

辰クリ新聞

VOL. 6

平成 23 年

1 月 31 日

医療法人社団裕人会

辰口グリーグ活動報告

サポートチームの体力チェック

理学療法士 中野智彰

当院のリハビリ科には、スポーツ障害の方も来院されますが、スポーツ現場では痛みを我慢し、悩んでいる選手も多くいると思います。

私は、そのような選手達を支えたいという思いから、近隣の高校バレー部を現場でサポートさせて頂いています。

先日、リハビリスタッフで選手達の体力チェックを行いました。

バレーボールは狭いコートの中を低重心でいかに早く動けるかが非常に大事になりますので、チェックもそのような内容にしました。選手達も「足が硬くてしゃがめない」、「動作の速い切り返しが難しい」などと自分の弱点に対する「気づき」があったようです。

リハビリもスポーツのトレーニングもこちらが「管理」するのではなく、選手（患者様）が弱みに「気づき」その為にメニューを行っているという意識が大事だと思います。選手達が体力や技術だけでなく、人間的にも成長出来るように関わりたいと思います。

花粉症について

看護師 渡邊由季子

年が明けたと思ったら早いものでもう2月が目の前ですね。巷では、そろそろ花粉症の声もちらほら聞かれています。

今年は、昨年に比べて約5倍の花粉量と予測されています。過去10年で一番多かった平成5年を追い越すのではないかととも言われています。

まだ発症していない方も早めの予防が必要です。

スギ花粉に限れば、新たな治療法も研究されているようです。

まずは、医師にご相談を！

デイケアに千手観音



第4回目となるクリスマス会が開催されました。

今回は、千手観音、よさこいソーラン節、ハンドベルの3部構成で行われました。

千手観音では、全員の息を合わせる事の難しさに四苦八苦。きれいに見せる振付にも頭を抱え練習しました。

今年も皆様に楽しんで頂けるサービスを考えていきます。

辰口グリーグ活動報告

サポートチームの体力チェック

理学療法士 中野智彰

当院のリハビリ科には、スポーツ障害の方も来院されますが、スポーツ現場では痛みを我慢し、悩んでいる選手も多くいると思います。

私は、そのような選手達を支えたいという思いから、近隣の高校バレー部を現場でサポートさせて頂いています。

先日、リハビリスタッフで選手達の体力チェックを行いました。

バレーボールは狭いコートの中を低重心でいかに早く動けるかが非常に大事になりますので、チェックもそのような内容にしました。選手達も「足が硬くてしゃがめない」、「動作の速い切り返しが難しい」などと自分の弱点に対する「気づき」があったようです。

リハビリもスポーツのトレーニングもこちらが「管理」するのではなく、選手（患者様）が弱みに「気づき」その為にメニューを行っているという意識が大事だと思います。選手達が体力や技術だけでなく、人間的にも成長出来るように関わりたいと思います。

終わりに

先日、街を歩いていると、梅の花が咲いているのに気が付きました。何も気にしないのでただの景色の一部で通り過ぎてしまいます。小さなことにも目を向け、耳を傾けているとたくさんの気づきがありますね！

私たちは、皆さまの日々の変化に目を向け、耳を傾けてきめ細やかなサービスの提供ができるように努力していきたいと思います。

