

菊池地域リハビリテーション 広域支援センターニュース

Vol. 14



「口腔機能向上」研修会



「一次救命処置」研修会



「認知症」研修会

はじめに

明けましておめでとうございます。

平成19年度4月から12月までの活動は、介護予防を中心に研修会と市町への現地指導を行っています。特に研修会では昨年度のアンケート要望を反映させ、介護予防(運動機能向上、栄養改善、口腔機能向上)の他、認知症・介護テクニック・体力測定・一次救命処置を実施しました。現場でお役に立つような実技中心の研修会を企画し、どの研修会もアンケートから「大変役に立った」とうれしい感想を頂きました。また、摂食・嚥下障害への対応として、冊子も作成し、研修会参加者に配布いたしております。今回のセンターニュースでは研修会を中心に主要な活動について報告致します。

も	はじめに.....	1
く	各サロンの取り組み紹介.....	2
じ	摂食・嚥下冊子作成と紹介.....	3
	研修会アンケート報告.....	4~11





各サロンの取り組み紹介



当支援センターが実施しているきくちゃん体操指導者養成研修会で修了証を交付され、指導者として実際に地域で体操を実施されている3地区をご紹介します。

菊池市龍門地区

体操の種類:長寿きくちゃん体操
場所:菊池市龍門支館
実施回数:月一回 第二水曜日
時間:9:00~13:00
参加人数:20名程度
参加者:龍門校区高齢者



菊陽町七町内地区

体操の種類:いすに座ってできるきくちゃん体操
場所:菊陽町七町内集会所
実施回数:毎週水曜日
時間:10:30~12:00
参加人数:15人~20人
参加者:七町内高齢者



菊池市今地区

体操の種類:いすに座ってできるきくちゃん体操など
場所:今区公民館
実施回数:月一回 第三金曜日
時間:10:00~13:00
参加人数:20人~30人
参加者:今区高齢者



ご紹介3地区での体操を実施しての感想

- ・長寿きくちゃん体操が作製された当初より体操を実施しており、自分達自身で体力をつけることが出来るよう頑張っている。
- ・小学校の隣に建物があり、体操終了後には小学生との交流会も行っている。
- ・今後は体力測定等も行っていこうと考えている。
- ・私たちの町内は一人暮らしや二人暮らしの高齢者の方々が増え少しでも健康で明るく楽しい家庭生活が出来ると毎週いすに座ってできるきくちゃん体操を始めたところ、皆さん体操の後は体が軽くなった、足の運びが楽になったと喜ばれている。また体操の後のお茶も楽しみの一つ。

菊池市今区ふれあい会に助成金贈呈される

財団法人 大同生命厚生事業団は高齢者福祉に関するボランティア活動等に対してボランティア活動の振興と社会福祉の向上に寄与することを目的としてシニアボランティア活動助成をおこなっています。今回、菊池市今区ふれあい会のいすに座ってできるきくちゃん体操の体操普及活動が評価され、助成金が贈呈されました。





摂食・嚥下冊子 作成と紹介 『安心食楽 ～摂食・嚥下障害への対応～』



平成18年度の介護保険制度改定で新予防給付が導入され、その中に口腔機能向上が取り上げられました。医療・介護の現場では口腔ケア、口腔機能のリハビリテーション、摂食・嚥下障害への対応といった「食べる」ことへの支援の重要性が広く認められ、当支援センターにもこれらの支援要望が多数寄せられました。そこで当支援センターでは、菊池地域振興局・菊池郡市歯科医師会・歯科衛生士会菊池郡市支部の協力の下、摂食・嚥下障害への対応についての冊子を作成しました。



摂食・嚥下障害の方々や、高齢者のみなさんが安心して安全に食事を楽しんでいただく為の冊子です。「摂食・嚥下障害の基礎」と「今すぐできる、嚥下障害の方への対応」として①口腔ケア、②嚥下体操、③食事の姿勢、④咳の方法、⑤食事の工夫、⑥水分のとり方、⑦食具の工夫、⑧食事時の注意点(食べ方)を取り上げて、イラストや写真を豊富に使い、分かりやすく記載されているわかりやすい冊子です。

