



夏も本番となり、暑い日が続きますが、皆さん、元気にお過ごしですか？熱中症対策はできていますか？こまめな水分補給を心がけましょう！

さて、リハビリテーション科では、七夕や夏野菜の植え替えや収穫など夏のイベントを開催しました。その様子をご紹介します！と思います!!

七夕



日本の「たなばた」は、元来、中国での行事であった七夕が奈良時代に伝わりました。七夕は別名「笹の節供」「星祭り」といわれ、五節供の一つです。七夕の由来は、皆さんもご存知の織姫・彦星の星物語から始まります。

笹竹に短冊をつるして願い事を行うようになったのは、江戸時代からです。当院でもリハビリ室の一角に「笹の葉」をおき、患者さま方が作った七夕飾り、願いを込めた短冊を飾って季節感を演出してきました。

作品作りを通し、認知機能の向上や巧緻動作の向上、さらに他患者様と一緒に作成することで、社会性やコミュニケーションの賦活にも役立っています。



リハビリガーデン



毎年、リハビリガーデンでは畑で野菜の苗植えを行います。これは園芸療法の一環で、患者様自らが役割を持って植物の育成や収穫を行うことで、満足感や充実感が得られます。また精神機能が向上することで退院後の生活をより前向きにイメージすることができ、質の高いリハビリテーションへと繋がります。

今年は茄子とピーマンの苗を植えました。徐々に収穫も行っており、調理訓練として『みそいため』も作ったりしています。



機器紹介 ～超音波～

超音波療法は深部組織まで到達する周波数の超音波エネルギーを用いて、骨折部位の骨癒合促進や疼痛の緩和、可動域の拡大、創傷の治癒促進を目的に使用する治療法です。

今年の3月に導入されてから、可動域制限がある患者様や痛みがある患者様のリハビリで活用され、効果を上げています。

痛みが楽になった！
歩きやすくなった！



スタッフ紹介

産休育休明けのスタッフを紹介します。
今後ともよろしくお願ひします！



- ①名前
- ②部門



①早川美乃里
②リハ科 技師長
言語聴覚士



①山田智子
②リハ科副主任
作業療法士



①松橋果奈



①相川佳代
②リハビリ助手

自宅でできるリハビリ[夏バテ防止エクササイズ]



夏バテは自律神経の乱れが原因の一つとも言われています。夏バテになると食欲不振、全身倦怠感などが起こり、日常生活の妨げに繋がります。今回は自律神経のバランスを整える「呼吸エクササイズ」を紹介します。

①

手で胸が膨らむの確認しながら



胸の上に両手を置いて、胸が膨らむように息を吸い、その後吐きます。

②

手でお腹が膨らむの確認しながら



お腹の上に両手を置き、お腹全体が膨らむように吸い、その後吐きます。

イムス太田中央総合病院 リハビリテーション科

〒373-8513 群馬県太田市東今泉町 875-1 TEL0276-37-2378(代)