

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



Vol.44 前橋地域リハビリテーション広域支援センター
(公益財団法人 老年病研究所附属病院内)

H30年9月発行

今年度のおもな事業を紹介します

今年度行っている主な事業の内容や、今後の実施予定について紹介させていただきます。興味のある研修会や、指導の依頼など、お気軽にお問合せください。

●一般研修

リハビリ関連職種向けに「認知症の生活障害と支援」について群馬医療福祉大学の山口智晴さんにお話しいただきます。11月11日(日)、老年病研究所附属病院での開催です。詳しくは同封のチラシをご覧ください。皆様の参加をお待ちしています。

●健康教室・介護予防教室

介護予防サポーターさん、地域の方に向けて開催。
1月26日(土)前橋自動車教習所の都丸大悟さんを講師にお招きし、高齢者の自動車運転についてお話しいただきます。



●認知症を語るカフェ従事者向け研修

前年度まで行っていた介護予防サポータースキルアップ特別コースに変わり、今年度より行われる事となりました。サロンなどでリーダーシップを発揮できるような人材の育成を目的としています。認知症予防の運動(脳活体操)をテーマに、当院の理学療法士を講師とし実施予定です。

●実地指導・出張講座

日頃のケアやリハビリの方法などについてお困りごとがあれば、直接施設・利用者様の下へリハ専門職が

出向き相談・評価・アドバイスをさせていただきます。また、職員様のスキルアップへ向けスタッフ様対象とした各種講座も行っており、移乗介助のコツや浮腫予防の体操、誤嚥を防ぐ摂食介助の方法など、ご要望に応じた幅広いテーマで、講座を開かせて頂いております。これまでも多くの事業所様でご利用いただいております。平成30年度についても、皆様の“困りごと・学びたい事”がありましたら、是非「実地指導・出張講座」を御利用下さい。“無料”です!!

●リハビリ専門職向け研修

リハビリ職を対象とし、地域で役立つ技術の習得や人材育成を目的とした研修です。今回はシーティングについて戸田中央リハクリニックの理学療法士、竹内章朗さんをお招きし、10月29日(月)開催予定です。

今年度より

前橋市からの委託事業がスタートしました!

●ピンシャン体操クラブ評価事業

前橋市オリジナルの介護予防体操「ピンシャン!元気体操」等を行う自主グループ(市内約50箇所)に地域のリハビリ専門職を派遣し、体力測定などを行っています。後半に事業についての報告を掲載していますのでご覧ください。



●認知症を語るカフェ

これまで前橋市との共催としてきた「認知症を語るカフェ」ですが、今年度より前橋市からの委託事業となりました。月1回の頻度で、前橋プラザ元気21の1階にぎわいホールにて開催しています。お茶を飲みながら語り、認知症について困っていることを専門職に相談することもできます。また、作品作りなどのレクリエーションなども行っています。認知症に興味のある方はどなたでも参加可能です。費用は一切かかりません。お気軽にお立ち寄りください。次回は10月31日(水)に開催予定です。



地域包括ケア構築に向けて

～リハビリ専門職としての取り組み～

前橋では市内を5ブロックに分けそれぞれのブロックごとに他職種で行う会議などが始まっています。当広域支援センターでも、昨年各ブロックからリハビリ専門職の代表者を選出し、ネットワーク作りのための話し合いや、ブロック会議への参加、各ブロックの窓口としての役割をお願いしてきました。また、地域包括ケアに関する情報や研修会案内などの情報共有のためのネットワーク(連絡網)作りをすすめています。よりよいまち作りのために、活動しやすいしくみを作っていければと考えています。

文責：上村

前橋市からの委託で実施している

地域在住高齢者の評価事業について

～リハビリテーション専門職としてのピンシャン体操クラブへの関わり～

老年病研究所附属病院の藤井です！

前橋市では、オリジナルの介護予防体操「ピンシャン！元気体操」を行う地域住民主体の自主グループ「ピンシャン体操クラブ」の立ち上げ支援を行っています。しかし、その効果判定はマンパワーの不足などにより実施出来ずにいました。今年度より、広域支援センターでは、リハビリテーション専門職が地域の介護予防の取り組みを機能強化することを目的とした「地域活動支援事業」の一環として、前橋市からの委託事業（ピンシャン体操クラブ評価事業）を開始しています。今回は、ピンシャン体操クラブ評価事業について説明します！



どんなことをしているの？

「ピンシャン！元気体操」等を行う自主グループの中で、評価を希望した体操クラブに対し、理学療法士・作業療法士が出向き、評価（4種類の体力測定、アンケートによる健康調査）を実施します。また、評価結果のフィードバックや体操についてのアドバイスも行います。評価を実施するリハビリ専門職の確保のため、広域支援センターより市内の支援施設に協力依頼を行いました。その後、評価事業についての事前講習会を開催し、それを受講したリハビリ専門職を「ピンシャン体操クラブ」へ派遣しています。平成30年6月から平成31年1月の間に実施される予定です。