この冊子は当支援センターのPT、OT、ST、管理栄養士が集まり、1年間かけて現場で即対応できるように工夫いたしております。今後、摂食・嚥下リハビリテーション研修会で教材として活用していきますので、是非研修会に御参加下さい。

尚、この冊子にご興味のある方は、下記までお問い合わせ下さい。

発行元・連絡先:

菊池地域リハビリテーション広域支援センター
〒869-1106 熊本県菊池郡菊陽町曲手760
熊本リハビリテーション病院内
TEL 096-232-3194 FAX 096-232-3119
E-mail chiiki-reha@marutakai.or.jp





研修会報告

「口腔機能・栄養改善」研修会

「口腔機能・栄養改善」研修会は5機関の共催の下、3回シリーズで開催しました。この研修会ではそれぞれ専門職の立場から講演・実技を実施して頂きました。

- ◆ 「口腔機能向上」研修会
- ◆ 「摂食・嚥下リハビリテーション」研修会
- ◆ 「低栄養予防」研修会

共催：菊池地域振興局 菊池郡市歯科医師会 歯科衛生士会菊池郡市支部
栄養士会菊池郡市支部 菊池地域リハビリテーション広域支援センター

「口腔機能向上」研修会

講義 —口腔機能向上について—

(歯科医師 松岡拓治先生)

- 口腔機能の基礎知識
- 口腔ケア
- 口腔機能向上訓練
- 摂食・嚥下訓練
- 摂食・嚥下障害の発見法



実技 —口腔ケア—

(歯科衛生士：坂本由美氏
矢野道子氏 松崎貴久子氏)

- 基本の口腔ケアと評価について
- 義歯の取扱い(デモ)
- 基本口腔ケア(デモ)
- 片麻痺の口腔ケア(交互実習)
- 重度障害者の口腔ケア(交互実習)
- 口腔リハビリテーション



他 8名の歯科衛生士さんにご協力
いただきました。

**モデルは歯科医師の
園木先生です！**





「口腔機能向上」研修会 菊池地域振興局アンケート結果

●実習の感想

- ①口腔麻痺の疑似体験と口腔ケアは大変役に立った。
口腔麻痺の疑似体験で残渣物があり、患者様の気持ちがわかった。
- ②実際に疑似体験でき、やってもらう人の気持ちがわかり、やる方も丁寧になると思った。
- ③自分で体験したことにより、ブラッシングの力加減がわかった。

●日々の業務の振り返り

- ①口腔リハビリやマッサージなどこれから施設でも行っていきたい。
- ②義歯を装着していない人の口腔ケアもしっかり見直していきたい。
- ③在宅のケアプランにも口腔ケアをできるだけ入れ込みたい。
- ④今まで自己流でやっていた口腔ケアを見直すことが出来た。
- ⑤口腔ケアがちゃんとできると誤嚥を減少させることができる。

●私の今の気持ち

- ①介護者全員が口腔ケアの意味を理解し重要性に気づくことが大事と思った。
- ②たくさんの業務に生かせる技術や知識を取得できたと思う。

「低栄養予防」研修会

講義 —低栄養を予防するために— (管理栄養士 嶋津さゆり氏)



展示サンプルも盛りだくさん！！



配布資料も盛りだくさんだよ！

講義 —低栄養予防のための食事の工夫について— (栄養士 坂本留美氏)

- 嚥下障害
- 食欲不振 等



とろみを作成中！

感想およびアンケートでのご意見

- ①味と柔らかさばかりでなく、香りや温度の大切さにも気づかされた。
- ②ソフト食、嚥下食はとても参考になりました。よく研究されていると思う。
- ③ソフト食の取り組みを咀嚼嚥下困難な方に取り組んでいきたい。
- ④とろみのつけ方など知らなかったのがよかった。



「摂食・嚥下リハビリテーション」研修会

講義 —摂食・嚥下障害の基礎— (医師 齊藤智子先生)

