

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

公益財団法人 老年病研究所附属病院内 R1年9月発行 vol.47

ご挨拶

今年度も前橋地域リハビリテーション広域支援センターの活動について、年3回の発送で紹介させていただきます。当センターではリハビリテーションに関する研修会や、実地指導、電話相談なども行っていますので、お気軽にご参加・ご相談下さい。



研修会報告

市内リハビリ専門職が 地域ケア会議について学びました

令和元年7月30日、老年病研究所附属病院にて、『前橋市自立支援型地域ケア会議におけるリハビリ専門職の役割』という題目で研修会を行いました。



講師に前橋市長寿包括ケア課の中島敦子先生、公立七日市病院PT 渡辺真樹先生、地域包括支援センター西部主任ケアマネジャー山田圭子先生、群馬医療福祉大学教授OT 山口智晴先生をお招きしご講演頂いた後、意見交換を行いました。

●自立支援型地域ケア個別会議

とは？

要支援等高齢者が、できるだけ在宅で自立した生活を営めるよう、またその生活の質が向上することを目的に、地域の医療・介護の専門職などが集まってそれぞれの視点から有効な支援方法などを検討する場です。

前橋市においては昨年度、モデル事業として3回の会議が行われました。対象者は事業対象者および要支援1・2の方です。事例提供は包括職員・サービス事業所が行い、助言者として医師・歯科医師・

薬剤師・管理栄養士・歯科衛生士・リハビリ（理学療法士・作業療法士・言語聴覚士）等専門職が参加、1事例あたり、おおむね30～40分で検討が行われました。また、市内居宅介護支援事業所の方々等約100人が会議を傍聴したそうです。

今年度は前橋市5ブロック（中央・東・西・南・北）において2回ずつ開催予定とのことです。



●自立支援型地域ケア会議における リハビリ職の役割とは？

渡辺先生からは「リハ職としての臨み方」についてご講演頂きました。



<理学療法士 渡辺真樹 氏>

専門職の立場から、環境因子・個人因子を把握し、
本人・家族の意向を理解する

出来ることと出来ないことを判断する

出来ることの中でしていない事(あるいは出来なくなりそうな事)の要因を分析する

分析した要因に対して、自立支援につながる
具体的な手法提示をする、あるいは課題を提供する

ということが大切だそうです。

また、全ての参加者がわかる表現で助言することが重要だそうです。

山口先生からは、「アドバイザーの立場から 複数市町村のケア会議出席を通して感じたこと」についてご講演頂きました。

専門職の気を付けたいところとして、

- ・リハビリ専門職としての見地から予後予測も役割
- ・質問する時には、その視点をすることで他の事例にも活せるようなものになると有意義
- ・直ぐに試せるアドバイスを提案する
- ・「正論だけど現実と乖離」する内容は避けたりと、医学モデルではなく生活モデルでの提案をする

ということが大切だそうです。



<作業療法士 山口智晴 氏>

研修会を通じて、地域高齢者のQOL（生活の質）を向上するために前橋市が行っている活動を知ることが出来ました。また、地域連携を取る上で、リハビリ専門職に求められていることや注意すべきことを学ぶ機会になりました。

文責：笠原、淡路

ピンシャン体操クラブ 評価事業の紹介

当センターでは、平成30年度より前橋市からの委託を受け「ピンシャン体操クラブ評価事業」を運営しています。

●ピンシャン体操クラブって？

前橋市オリジナルの介護予防体操『ピンシャン！元気体操』をご存知ですか。この体操は「立ち上がる」「上に手を伸ばす」「歩く」など、普段の生活の中での動作を安全で楽に行えるよう、馴染みのある曲に合わせて楽しく行います。

市では、この『ピンシャン！元気体操』を行う自主グループの立ち上げ支援を行っていて、現在60以上のグループが活動しているそうです。このグループをピンシャン体操クラブと言い、体操が終わった後には参加者でお菓子を食べたりお茶を飲んだりするなど、交流の場にもなっています。



