



楽楽タイクニ3月号



頑張って更新中です!!

Facebook



ホームページ



①どんな利用者様?利用者様がリハビリに取り組み目的は!?

氏名：A様 年齢：80歳代 疾患名：軽度認知障害/脳出血

利用期間：2020年11月～2021年2月現在（約3か月） 目標：友人宅まで（約200～300m）歩いて行ってみたい!

②リハビリの介入!どんな取り組みをしていたの!?

<介入の際のポイント!ココを意識した!?>

- 1) 元々の意欲が高いが、自己流で行っている部分が多い為、**正しい方法の指導**を行っている!
- 2) 来初時の活動量は確保できるが、在宅での活動量増加には繋がりにくい為、**自宅での自主訓練用紙の作成と指導**を行ってみる!
- 3) コミュニケーションが好きな様子がある為、“**傾聴する事**”を大切にリハビリを提供していく!

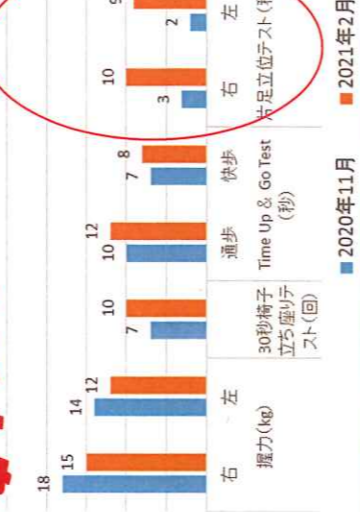
<実際にどんなリハビリを行っていたの?>

- 1) 元々の動作や生活内容がどうなっているのかを**評価**し、問題となっている部分・基盤となっている部分を見つける!
- 2) 必要な筋力強化と筋柔軟性の改善、動作手順の助言・指導を行い、**自身でその変化や違いを感じて頂く!**
- 3) **評価結果を数値化したもの**を見て頂くことでモチベーションの向上を図っていた!

③センター利用当初と現在の状態は!データの数値化で見えたもの!?

項目	介入前	介入後
身体機能面	・左側下肢・体幹・臀部を中心とした筋力低下あり。 ・活動量低下による体力・持久力低下あり。 ・歩行動作時のふらつきあり。 （左側方向へのふらつきあり）	・下肢筋力低下あり。 （初回利用時よりも改善） ・体力・持久力の向上あり。 ・歩行動作時のふらつき軽減。 ・立位動作時のバランス能力向上。
精神心理面 （認知症状）	・日付や曜日の見当識の低下あり。 ・暗算などの計算能力の低下あり。 ・短期記憶の低下あり。 ・書きの際の文章作成等の能力低下あり。	・日付や曜日の見当識低下あり。 （以前よりも確認の習慣化が進んでいる） ・短期記憶の保持が行うことが出来ている。 ・書きに対する抵抗が少なくなっており、文章作成が可能。
本人様からの意見	・歩くが大変で困っている。 ・以前と比べると疲れやすくなった。 ・地球の活動に参加しているけど物足りなさを感じる。	・歩くのが軽々と長くなったと感じていて、楽になった。 ・家でも歩く頻度も多くなって、動くようになったと思う。 ・ここに来るのが楽しくてしょうがない。
家族様からの意見	・歩くのが動けなくなってきた。 ・歩くのがフワフワしている心配です。 ・何かするにも意欲が伴わなくなっている事が心配です。	・以前と比べると意欲も出てきているように感じている。 ・家の中でも動いている姿を見るのが多くなった。

要チェック!!



担当の柏倉です!是非、当センターへご連絡を!!私たちが良くします!



今月は“目”について伝えていきたい!!

「転び易くなってきた...。」「自分か思ったとおりに体が反応しにくくなってきた...。」等のお話を聴く機会が多くあった為、今回は“目”の動きに関する情報を皆様にお伝えしたいと思います。

“目”の動きがあると転倒や認知症状進行のリスクが減る!!

“目”が動かないという事は、一定の所を見続けるという事になります。本来は、様々な方向を向いて周囲の危険物を認識する事や傾斜の状態、段差の高さなどの情報を得て、**体の動かし方や動かす方向・加減等を無意識の中で調整**します。しかし、“目”が動かない事でそれらの情報が集められなくなると、体が姿勢を変える必要がなくなるため、一定の姿勢しかとらなくなってしまうます。また、危険を回避する事もしなくなる為、動く事も少なくなってしまうます。“目”というのは、動かすことで、多くの情報を集めて**姿勢を保持する事や動作の際に必要な機能**と言えます。

また、見えない事や動く時と転んでしまうといった不安から動く事が億劫になってしまいう事や、人との交流を避けてしまいう・減ってしまう原因にもなることから**認知症状の進行にも関係**があるとも言われております。

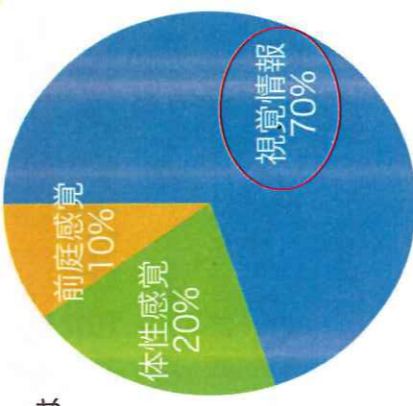
躍動性眼球運動(跳躍性眼球運動)

視覚の中に見えている様々な物の中から自分が見たいものを瞬間的に見つける為の目の動きになります。この機能がある事で、**危険物を瞬間的に見つける**ことが出来たり、必要な物を直ぐに見つける等の能力が付いていきます。

追従性眼球運動

見たい物を見た時にそれに視線を固定したり、それらが動いている時に、それに合わせて視線を動かす目の動きになります。この機能があると、鉛筆の芯の動きに視線を合わせる事で文字が書けたり、**動いているものと自身の距離を認識**する事前準備を行う等の事が出来るようになります。

視覚はバランスを保つ為の情報の7割を占める!?



健康者の立位でのバランス維持は
70%は視覚
20%は体性感覚
10%は前庭器官

からの入力情報に依存している
と報告している。

※体性感覚：触れている感覚や手足や頭の位置がどこにあるのかを感じる機能

前庭器官：動いている方向や速さを感じる為の機能

眼球運動のトレーニングをやってみましょう!

ビジョントレーニング (跳躍性眼球運動 初級)

数字さがし〜丸に入る数字50を追ってみよう〜