



訪問リハビリテーションの 取り組み集



◎肩の痛みで動作が制限された方への 個別リハ例



- ・作業療法士による関節可動域訓練や
痛みに合わせたケア
- ・肩に負担がかかりにくい動き方の調整
- ・生活ペースに合わせた自主トレの作成
- ・痛みが強い時期でも無理なく続けられる
リハの組み立て

「外来に行く負担がなく
て助かったし、通所を続
けながら肩のケアが
できて安心だった」



◎“実際に行きたい場所まで行ってみる” 活動性を増やす外出練習の例



- ・玄関の段差
- ・坂道の有無
- ・信号のタイミング
- ・休憩ポイント

などを一緒に確認しながら
“実際に歩いてみる”
練習を実施。



訪問リハビリテーションの 取り組み集

◎家屋調整・家族サポートの例



・転倒を何度も繰り返していた方。
最初にご自宅の環境をチェックして、危ないところをいくつか調整。

・その後も様子を見ながら、「調整→観察→さらに調整」を重ねていく形で、単発ではない継続的な環境評価を行いました。



・並行して、自主トレを家族と一緒に取り組んでもらえるように指導。
・サポートしてくれる人がいることで、習慣になりやすく、動きの安定にもつながりました。通所と併用し、自宅で少しずつ体を動かす習慣で、転倒リスクの改善が見込めたケースです。

◎通所が一時中断になった方の フォロー例



・痛みが強くなり、自宅
の中で動けず通所が
中断に。
・気持ちも落ち込み、
悪循環に入りかけてい
たところ、訪問で介入。



・補助具の見直し
・福祉用具の調整
・その方の痛みに合わせて自主トレプログラム
をこまめに行い、動ける範囲を広げた。



痛みとつきあい、動きが戻っていくと同時に、
前向きな気持ちも復活。
結果、約3ヶ月で通所に復帰。
痛みによる負のスパイラルから抜け出し、
通所と訪問がうまくつながったケースです。