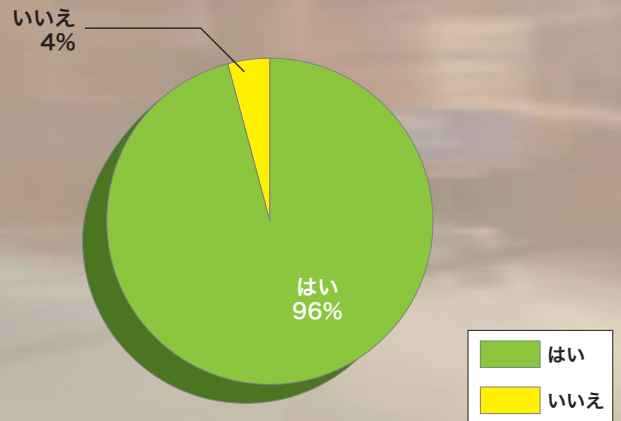
### 2. あなたの年齢をお答えください。



### 3. あなたは医療・福祉に関わるお仕事をされている方ですか？



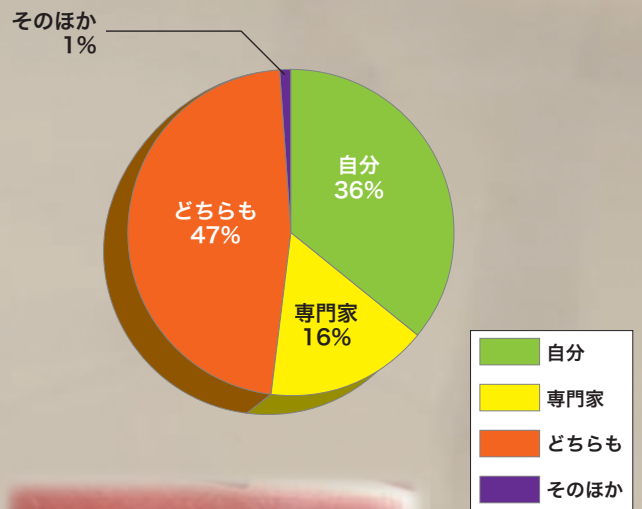
### 4. 「リハビリテーション」という言葉をご存知ですか？



### 5. リハビリテーションのイメージは？ (一部抜粋)

- ・機能を少しでも回復する為に行うもの。
- ・治療するもの。
- ・悪いところを治すこと。
- ・病院のリハビリ室で行うもの。
- ・家で出来ない運動をすること。
- ・体を良くするためのトレーニング。
- ・元気な頃の体に戻すこと。
- ・体をほぐすストレッチ。
- ・かたまっ筋肉を動かすこと。
- ・生活するための行為。生活復帰。
- ・日常生活の中で大切なこと。
- ・健康維持と健康管理。
- ・元気になるイメージ。希望。
- ・一日、一日、良くなるので楽しみ。
- ・大変、辛い、苦しそう。努力が必要。
- ・体が悪くなったら受けるものだから、かかりたくない。
- ・整形から脳から幅広い、一言では言えない。
- ・リハビリテーションの意味がわからない。
- ・大変な割りにお給料の安い仕事のイメージ。

### 6. リハビリテーションは誰がするものだと思いますか？



100人に聞きました!

# 『リハビリテーション』は

## 知って知るべき…。

皆さんは『リハビリテーション』と聞くとどんな事を思い浮かべられますか？

訓練、辛いもの、電気をあてること、病気を治すこと…等々。

実は、昨今このように『リハビリテーション』という言葉が様々な形で使われているため、専門家と患者の間はもとより、専門家同士でも一悶着する場面も見られています。

そこで、今回は成人病センター周辺にて100名の方に『リハビリテーション』に関するアンケート調査を実施しました。

アンケートを実施すると、「リハビリテーション」という言葉については、大半の方がその言葉を知っておられることがわかり、一般的に用いられる言葉である事がよくわかりました。

しかし、その言葉のイメージは予想通り大変、幅広いものでした。

「訓練や治療」、「生活の中ですること」、「楽しいもの」、「苦しいもの」、「辛いもの」、「そもそも意味がわからない」等々。しかし、その中から多くの方が共通して答えられている内容がたった一つありました。

「体が悪くなってから

行うもの」

このお答えが大変多く聞かれました。

また、「リハビリテーションは誰がするものか？」との問いには、「専門家」、「どちらとも」と答えた方を合わせると、半数以上の方が何らかの形で「専門家の関わり」を必要と考えておられる事が分かりました。

要するに、

「してもらうリハビリ」です。

今年度、県立リハビリテーションセンターでは、

「自分でするリハビリ」

を提案したいと考えています。これは、多くの方がリハビリは悪くなってから行うものという認識をもたれていますが、予防の意識をもつために、リハビリテーションは自分自身が主体性をもって行うものであるという認識を持って頂くことが重要ではないかということです。