どんな役割をしているの？

市内の施設に協力を依頼することで、多くのピンシャン体操クラブの機能強化・継続支援を行うことが可能となったこと、病院や施設のリハ専門職が地域に出る機会を作ることができたと思います。広域支援センターが行政（市役所）と地域のリハ専門職（病院や施設）をつなぐ窓口として機能したことで、多くのリハ専門職が地域の社会資源や高齢者の現状を把握し、地域住民との信頼関係を築くきっかけ作りに繋がっています。今後、リハ専門職には、介護予防の機能強化として、地域ケア会議への参加や多職種との連携も求められていますが、本事業を通して地域との関わりを持つことで、「地域リハビリテーション活動支援事業」がより円滑に進められるようになると思われます。

地域でのリハ職の活動について～理学療法士編～

リハビリには、理学療法士(PT)、作業療法士(OT)、言語聴覚士(ST)の3職種があります。各職種の仕事内容について、世間一般にはあまり知られていないかと思います。そこで、今年度の広域支援センターニュースでは、各職種の説明と、地域での活動報告を行っていききたいと思います。



理学療法士とは？

理学療法士は、一言でいえば身体機能と動作のプロです。具体的には、病気やけがの回復を促し、対象者が自立した日常生活を送れるように支援する役割を担う専門職です。

理学療法士のできることで、個々の身体機能や姿勢、痛みの評価を行い、運動療法や物理療法(温熱や電気療法等)を用いて、「起き上がり」「立つ」「歩く」などの日常生活に不可欠な基本動作能力の獲得や、痛みの軽減、正しい動きの学習を目指します。治療の中では、評価した結果から対象者個人にあった最適な治療プログラムを提供します。さらに、社会参加や自立した生活のサポートのため住宅改修や福祉用具の調整なども行います。近年は生活習慣予防や転倒予防、介護予防などの病気やけがを予防する前の状態からサポートを行っています。



地域でどんな活動を

しているの？

前橋地域リハビリテーション広域支援センターでは、介護保険サービスをはじめ、保健福祉事業や市町村が行うリハビリテーション関連事業などにおいて、高齢者や障害者に対し適切なリハビリテーションや介護が提供されるよう、介護福祉施設職員・訪問看護師・介護支援専門員・ホームヘルパーなど、地域リハビリテーションに関わる機関やそこに従事する方に対する支援を行います。

その中で、理学療法士は「起き上がり」「立つ」「歩く」といった基本動作の介助方法・対象者の練習の方法などのお悩み相談や、転倒予防教室の開催を行ってきました。

実例紹介

◎スタッフ指導



リハビリ型デイサービスのスタッフの方から、普段の業務で体操やストレッチ、筋トレなどを利用者様へ正しく指導できているか不安なので、正しい方法を教えてほしいというご依頼でした。普段のメニューやどのような利用者様がいらっしゃるのかをお聞きし、安全で効率の良い方法を指導しました。また歩行介助についてもご質問があり、歩行時の重心移動の介助を体験していただきました。体操や

筋トレでも、注意するポイントを正しく理解して行う必要があります、どのようなポイントがあるかを実際に体験しながら理解していただくことで、安全で効果のある練習が提供できると思います。



◎脳卒中後遺症



脳卒中後遺症の方が対象で、今回は麻痺した足関節の拘縮（活動量の低下などにより関節が硬く動かなくなってしまうこと）が進んできており痛みもあるが、歩行練習の方法は現在のままでいいのか心配、というご相談が、入所する施設の方からありました。

実際に施設へ伺い、対象者の方の身体機能の評価、歩行練習場面を評価したところ、拘縮による足の引きずりや、体重をかけた時の痛みが出ており、歩きづらさがありました。足の引きずりを予防する装具の着用も試してみましたが、拘縮が強く適応ではなかったため、足を出す順番を左右反対にするよう指導したところ、足の引きずりや痛みの軽減を図ることができ、利用者様や機能訓練士の方が安心して歩行練習を行えるようになりました。これからも、痛みが少ない中で積極的に歩く練習を行っていただくことで、全身の筋力の維持や循環をよくすることにつながり、対象者の方の健康増進・維持が図れることができると思います。



どこに相談すれば良いの？

前橋地域リハビリテーション広域支援センターは、前橋地域のリハビリテーションに関する相談や要望に応え専門職の派遣などを行っています。事業所職員向けの実地指導や一般向けの講習会など、専門分野の職員が必要な際にはご相談下さい。

文責：宮澤

前橋地域リハビリテーション広域支援センター
(老年病研究所附属病院内)

☎：027-253-5165

FAX：027-253-8222

e-mail：kouikishien@ronenbyo.or.jp

URL：http://www.ronenbyo.or.jp