高齢者が歩いて通える身近な場所で気軽に介護予防に取り組めるように、たくさんのクラブが立ち上がるといいのですが、気になるのはその効果です。

そこで始まったのが「ピンシャン体操クラブ評価事業」です。

●ピンシャン体操クラブ評価事業について

ピンシャン体操クラブへ市内のリハビリ専門職が伺い体力測定と健康調査を実施しています。また結果のフィードバックや体操に関するアドバイスも行います。今年度は、希望のあった52箇所のク

ラブへ75名のリハビリ専門職を派遣する予定です。

事業を通じて、地域住民とリハビリ専門職との関係作り、またリハビリ専門職の連携が進み、地域包括ケアシステムや地域リハビリテーションの円滑な推進に繋がればと思います。

●介護予防に必要な事

これからの介護予防は、機能回復訓練などの高齢者本人へのアプローチだけでなく、地域の中に「生きがい・役割」をもって生活できるような場所や、「出番づくり」など高齢者を取り巻く環境へのアプローチが重要です。

そういったアプローチのひとつが、住民自身が運営する通いの場です。幅広い年齢や状態の高齢者が参加し、体操や筋トレ、趣味活動や交流会など様々な活動が行われる通いの場は、高齢者同士の助け合いや学びの場としても魅力的です。住民運営の通いの場を充実させ、人と人とのつながりを通じて、通いの場が継続的に展開していくような地域づくりの推進が介護予防につながります。

ピンシャン体操クラブの良いところは、住民が集まって体操を行うことにあります。介護予防体操は継続することが大切ですが、1人だと継続が難しいこともあります。地域住民が集まってグループで体操を行うことで継続につながり、また体操クラブに出かけることで外出の機会ができて閉じこもりの予防にもなることでしょう。 文責：藤井



(ピンシャン！元気体操については前橋市のHPをご覧ください。)

まめちしき

高齢ドライバーの自動車運転について

最近、高齢ドライバーの交通事故についてニュースなどで取り上げられることが多くなっています。年齢とともに認知機能や、注意力など低下してくることもあり、運転免許証の自主返納への関心も高まっていると思います。しかし、公共交通機関の限られた地域では、運転せずに生活は成り立たないこともあり、群馬県も自動車の無い生活は不便を感じる方も多いと思います。高齢になれば、事故を起こすリスクが高まりますが、一方で車の運転が不可欠です。また、「自動車を運転すること」自体が、その人の“生きがい”や“プライド(誇り・自信)”に繋がっていると感じることも多いです。



●当院での脳卒中発症後の方に対するの

運転再開へ向けた取り組み

当院では、脳卒中を発症され、リハビリのオーダーがでた患者様で、自動車運転再開が必要な方に対して運転再開に向けた評価やリハビリを、入院・外来にて行っています。

運転に必要な身体機能の獲得に向けたリハビリや、机上での高次脳機能検査の他に、ドライブシミュレーターを使った評価・練習や、教習所とも連携し実際の実車教習など行いながら介入を行っています。



ドライブシミュレーターの実際のコース



個室にドライブシミュレーターを設置しています



●高齢者と自動車運転

脳卒中に限らず、加齢に伴い認知機能の低下も見られてくると思います。運転免許証の更新の際に、認知症の恐れがあると判断されたドライバーや、任意で希望されたドライバーに対して、診断と運転機能回復のためのリハビリテーションを行う医療機関も全国的にみると出てきています。医師から認知症と診断されれば本人の意思に関わらず免許停止となります。安全に運転を行うためにも、認知機能の低下を予防していくことが大切になります。

●免許停止後の代替手段

運転の継続が困難となった場合は、公共交通機関やタクシーなどの代替手段の利用の検討が必要になります。代替手段に関してはまだ十分整っていない状況ではあると思いますが、運転免許証を自主返納することで受けられるサービスなどもあります。各市町村により、自主返納で受けられるサービスは異なります。今回は、前橋市での『運転免許証自主返納支援制度』について紹介したいと思います。



文責：上村

編集後記

9月になり、暑さもだいぶ和らいできました。運動もしやすい時期になりましたので、体を動かしながら、体調管理にも気を付けていきましょう。

前橋地域リハビリテーション広域支援センター
〒371-0847 群馬県前橋市大友町3丁目26-8
公益財団法人老年病研究所附属病院内
TEL:027-253-5165
FAX:027-253-8222
E-mail:kouikishien@ronenbyo.or.jp