専門家によるリハビリは、その方が目標を達成するための一つの方法ですが、あくまで自分自身が主体となることで病気を予防したり、重症化してしまうことが避けられるのではないのでしょうか。

## リハビリテーションの心を通して生活に和みを

滋賀県立リハビリテーションセンター 所長 藤原 誠

人々が生きている世界には、色んなことが、ちりばめられて存在しています。「滋賀県人です」とか「湖東の者です」のように。住処(すみか)をもって紹介されると、土地の風情や、人となりなど豊かなものを感じます。それは、人々の心に育まれた土地の風物や、生活を通して蓄積された土地特有のなごやかなものが、そこに、ちりばめられているからだと思います。

リハビリテーションという言葉に接する機会が多くなりました。リハビリテーションの過程は、生活への復帰が大きな課題になりますし、住む土地を無視して復帰はあり得ません。誰もが住み慣れた土地で生活が続けられればと願います。住み慣れた土地に住むことを支援するのがリハビリテーションです。

世界保健機構(WHO)は、「リハビリテーションは能力低下の改善のみでなく、高齢者や障がい者の社会統合の達成をも目指すもの」と定義しています。社会統合とは、社会の中にあるすべてのものを皆で分かち合うことです。社会には自然の恵み・芸術・文化のような心のなごみ、人と人の交流・働き・地域活動のような創造の喜びなどを感じることもできるたまものがあります。その地域社会に生きる方々、高齢の方も障がいのある方も、専門家もお隣さまもいっしょに、なごやかで豊かな生活を実現することが「リハビリテーション」の働きと私どもは考えています。



# 自分『再』発見

新しい年度を迎え、リハビリテーションセンターも新しい職員を迎えました。今回は、リハビリテーションセンター回復期病棟に新しく異動で来られた看護師の代表として齊藤紫(ゆかり)さんにインタビューをしてきました。

**Q1：リハビリテーションのイメージは？**

A1：3月まではリハビリテーションとは縁のない場所で働いていましたので、リハビリテーションに関する知識も薄っぺらいもので・・・。

**Q2：実際に業務に入られてからはどうでしたか？**

A2：今までの知識と技術だけではやっていけず、毎日ため息ばかりで夜も寝られず、食欲も落ちて口数も減ってしまい・・・。憂鬱な日が続いていました。

**Q3：現在はどのようにですか？**

A3：そんな時にある患者さんから言葉を頂きました。「いつも感謝してる。ありがとう。」と。それは、私一人に向けられた言葉ではなかったのですが、とても嬉しく感じました。自分は何もできていないと思っていた時だったので、「ありがとう」と言われた事で、今の自分の頑張りが報われたように思いました。

## 「ありがとう」は魔法の言葉

「ありがとう」は魔法の言葉、と以前読んだ本に書いてあったので、まさにそのとおりだなと思いました。すごく元気を貰えました。これから先、業務に慣れてきても素直に受け取れる自分でいたいなと思っています。そして、そんな言葉を誰かに受け取ってもらえるようになりたいです。



## ちょっとリハビリのご案内

\*どなたでもご参加頂ける催しを掲載しています

日時・場所	タイトル・内容
平成21年7月12日(日) 14時30分～15時30分 湖南省甲西文化ホール (滋賀県湖南省中央五丁目57番地)	<b>第24回滋賀県理学療法学術集会</b> 【市民公開講座】 「障がい者・中途障がい者の就労支援」 田中都共先生(雇用・支援センター) <お問合せ先> 甲西リハビリ病院リハビリテーション課 ☎ 0748-72-2881
平成21年7月26日(日) 11時30分～16時 滋賀県立障害者福祉センター (草津市笠山八丁目5番130号)	<b>障害者福祉センター開設20周年記念 第19回夏まつり</b> 川本勇ライブ、大道芸、特別支援学校の作品展示、福祉車輦、福祉用具の展示、イベント(模擬店・フリーマーケット)・大抽選会など盛りだくさん!! *詳しくは障害者福祉センターホームページまで
平成21年9月12日(土) 10時～16時 忍びの里プララ (甲南情報交流センター) (甲賀市甲南町竜法師600)	<b>甲賀地域での福祉用具展示会開催が決定しました!!</b> <お問合せ先> 滋賀県社会福祉協議会 福祉用具センター ☎ 077-567-3907 FAX: 077-567-3967

### 編集後記

今年度から情報誌の担当が情報誌発行以来、初の”男”になりました。なかなかきめ細かな紙面作りはできませんが、今年度は一般の方向けの情報誌である事を強く意識して発行していきますので、また読まれた方から記事に対するご意見・ご感想を頂けると幸いです。どうぞよろしく願いいたします。(編集担当：宮本)