

ライフサポートひなた 訪問リハ

症 例 概 要 利用者氏名： 90代・女性・要介護2

病名：虚血性心疾患

既往歴：脂質異常症、高血圧症、骨粗鬆症、陳旧性肺結核症

経過：2021年から体重減少、フレイル状態となったため、訪問リハビリを開始。理学療法、言語聴覚療法を週1回ずつ実施。2024年12月より、理学療法の週1回のみに変更。継続して訪問リハビリを実施している。

内 容

2021年より訪問リハビリを開始。長年、独居での生活を継続されていましたが、徐々に身体機能や体力の低下が見られるようになってきました。独居生活は維持されていたものの、フレイルの状態にあり、運動の機会も少なく、食事量や嚥下機能の低下もみられることがありました。人と話すことは大好きなご本人ですが、大人数での集団生活には苦手意識があり、個別に対応できる訪問リハビリを利用することとなりました。

訪問リハビリの目標は、「これからも自分らしく、楽しく独居生活を続けていくこと」。そのために、身体機能の維持と、日々の生活が充実するような支援を続けてきました。

理学療法では、筋力強化・関節可動域・バランス練習に加え、屋内外での歩行練習、ごみステーションまでの歩行や運搬、近隣のお菓子屋への買い物練習など、実生活に直結する内容を取り入れて実施しました。また、自主トレーニングの指導やポスターの掲示、適切な歩行器の選定、手すりの設置など、環境整備にも力を入れました。

言語療法では、嚥下機能維持のための訓練、口腔体操、痰の排出方法の指導、発声練習、そして食事・栄養面のアドバイスを行いました。

これらの継続的なリハビリにより、ご本人は「変わらずに自分の力で生活できている」ことに大きな喜びと自信を感じられるようになり、毎週の訪問リハビリの時間をとても楽しみにしてくださるようになりました。ご本人の生活には、リハビリを通してリズムとハリが生まれ、表情や会話からもその充実ぶりが伝わってきます。まさに“キラキラした日々”を過ごされている様子が印象的です。

週2回のヘルパーやケアマネジャーとの関わりも、ご本人にとって大切な時間となっており、受診や掃除、買い物といった支援を受けながら、世間話や笑いの絶えない交流を楽しみ、安心できる人間関係を築かれています。

現在98歳となった今も、大きな体調変化や転倒もなく、変わらず独居生活を維持。これまで築いてこられたコミュニケーションの温かさと、訪問リハビリを通して得られた充実感が、ご本人のエネルギーの源となっています。

そして今、ご本人の新たな目標は、大ファンである大谷翔平選手の活躍を見続けること。そのために、これからも毎日を楽しく元気に過ごしたいという希望を胸に、キラキラと輝く生活を続けておられます。