

前橋地域リハビリテーション

広域支援センター ニュース

2014.12 発行

TEL : 027-253-5165 FAX : 027-253-8222

e-mail : kouikishien@ronenbyo.or.jp URL : http://www.ronenbyo.or.jp/

〒371-0847 群馬県前橋市大友町 3-26-8 (公財) 老年病研究所附属病院内

vol.34

第7回 介護予防まつり in まえばし

～ピンシャン！元気で明るいまちづくり～ 開催

平成 26 年 11 月 30 日 (日) 前橋市総合福祉会館にて介護予防まつりが開催されました。早いものでもう 7 回目の開催となり、今年も様々なイベントが行われました。

まずは、オープニングイベントとして前橋華龍太鼓さんによる和太鼓演奏が行われました。太鼓の力強い音が会場にこだまし会場にいた参加者のお腹の底にまで響き渡りました。

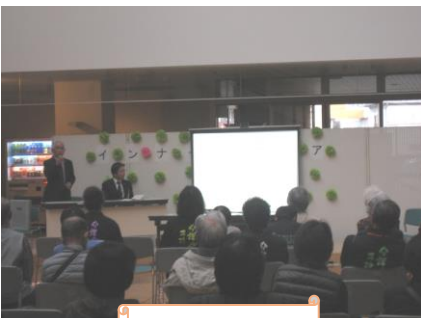
次に介護予防まつりの目玉でもある講演会が行われました。今年は東京都健康長寿医療センター研究所・老化制御研究チーム副部長の青柳幸利先生を講師にお招きしました。先生は群馬県の中之条町生まれで医学博士をお持ちです。高齢者の運動に関する研究にたずさわって、日本国内だけでなく、多数の国際的プロジェクトの主要メンバーとして、先進諸国でご活躍されています。今年はそのような素晴らしい先生に「元気に歩いて健康寿命を延ばそう～活動量計による健康づくり～」というテーマで講演をいただきました。会場は先生の話をお聞きしたいという多数の参加者で埋め尽くされました。



前橋華龍太鼓



講演会



川柳コンテスト

そして、もう一つの目玉イベント、「まえばしシニア元気！川柳コンテスト」も開催されました。去年は写真コンテストを行い、シニアの皆様の元気な姿、楽しそうな表情から元気をいただきました。今年はクスッと笑える作品、夫婦の生活を歌った作品、日常生活のエピソードを歌った作品などたくさんの川柳が寄せられ、川柳に込められた言葉から作者の思いや情景を想像し楽しいひとときを送ることができました。

最後にイベント会場で行われ、私達地域リハ広域支援センターの職員がたずさわった健康チェックコーナーの話をお知らせさせていただきます。毎年健康づくり財団、国民保険連合会より血管年齢、骨密度、活力年齢を測定できる機器をお借りしています。普段なかなか測定する機会が少ないため、今年も大盛況で会場

は測定を待つ参加者でいっぱいでした。中でも血管年齢は測定者数が約300人という今までの中で一番の数字でした。皆さんの健康に対する関心が高まっていること、介護予防まつりが多数の前橋市民の方に周知されるイベントになっていることが背景にあると思われます。

今年も介護予防まつりの参加者は1000人を超えました。これからも毎年人数が増えていき、前橋市が元気で明るいまちになることを願っています。



一般研修 「高次脳機能障害とその対応」

群馬リハビリテーション病院 理学療法士 安齋一也先生



平成26年11月29日(土)、老年病研究所附属病院にて、群馬リハビリテーション病院の理学療法士安齋一也先生を講師にお招きして「高次脳機能障害とその対応」というテーマで研修会が行われました。43名の方々が参加されました。

本研修では、高次脳機能障害の様々な症状、それらの症状への基本的な対応、今までに先生が担当された症例の報告、症例を通じた具体的な対応方法についてご講演いただきました。その方の元々の性格や思考などは個性が高いことから、画一的な対応方法ではなく、人間性を考慮した対応が必要であるということをご説明いただきました。さらに、循環・呼吸・栄養・睡眠・疲労などの全身状態の悪さが影響を与えることがあるため、ご本人様の全身状態を整えていくという視点も大切であると教えていただきました。

講義を通して、高次脳機能障害それぞれの症状を理解した上で、全身状態などの基本的な部分から関わっていくこと、ご本人の意思を尊重し個々に合わせた対応をとることが重要であると勉強させていただきました。

まめちしき 豆知識

片手で作ってみよう！！

その2 ●○編み物(リリアン)○●

今回は土台の作り方を紹介します。※土台作りにはお手伝いが必要です

用意するもの:割りばし

割りばしをつける筒状のもの

(写真はガムテープ、お菓子の箱です。ペットボトルや牛乳パックでも可能です)

割りばしをとめるテープ

毛糸(超極太など太いものが編みやすいです)

作り方:筒状のものに、間隔をなるべく均等に奇数本の割りばしを固定します。

ガムテープの場合、一周ちょっと開いて、割りばしを2~3センチ間隔で奇数本置いて戻すだけです。途中ではがれないよう布ガムテープをお使いください。割りばしの間が開きすぎると編みにくくなります。

筒で編むので、出来上がるものも筒になります。ガムテープの台で左の雪だるまのマスコットができました。長く編むとマフラーもできます！ 詳しい編み方は次回ご説明します。

