

リハビリテーション

河村郁子

ゆくりなく圧迫骨折かうむりて安静七日後の起立に「わたくし」

歩行器にすがりて歩きすぐさまにリハビリテーション訓練に入る

退院後は介護認定規定にて訪問リハビリ週二回受く

初対面の理学療法士は二十代 名は旅人^{たびと}とぞ 畏れ多かり

九年前の大病以来怠けたる筋力改善まづは旨とす

前傾は膝を曲げずに腿裏と腰と背中^{せなか}の筋肉伸ばす

上体を後ろに反らす動作にはお腹の筋肉伸ばすイメージ

当を得る利発な指導に苦手なる片足立ちにも挑戦すなり

無理をせず続けることが大切と訓練メニューを考案下さる

身体^{からだ}の筋肉相互の機能と維持 今にして識る後悔しきり