



## グリーンस्पリーングス

### 外出訓練とは

訪問リハビリでは自宅内の生活だけではなく、自宅外の生活拡大を目的とした支援が含まれています。今までは新型コロナウイルスの影響から積極的な実施ができませんでした。ただ五月八日から五類へと対応が変更となったため、外出訓練を行いました。その内容をお伝えしたいと思います。

お伝えする前に外出訓練の目的や内容について簡単に説明させていただきます。まずは先程も書かせていただきましたが、自宅外の生活範囲の拡大です。それ以外では外出を通して生活の質や意欲の向上といった目的もあります。外出訓練という自分の足で歩くという印象になります。家族等の介助で外出する事も含まれますので、全ての方が対象になります。ちなみに外出訓練の時間は最長で百二十分まで行えます。

今後、訪問リハビリでは必要な方に対して積極的に外出訓練を行っていただければと考えています。また実施を希望される方はリハビリ担当者に相談ください。宜しくお願い致します。

### 外出訓練の様子

#### Mさん 七十代 女性

以前からMさんより、立川市にあるグリーンस्पリーングスという商業施設内にあるドラゴンフライカフェに行きたいという話がありました。目的は店内にあるベーゼンドルファーパーピアノを見に行きたいというものでした。ただ今までは新型コロナウイルスの不安等もあり実現ができませんでした。

そして今回五月に外出訓練を実施しました。自宅に訪問すると、普段とは違う赤いワンピースを着たMさん。血圧を測ると、いつもよりも高めで気持ちが高揚している様子が伺えました。

## 外出訓練の様子（続き）

天気も良く、体調も安定。実際の移動も問題なく行えました。久しぶりに見た様変わりした立川北口を楽しみつつ店内に到着。目的であったベーゼンドルファーピアノを見て、とても感動されていました。またベーゼンドルファーピアノは別名ドラゴンフライ。理由はピアノのデザインの中にトンボが描かれているからです。Mさんの胸を見るとトンボのブローチが！ちょっとしたトラブルはありましたが、素敵な外出訓練を行う事ができました。リハビリの終わり際に私から、「今日は非日常を味わえましたね」と伝えたところ、Mさんからは「今日の出来事が今までの自分にとって「は日常！自宅でのベッド中心の生活が非日常！」との言葉がありました。

あらためてMさんの言葉を通して自分自身の訪問リハビリの目的を考えさせられました。これからも皆さんにとって、少しでも皆さんらしい生活が送れるよう支援していきたいと思わせてくれる外出訓練になりました。



## 編集部員のつぶやき

時々このつぶやきを通して我が息子の話をしている。長く訪問リハビリを利用して頂いている方には、長男が生まれますと伝えさせてもらってから早いもので三年が経とうとしている。そう、六月で三歳になるのだ。日々、息子の成長に感心している。先日はあるお店で無料でシールが貰えるとの事で、店員に「ありがとう」と伝えたらと提案したところ、「シールを一枚貰っても良いの？」と店員に聞いた息子の成長に驚いた。ただずる賢さも身に付けつつある。最近は食事の食べず嫌いが増えつつあり、特に野菜を嫌がる事が多い。妻の促しにも嫌がってしまい、私からも野菜を食べたらと伝えると、「具合が悪いから食べれないんだよ」と反論してくる。日々の成長に感心しつつも、対応に悩む場面も増えてきている。

そして三歳になる息子は現在保育園に通っているが、来年の四月からは幼稚園に通えるようになる。そのため、現在妻と幼稚園に変更するか相談しつつ適宜幼稚園の見学も行っている。先日見学した幼稚園は各クラスが百名程の大きな規模で、授業内容も体操、音楽、英語、水泳と多岐に及んでいる。圧倒されつつも、子供に少しでも色々な経験をさせたいとの親心が出てしまう。一緒に見学をした息子に、また行きたいかと聞いたところ、思いがけず、もう行きたくないと返答。親の想いと子供の想いを同じ方向に向ける難しさを感じた場面であった。

やや話は変わってしまうが、訪問リハビリを行う際にも、セラピストと利用される方が常に同じ方向を見ていられる事が理想である。今後もサルビア訪問リハビリの理念でもある利用者に寄り添う姿勢を続けていきたい。