

多摩東葉新聞

第195号
R5.4月

医療法人社団 すんとおる
沼津市高沢町6-1 055-922-8855
<http://www.sunto-seikai.jp>

皆さんにはこどもの日と端午の節句の違いをご存知ですか？こどもの日は国民の祝日で「こどもの性格を重んじ、幸福をほがる日」。こども日といえば男の子を連想しがちですが、実は男女問わずにこどもみんなの成長を願う日。端午の節句は男の子のために伝統行事で、厄払いをし無病息災を祈願する日なんだそうです。今月号は理療最年長の“男の子”、安保PTのお話です。

運動器リハビリ 理療 安保

こんにちは！4月で勤めて丸10年が経ちました理学療法士の安保雄太です！10年経ったなあという実感があり湧きませんか？当時小学1年生だった子が高校に入学したと鬼うと少し恐ろしいですね(笑)これからも初心を忘れず日々全力でリハビリを行っていきます！さて、当院のリハビリテーション科で私たちが行っている事は「運動器リハビリ」というものです。リハビリという言葉はテレビや新聞などで見かける機会が増えていますが、その意味はまだ浸透していないように感じます。今回は改めて「運動器リハビリ」とはいったいどういったものなのかをご紹介させて頂きます。まず、「運動器」とは身体の運動に関わる骨、

筋肉、関節、神経などの総称です。次に「リハビリ」とはリハビリテーション(Rehabilitation)の略で元々はラテン語のre(再び/戻す)とhabilis(適した)という言葉からきており、この2つの言葉を合わせると「骨、筋肉、関節、神経などを再び適した状態に戻す」という意味になります。当院では患者様の症状や困っていることに合わせてこの運動器リハビリを行い、元の生活に戻れるよう尽力しています。また、もう一つリハビリには大事な目的があります。それは「繰り返し同じ症状が出ないよう予防・対策する」ということです。家事や仕事の負担や普段の姿勢の影響が原因で、一旦症状が治まても予防なければ再発する可能性があります。転倒して骨折した場合、今後転倒しないように対策しておかないと再び転倒して別の部位を骨折してしまうかもしれません。筋力トレーニングや姿勢の意識を症状が落ち着いてからも継続してもらうように指導させていただいているのはこのためです。言葉の意味を改めて振り返ることによってリハビリの意味や在り方が少し変わるものかもしれません。その他に気にはなことがありましたら気軽に声をかけてください！

メディフィット・ストー
キャンペーン実施中！！

入会金5,000円→無料！
月会費1ヶ月分2,000円割引！
(~4/28まで)

1日無料体験や
見学もできます！
お申込みは受付まで
(フィットネストレーナー山下)