

みんなちがって、みんないい



## 【援助と支援】

みなさん、こんにちは。理学療法士の田辺です。

6月になって急に暑くなりましたね。

皆さん、お体の調子はいかがでしょう？水分をきちんと摂れていますか？  
熱中症に気を付けましょう。

ここに魚が採れずに困っている村人がいます。あなたは、

1. 釣りをして魚をあげる
2. 釣り竿の作り方を教えて自分で釣ってもらう

どちらの方法で助けますか？

似ているようで全然違うアプローチ方法ですよ。

1番は「援助」2番は「支援」の例を示しています。

「援助」とは、全面的にその活動を助ける事で**あなたが主体**で動くこと。

「支援」とは、一部を支えて助ける事で**村人が主体**で動くこと。

私たち訪問看護リハビリは、利用者さんに、

「自立して生活が出来るようになる」ことを目指してアプローチを行っています。具体的には、「やりたいことシート」を利用者さんに記載して頂いています。やりたいことを明確化してもらうことにより、その方に合わせたオーダーメイドの自主トレーニングメニューを作成しています。自主トレーニングメニューは身体能力の向上を目指すことが第一ですが、利用者さん自身に

「自分の身体を認識してもらう」ということを大切にしています。

ゴールに向けて短期、中期、長期目標を立てるためにステップアップシート（木のおうちオリジナルシート）を使用し、利用者さんがより具体的にゴールに向かってリハビリをしていることを実感できるように工夫しています。そして、訪問看護リハビリを卒業しても、ご自身で体のメンテナンスが行えるようにオーダーメイドの自主トレーニングメニューを作成し、指導を行っています。

あくまでも主役は利用者さんです！

私たちは伴走役として、利用者さんのゴールに向けて走っていきたく思います！

さんのやりたいことシート 

〇できるようにやりたいこと・過ごしたい生活像（いつまでに?）

1. ( )
2. ( )
3. ( )

〇そのためにすること・取り組むこと（ご自身で・リハビリで）

★達成度チェック★

日付	5	4	3	2	1
1					
2					
3					
メモ					

☆やりたいこと（目的）へ向けた  
ステップアップシート☆


※目的＝ゴール  
※目標＝目的までの指標  
そのため、目標は具体的に評価出来るものを記載していきましょう!!

さんのやりたいこと（目的） \_\_\_\_\_

○長期目標（ 頃までに）

○中期目標（ 頃までに）

○短期目標（ 頃までに）





Instagram 

Follow Me 始めました！

フォローよろしく  
お願いします^^、

@kinooouchi\_houmonkangori 

検索☆