

健康手帳

リハビリってなんのこと？

リハビリというと骨折後のマッサージや筋トレを思い浮かべることが多いと思います。しかし、リハビリはもっと多くの場面で行われています。脳卒中などによる脳の病気・ケガ、パーキンソン病をはじめとする神経の病気、慢性閉塞性肺疾患（COPD）などの呼吸器の病気、心臓病、子どもの病気、手足の切断、脊髄のケガ、骨や関節の病気・ケガに加え、安静にしすぎて動けなくなった人や手術を行った人などにもリハビリが行われるようになってきています。

運動をして体の機能を回復することが、

心配な人はかかりつけ医などで受診してください。

リハビリであると考えがちですが、必ずしもそれだけではありません。リハビリテーションの本来の意味は、「人間らしく生きる権利の回復」です。さまざまな障害に対して、どのようにすればより良い生活が送れるかを実践していくのがリハビリなのです。

具体的な目標、例えば「コンサートに行きたい」ということを実現するために、色々なサービスや福祉用具を使用して目標をかなえるのもリハビリの一つです。リハビリについてはまだ知られていないことも多くあると思います。詳しくは、経験のある医師に相談するのがよいでしょう。

前橋市医師会 神宮 俊哉

休日当番医	内 科				外 科		婦人科	耳鼻科	眼 科	
	8日(日)	戸所小児科医院 (児) 総社町二丁目 ☎253-2351	長崎医院 (内) 住吉町二丁目 ☎231-3274	吉野医院 (内) 三俣町二丁目 ☎232-3333	高橋医院 (内) 粕川町西田面 ☎285-2019	せせらぎ病院附属 あさくら診療所 (整) 朝倉町 ☎265-6522	おかむら クリニック (外) 西片貝町三丁目 ☎223-8088	田村産婦人科 (産婦) 高崎市柳川町 ☎027-323-8496	清水耳鼻咽喉科 (耳鼻) 高崎市京目町 ☎027-353-4533	あかばね眼科 (眼) 高崎市内並榎町 ☎027-388-9111
	9日(月)	藤永小児科 内科医院 (児内) 下細井町 ☎235-2690	埴 医 院 (内) 日吉町四丁目 ☎231-5348	上泉内科 (内児) 上泉町 ☎269-1682	塩崎内科医院 (内) 文京町三丁目 ☎221-8063	堺堀整形外科医院 (整) 富士見町時沢 ☎260-5125	村谷胃腸科医院 (内外) 朝倉町 ☎265-4141	小澤医院 (産婦) 樋越町 ☎283-2009	小原沢耳鼻咽喉科 婦人科医院 (耳鼻) 青柳町 ☎232-6314	すがの眼科 古市クリニック (眼) 古市町一丁目 ☎210-8181
	15日(日)	柳川小児科医院 (児) 天川大島町三丁目 ☎263-1600	上毛大橋 クリニック (内) 川原町一丁目 ☎237-2800	本間小児科 内科医院 (児内) 文京町四丁目 ☎221-6807	瀬田医院 (内) 龍蔵寺町 ☎232-5658	星 医 院 (外) 西善町 ☎266-8600	園田整形外科医院 (整) 総社町高井 ☎255-0100	上条女性 クリニック (産婦) 高崎市栗崎町 ☎027-345-1221	つれいし 耳鼻咽喉科 (耳鼻) 高崎市内小堀町 ☎027-343-2131	たかはし眼科 クリニック (眼) 高崎市西島町 ☎027-350-7077
診療時間は午前9時～午後6時。市医師会の休日当番医がホームページで検索できます。 アドレスは http://maebashi.gunma.med.or.jp/ 、携帯電話の場合は http://maebashi.gunma.med.or.jp/i/ です。										
★夜間急病診療所 朝日町四丁目9-5 ☎243-5111 午後8時～午前0時 内科と小児科										
★救急病院等案内 ☎221-0099										
歯 科										
日曜・祝日は歯科医師会休日診療所 岩神町二丁目19-9 ☎237-3685 午前10時～正午、午後1時～3時										
1月8日(日)＝ふちがみ整骨院 (総社町総社) ☎252-8023、佐藤接骨院 (鳥取町) ☎269-5895										
1月9日(月)＝影山接骨院 (元総社町) ☎252-9897、はら接骨院 (小相木町) ☎251-1150										
1月15日(日)＝茂木接骨院 (日吉町二丁目) ☎233-7599、あいのやま整骨院 (荻窪町) ☎269-1447										
薬局	日曜・祝日は市薬剤師会会営薬局 紅雲町一丁目2-15 ☎223-8400 午前9時～午後6時									

休日当番