



リハビリテーション  
シリーズ①

## ご家族のためのサポートガイド

私がお伝えします



社会医療法人ペガサス 馬場記念病院  
理学療法士

〇〇〇〇

ご家族の支えは、リハビリに取り組む患者さまにとって大きな力になります。無理なく寄り添い続けるためには、日常生活のサポートの工夫や、安全な住環境づくりなど、ご家庭でできるポイントを知っておくことが大切です。

### 日常生活でのサポートのコツ

ご家族が日常生活で支援する際は、食事や更衣、移動などを〈手伝いすぎない〉ことも重要です。必要な場面での声かけや見守りによって、患者さま自身ができる動作を尊重しましょう。また、移乗や歩行の際には安全な介助方法を身につけることで、患者さまにもご家族にも負担が少なくなります。困ったときには、リハビリテーションスタッフに遠慮なく相談してください。



### 安心できる環境づくり

ご自宅で安心して生活を送るには、環境の整備が大切です。転倒を防ぐために、床に物を置かない、滑り止めマットを活用する、明るい照明にするなどの工夫が有効です。また、廊下やトイレに手すりを設置したり、必要に応じて補助具や装具を使ったりすることで、患者さまの自立をサポートできます。馬場記念病院では、ご家庭の状況に応じたアドバイスも行っています。



### Column

## ご家族の支えが、力になります

患者さまのリハビリテーションは、ご家族の見守りや励ましによって、より前向きなものになります。

#### トレーニングの見守りや介助

安全にトレーニングができるよう見守りましょう。



#### 転倒・転落防止

トイレやお風呂、廊下に手すりをつけるなど環境整備を。



#### リハビリスタッフとの連携

体調や様子に変化があればスタッフに伝えましょう。



(2025.3.14)

画像提供：PIXTA

