

- ◎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 すぐ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 広報

No.420

昭和63年1月15日

◎発行 向日市役所(京都府向日市寺戸町中野20)  
◎編集 秘書広報課 ◎電話 075(931)1111



## 健康相談 保健センター 定着したリハビリ

### 楽しく活動できる 場作りを目指して

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、リハビリ健康相談やリハビリ体操を実施していますが、3年目を迎えて、事業も市民の間に定着しました。

高齢化社会が進む中での成人病対策の一つとして、昭和60年6月からスタートしたリハビリ健康相談とリハビリ体操の機能回復訓練事業は3年目にはいり、利用者も増えてきました。この事業は、脳卒中や骨折、関節炎後の障害や老化による身体機能低下者を対象に保健センターで行われています。

リハビリ健康相談では、日常生活に支障を感じておられる方に機能の維持回復に必要な相談指導を医師、理学療法士、作業療法士が行っています。リハビリ体操では、関節ほぐしや体操を行っています。その中で、機能回復訓練が楽しく行えるよう、レクリエーションを取り入れ、紙粘土を使った工作や絵画

カレンダー作り、調理実習やクリスマス会、ゲートボール等を行っています。クリスマス会では、第3保育所の園児たちによる寸劇やコマ回し、縁取りを染めたり一方、体の不自由な人たちもクリスマスソングを自分たちで演奏するなど、楽しい一日を過ごしました。1月13日には、訓練中自分たちで初めて字を書いたカルタによるカルタ大会も行われました。

**リハビリ体操  
いろはがるた**

皆さんが作られたカルタの一部を紹介しましょう。

- るんるんと ベダルを踏むのも リハビリのひとつ
- えらいけど 今日元気な リハビリ体操
- 無理せずに はげめば良くなる リハビリ体操
- あいさつの 言葉もうれし 保健センター
- 空模様 いつも気になる リハビリ前夜
- もう一度 握ってみたい ハンドルを
- 椅子に すわったつもりで 転んで
- 保健婦さん いろんな行事 ありがとう



人の手を借りずにかんばれ 朝の身支度

参加者の声 植田 耕造さん

いつも喜んで参加しています。思ってもできないことがいろいろやれるし自分と同じ障害を持つ人を見ると勇気づけられた。

### ボランティアに参加して一言

向日ボランティアサークル

大田黒さん

参加者の姿を見ていると自分の家族がいつころ

ひまわり健体 山下さん

参加者の姿を見ていると自分の家族がいつころ

30分、ホットバックによる温熱療法・関節ほぐしなどの準備体操、午前10時、全体体操、午前10時30分、グループ別体操(脳卒中グループ・個人・その他のグループ)午前11時、レクリエーション(季節の業事を取り入れたクリスマス会やミニ運動会等)

## みんなで文化財を火災から守ろう

社寺防火運動1月20日(水)~26日(火)

(1月26日は、第34回文化財防火デー)

◎民族文化の遺産として、文化財は、数多く残されています。貴重な文化財を火災から守るため、これらの付近では、絶対に火気を使用したり、させたりしないようにしましょう。

向日市消防本部・消防団・向日市教育委員会

