

病院だより

市民病院リハビリテーション室
☎43-2511(代表)

リハビリって機能回復訓練のこと?

皆さんはテレビの画面で、けがをしたスポーツ選手が競技復帰のために筋力トレーニングをしたり、施設などでお年寄りの方が平行棒で歩く場面などを見掛けたりしたことはありませんか。こうした時に、テレビではよく「リハビリに励んでいます」と解説されています。

リハビリテーションという言葉は英和辞典で調べると、最初に「復職」や「名誉回復」、次に「社会復帰」と載っています。もともとの語源は、「ハビリス(権利)」という言葉に、「再び」を意味する「リ」をつけた、「リ・ハビリス(再び権利を取り戻す)」という言葉だそうです。

中世ヨーロッパ時代に、ガリレオが地動説を唱えて市民権をなく奪われ、没後それが取り消された時、「リハビリテーション」という言葉が使われたそうです。また、アメリカのニクソン元大統領がウォーターゲート事件で政界を去り、後に社会に復帰した時も「リハ

ビリテーション」という言葉が使われました。

こうしてみると「リハビリテーション」という本来の意味は、「機能回復訓練」というよりも、「権利・名誉の回復」や、それによる「社会復帰」の方が正しいのかも知れません。

それでは、冒頭で紹介したスポーツ選手やお年寄りの方の映像場面は何と呼んだらよいでしょう。正しくは、「リハビリテーション(社会復帰)」に向け、「機能回復訓練」に励んでいます」という事になるものと思います。

私たちリハビリテーション室スタッフ一同は、患者さんが一日も早く「リハビリテーション(社会復帰)」できるように、理学療法・作業療法・言語聴覚療法などの機能回復訓練業務に取り組みでいきたいと思



レッツ・エンジョイ
Let's Enjoy ライフ
エコ **EcoLife**
冬の省エネで
体も家計もホットに!

環境政策課環境企画係 ☎44-3135

※外気温度6度で、エアコン(2.2kW)を1日9時間使用した場合

▽暖房を1日1時間短縮すると…年間で電気約32kW時の省エネ、約9000円の節約

※設定温度20度で使用した場合。

電気こたつで省エネ

ふとんは厚く、温度は低く

▽こたつ布団に上掛けと敷布団を併用すると…年間で電気約33kW時の省エネ、約7100円の節約

※こたつ布団だけの場合と比較、1日5時間使用した場合

▽温度調節を「強」から「弱」に下げると…年間で電気約49kW時の省エネ、約1,0700円の節約

※1日5時間使用した場合

電気こたつ省エネヒント

こたつは主に腰から下を暖めるものなので、上半身は寒くなりがち。カーディガンなど一枚多めに着込むことが暖かきのポイントです。

ストーブやエアコンなど、ほかの暖房機器と併用する場合は、温度をさらに控え目に設定しましょう。



エアコンで省エネ

目安温度は20度、使用は必要な時に

▽エアコンの暖房設定温度を、21度から20度に下げると…年間で電気約53kW時の省エネ、約1,1700円の節約