

◎向日市民憲章◎

- 1 住みよいまちを力を合わせつくりましょう
- 1 きれいな緑と水と空を守りましょう
- 1 働くよろこびと心のふれあいを大切にしましょう
- 1 すくれた教育と文化を育てましょう
- 1 明るいくらしと福祉のまちをきずきましょう

向日市
保健センター

リハビリテーション システムを設置



移動式歩行補助平行棒



姿勢矯正用鏡



歩行訓練用斜面および段



訓練用腰掛け

機能低下の回復を

高齢化社会が進むにつれて「脳卒中」「ガン」「心臓病」などの成人病が増えてきています。市では、「脳卒中」や老化などの理由で日常生活に不自由を感じておられる方のために、リハビリ相談やリハビリ体操をこの6月から実施することになりました。

機能訓練事業は、老人保健法に合わせ、本市保健婦の健法で医療以外の保健事業として実施が義務づけられており、本市ではこの6月から事業を開始することになりました。当事業は保健センターで実施しますが、事業開始に備え、地域医師会との協議や機能訓練機材の準備などな対策を立てていくことにしています。

リハビリ相談

具体的には、リハビリ相談

リハビリ相談は、医師・理学療法士・作業療法士および保健婦などがあたります。日常生活動作の訓練に関することから医療に関することまで、あらゆる相談に応じますので、利用しようと思われの方は電話で申し込みをしてください。

リハビリ体操

リハビリ体操については、リハビリ相談同様、脳卒中、骨折・関節炎後遺症・老化などで日常生活に不自由を感じておられる方が、体操をすることにより少しでも改善しようとすることを目的とするものです。体操は医療を終了された人で主治医の許可のある人またはリハビリ相談において体操を勧められた人にかぎります。

リハビリ器具の紹介

リハビリ相談やリハビリ体操に利用するために準備した器具を紹介します。

- ◇移動式歩行補助平行棒
- ◇歩行訓練に最も重要な器具で、歩行者が歩くときに両側から支える手すりの役割をします。使用する人の状況に応じて高さ、幅が自由に変化します。
- ◇歩行訓練用斜面および段
- ◇歩行応用動作の訓練初期に必要な器具で、ブロックが階段状に緩く並べられており一方は斜面になっていたり、この上を登ったり降りたりします。
- ◇訓練用腰掛け

立ったたり、すわったりする基本動作を高さの異なる部分を利用する器具です。

- ◇姿勢矯正用鏡
- 鏡に全身を写して正しい姿勢を作る参考にします。
- ◇足関節矯正板
- 硬くなったアキレス腱やふくらはぎを自分の体重を利用して柔らかくし、尖足を予防する器具です。



平野 章さん

たが、機能回復訓練にお得意の水泳を取り入れて自分自身のため、またファンや教え子のために再起されたことを読みました。

私も彼女の努力を見習って、リハビリ体操に参加し、何かをやればそれだけの効果があるということを実践してみたいと思います。



江藤 志朗さん

私は現在、通院しながら、自分でも機能回復の練習をしています。

しかし家庭で練習するよりは、多くの方が集まってお互いに励ましあい勉強しながら体を動かす方がより効果的だと思えます。そんな意味から、この企画に参加させていただきます。言葉が少し不自由なので同じ悩みを持つ方に会えればと思っています。

体操も、各自で、または家族の介助で来所できる方を対象としています。

体操の開始は6月26日(水)から、その後は毎月第2・第4水曜日、午前10時から11時30分までおこないます。

参加者の受講期間は一応6か月間を基準としますが個人の状況により引き続き効果の期待できる方は、期間を延長していきます。

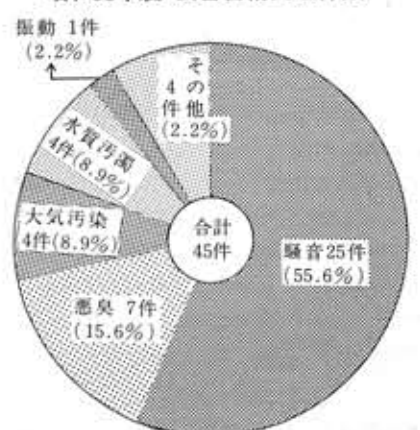
指導には体操指導員・保健師が担当します。

健康があたりませんが、体操開始前と終了後には血圧や脈拍の測定を行い一人ひとりの健康状態を確認することにしています。

また個人の健康観察により必要が生じたときは、主治医やリハビリ相談医と相談して進めますので、安心して参加していただきたいと思います。

なお申し込みは、健康管理課までご連絡ください。電話でも受け付けています。

昭和59年度 公害苦情受理件数



みんなでつくろう 静かな街を

最近、生活騒音問題が増えています。生活騒音は、ちょっとしたみんなの心づかいで隣近所に迷惑をかけるようにできます。あなたも身のまわり、日常生活をもう一度点検してみましょう。

