

OTリハビリ道具紹介～第一弾～

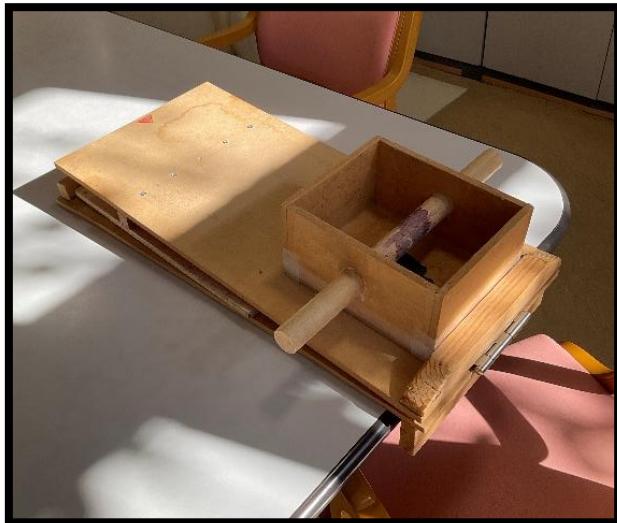
リハビリでは生活に必要な要素のリハビリ道具を、数多く使用して、より効率的、再現的な動作練習を実施して頂いています。

今回は、その中でも、既製品ではなく、廃材や材料調達をして作製したリハビリ道具を、一部紹介しようと思います。

①サンディング

上肢拳上の機能や体幹の前屈運動、又は、ストレッチ効果を目的に使用して頂いています。

重錘で負荷量を調節できる事や、角度を45度と30度で使用出来るように作製しました。重錘を入れることで、負荷の調節ができます。木材は殆ど廃材で、購入したのは蝶番のみです！



②棒マタギ

加齢と共に、歩幅は徐々に減少、つま先を上げる筋肉も衰えていき、躓く事が増えてきます。

棒を跨いで歩いて頂く事で、歩幅の狭小化の改善、無意識につま先を上げる様になるため、転倒予防にも繋がります。また、パーキンソン病の症状である、すくみ足予防としても活用しています。

こちらは、サランラップの芯の中に新聞紙を詰めて固めたものです。



③ナンバーステップ 1 2

運動と認知の同時処理「コグニサイズ」として提供している道具です。使用方法は様々で、数字順にステップをして頂く場合や、難易度を上げて順番に「 $1+2+1+2+\cdots$ 」と交互に1と2を足していく「ワーキングメモリー」を利用した、より高度な運動を提供しています。

特に、高次脳機能障害の方や認知症の方に活用しています。A3用紙をラミネートして繋ぎ合わせました！



④敷居スロープ

当施設からご自宅に復帰をされる際、どうしても解消できない、敷居がある方も少なくありません。

その際に、敷居にスロープを設置した方が良いかどうかの判断として、作製しました。

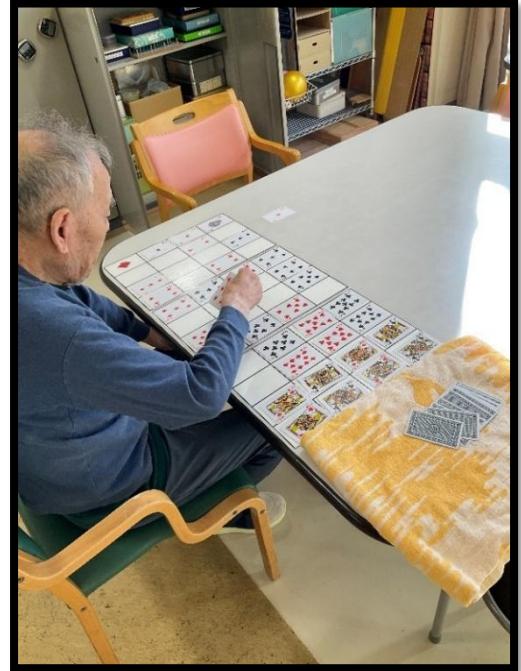
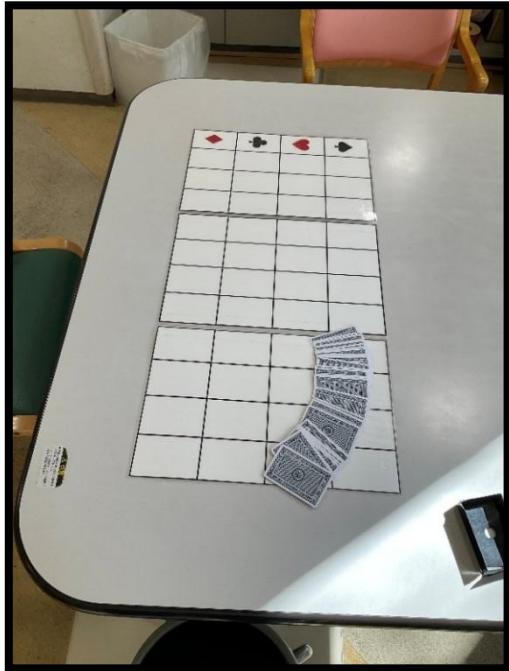
歩行で移動される方はバランスを崩さずにできるかどうか、車椅子で移動される方はスロープ斜面を登れるかどうかの練習として提供しています。「3 cm」と「5 cm」の敷居を想定して作製しました。

それぞれの高さの木材に、購入したスロープを固定しました！



⑤ トランプ並べ

パズルとは違い、全体の順列の位置関係を把握する必要があります、より難易度が高くなります。順列の理解と位置関係を把握した上で、並べていきます。認知症の方や認知症予防など、多くの方に活用して頂いています。A3用紙をラミネートして繋げました！



⑥ ゴムかけパズル

難易度が高い、訓練道具です。見本通りに各カラーのゴムをかけていく作業です。ゴムをかける位置などの把握、それぞれの位置関係など、高い構成能力が必要な作業です。更に、硬いゴムを引っ張る事で、指先の複合的な動作や手指筋力の改善にも役立ちます。

以前からあった有孔ボード用の、支え棒を差し込んで作製しました！



まだまだ、作製したリハビリ道具はありますが、今回はここまで！

また、機会があれば、第二弾として投稿させて頂きますね ^^)