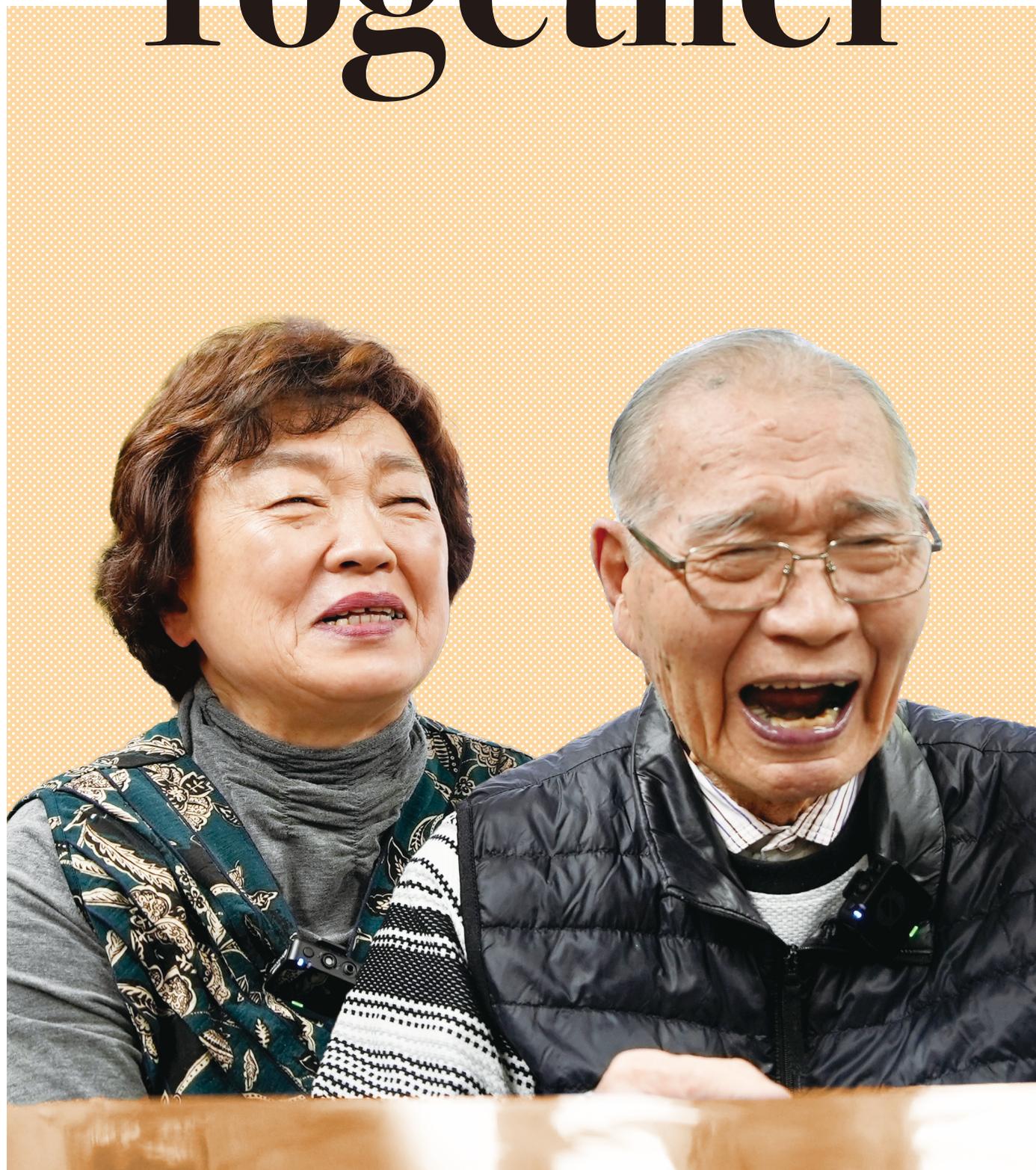


Together



ご夫婦の
インタビュー動画はこちら

“自分らしい毎日”を取り戻すために

訪問リハビリが支える、夫婦の時間とこれからの暮らし

脳梗塞を繰り返しながらも、「もう一度、自分の足で歩きたい」という想いを胸に、訪問リハビリを続けているご主人。そして、日々の生活の中で寄り添い、支え続けてきた奥様。実際にご自宅を訪ね、お二人に訪問リハビリのある日常についてお話を伺いました。回復への手応え、家族として感じた安心感、そしてこれからの目標。「病院を退院した後も、自分らしい生活を続けたい」そんな想いに寄り添い、その人らしい暮らしを取り戻すことを大切にしているのが、下関リハビリテーション病院の訪問リハビリテーションです。



“どう支えたらいいのか”が、わからなかった日々から

奥様

主人は67歳のときに最初の脳梗塞を起こしました。その後も何度か再発し、3回目の脳梗塞をきっかけに、下関リハビリテーション病院のリハビリを利用するようになりました。それまでは、正直なところ「家でどう介助すればいいのか」「これで合っているのか」が分からず、不安ばかりでした。外来、通所、訪問看護と段階を踏み、今は訪問リハビリを続けています。訪問リハビリを始めた当初は要介護4でしたが、リハビリの成果が出て、現在は要介護3に。数字以上に、「できることが少しずつ増えている」と実感できるようになったことが、何より大きい変化です。



もう一度、自分の足で外に出たい

ご主人

最初は、足の筋肉トレーニングから始まりました。少しずつ良くなってきて、「街中を歩いてみませんか」と言われたときは、正直うれしかったですね。以前は健康館まで歩いて行って、いろんな人と話するのが楽しみでした。じっと家にいるよりも、やっぱり人と話すほうが楽しい。訪問リハビリで体を動かすことで、「また外に出られるかもしれない」と思えるようになりました。



“できない”を“できる”に変えてくれた、自宅でのリハビリ

奥様

一番印象に残っているのは、主人が家の中で倒れてしまったことです。どう起こしたらいいか分からず、私も一緒に倒れてしまい、立ち上がれませんでした。訪問リハビリでは、四つん這いからの起き上がり方や、つかまり立ちの方法など、「自宅で実際に起きる場面」を想定して教えていただきました。それだけでなく、退院前にはスタッフの方が家の中を見て回り、手すりの位置やお風呂での工夫、入浴時の補助具まで細かくアドバイスしてくださいました。介護の手続きについてもサポートしていただき、「家で生活すること」そのものを支えてもらっていると感じています。



目標があるから、前に進める

ご主人

リハビリのメニューを紙で作って持ってきてくれるので、それを見ながら、できる範囲で続けています。毎日完璧にはできませんが、1日1回はやろうと決めています。今の目標は、自分の足で健康館まで歩いて行き、またあそこで、みんなと話をすること。訪問リハビリは、その目標に向かって進むための、大切な時間です。