

# 寺田ガーデン リハビリ通信

## ～改善事例 夫のために料理したい～

60歳代女性 要介護2 週3回半日利用

お困りごと

- ・パーキンソン病症状の悪化
- ・大好きな料理が出来なくなった
- ・もう一度家族や友達の為に料理をしたい



### リハビリ評価

<身体機能>

- ・疾患により脳幹にあるドーパミンが出にくい
- ・料理失敗による抑うつで更にドーパミンが出にくくなる
- ・抗重力筋（体を真っすぐに保つ筋肉）の筋力低下
- ・バランス低下の為、一歩踏み出す時に体重を支えられずふらつく

<環境面>

- ・電子レンジまで遠くに手を伸ばす必要がある



### リハビリの実施

- ・体を起こせるように姿勢を支える為の筋力訓練を行う
- ・音楽（メトロノーム付きクラシック）を携帯電話で流しながらリハビリ・調理実習を行う  
※ドーパミンを増やし動作を円滑化
- ・月1回、ご自宅を訪問し、実際の調理場面を確認し目標の達成状況を確認する



### 成果（2か月後）

- ・足に体重をかけてもバランスが崩れず、電子レンジまで手が届くようになり料理の幅が広がった。
- ・昼食、夕食時は2品以上料理を出来るようになった。



身体が動かなくなった時は諦めそうになったけど、一生懸命リハビリして良かった。料理やおやつを作る為に台所に立てて嬉しいです。みんなも喜んでくれています。今度は洗濯や車の運転もチャレンジしてみたいです。