

リハビリ通信 6月号

第24号 令和3年6月発行
医療法人財団 日扇会
日扇会第一病院リハビリテーション室
URL <http://www.nissenkai.or.jp/>

こんにちは！リハビリ部、事務職の竹野です。2015年4月に脳出血を起こし、半身不随と失語症になりまして、日扇会の通所リハビリに通い懸命に訓練していました。医療としては素人ですが、いろいろと発言していきたいと思いますので、宜しくお願いいたします。

リハビリインタビュー⑦ ～未知の環境を楽しむために 理学療法士・羽田逸海さん～

「昔から“初めてやること”っていうのがどうしても苦手で、行動ができないことが多かったんですね。初めて使う道具とか、あとは初めて行く場所だとか、初めてやる仕事ですとか。そういう未知の事っていうのは誰しも怖いものだとは思いますが、ことさら自分はそれが苦手だったみたいで…。克服とまでは言わないけれど、生活の中で工夫している事があるのでそれを紹介します。知り合いの先生に聞いたことがあるのですが「自分が不安なことに近い状況を作り出して、それを深く考えずにやってみる」ということをやっています。例えば、知らないレストランに初めて行って、ぱっと見たメニューを注文するっていうこと。もともと考えこんじゃう性格だから最初は慣れなかったんですけど。これが苦手って自分で分かるものところが、無意識で苦手なものって、それに近いものは全部一緒にたにしてしまうんですね。だからレスト

ランの件は意外と効果があったりするんじゃないかな、と思っています。」そういう効果はどういう時に感じるんですか？「昔に比べて尻込みをすることが少なくなりました。あとは気持ちが楽になったっていう感じですかね。いつもと違うことにチャレンジしてみる。それくらいでも、苦手なことに対して気楽に向き合うことができるのかな、と思います。僕はセラピストですけど、やっぱり初めて会う患者さんとかどうしてもちょっと緊張はするんです。けれども、それはいい意味で気楽に接することができるのはあるかなと思っています。」僕は初めての場所とかって好きな方ですけど、そうか…色々あるんですね。



7月7日



七夕といえば短冊ですが、江戸時代の頃に手習いごとをする人や、寺子屋で学ぶ子が増えたことから、星に上達を願うようになったそうです。本来はサトイモの葉に溜まった夜露を集めて墨をすり、その墨で文字を綴って手習い事の上達を願います。サトイモの葉は神からさずかった天の水を受ける傘の役目をしていたと考えられているため、その水で墨をすると文字も上達するといわれているんだって。こうした事を考えると、短冊には「〇〇が欲しい」とかじゃなくて、上達や夢を書いた方がいいかもね～。