# けんおう訪問リハ通信

2020年5月号

## 買い物に1人で行けるようになりたい！！

【脳梗塞　80歳代男性】

翌日の疲労や痛みが
心配だなぁ、、、

《リハビリでの介入》

●お店までの距離を算出し段階的に歩く距離を延長
　→成功体験を積むことで不安感の解消へ！！

●自主トレーニングの指導や家族への助言
→誰かと運動することで、楽しく継続しやすい！

☆自信が付いたことで、積極的に屋外に行くことができ、半年後に目標達成できました
☆目標を決め、達成していくことでの、ＱＯＬ向上の支援に努めております。

圏央所沢病院　訪問リハビリテーション
〒359-1106　所沢市東狭山ヶ丘4-2692-1
電話：04-2920-0511