- 摂食・嚥下障害とは？
- 嚥下器官の解剖
- 摂食・嚥下のメカニズム
- 摂食・嚥下障害の徴候
- 摂食・嚥下障害の主な原因
- 摂食・嚥下障害の評価
 - ビデオ嚥下造影(VF)検査
 - ビデオ内視鏡(VE)検査
- 摂食・嚥下障害の治療
 - 摂食・嚥下障害のリハビリテーション
 - 歯科的治療
 - 外科的治療
- リスク管理



業者による展示説明会

口腔ケア商品、トロミ剤や嚥下食、車椅子、自助具など6社による展示、説明がありました。



実技 —摂食・嚥下障害のリハビリ—

(理学療法士、作業療法士、言語聴覚士)



嚥下障害の模擬体験



食べ方の工夫



姿勢の調整



嚥下体操



食具の紹介



咳の方法

参加者の声

嚥下障害の模擬体験をすることで、飲み込みが悪い状態の患者様の気持ちがわかった。

姿勢を整えること、咳払いの介助法など参考になった。これから早速、職場でも活用していきたい。



「一次救命処置」研修会

主催：菊池地域振興局（日赤菊池地区）
菊池地域リハビリテーション広域支援センター



平成19年11月7日に菊池市『笹乃家』において、日本赤十字社の本田知之氏（日赤救急法指導員）を招いて、一次救命処置研修会を開催いたしました。研修会はリハ従事者、ボランティア住民団体リーダー、保育士、老人保健福祉関係者を対象として、一次救命処置（心肺蘇生法）の講義から人形を用いた人工呼吸、心臓マッサージの実践やAED（自動体外式除細動器）の使い方、実践などを90分の短い時間の中で効率よく研修ができました。40名の参加があり、みなさん熱心に研修されました。今後も医療・福祉の場面で、役立てていただければと思います。

感想・およびアンケートでのご意見

- ・大変参考になった。
90分があっという間で少し足りないくらいだった。そのためしっかり把握できなかった面もあったので定期的にも実施してほしい。また、区長会での救命処置研修会は必要と思った。いざという時に役立て、常に危機管理意識を持ちたいと思った。
- ・自分で体験することによってより正しく理解できた。このような研修会にもっと参加し自分なりに勉強していきたいと思う。一度では不完全だが二、三度受講すれば迷わずできると思う。
- ・座学より楽しくできたし、班のお世話の方と話をしながらできるので理解しやすかった。先生の説明はわかりやすい上、さわやかだった。班のお世話の方も優しく丁寧だったので安心してできた。
- ・子ども相手に活かせる内容のものや、怪我、骨折、のどに詰まらせたときの応急処置について知りたい。





「介助テクニック」研修会

平成19年6月22日に、熊本リハビリテーション病院リハ室にて開催いたしました。講師として熊本リハビリテーション病院の今泉久仁子氏(理学療法士)を始め、多くの理学療法士、作業療法士スタッフに御協力いただきました。研修会はリハ従事者、介護保険事業従事者、老人保健福祉関係者を対象とし、内容はリフトやトランスファーボード、マルチグローブなど介助者の負担軽減となる道具の紹介、またそれらを用いた効率的な介助方法を紹介・実践しました。



感想・およびアンケートでのご意見

- ・介護用具、CDやカタログで知っていましたが、実際経験できて良かった。
- ・アイデアいっぱいの福祉用具があることを知り良かった。
- ・イージーグライドが使いやすかった。
- ・とても勉強になり明日からすぐやってみようと思った。
- ・少し専門的で、使いこなすには、勉強していきたいと思った。
- ・実体験することで介助する側、される側の身になることができ、日常ではなかなか感じられない部分まで経験する良い機会になった。
- ・いつもやっている介助法より腰への負担が少なく、実践の場で活かしていきたい。





「長寿きくちゃん体操」&「いすに座ってできるきくちゃん体操」 指導者養成研修会

「長寿きくちゃん体操」 研修会



「長寿きくちゃん体操」 研修会



「いすに座ってできるきくちゃん体操」 研修会



「いすに座ってできるきくちゃん体操」 研修会

今年度も『長寿きくちゃん体操』と『いすに座ってできるきくちゃん体操』の指導者養成研修会を開催し、たくさんの方々に御参加いただきました。長寿きくちゃん体操指導者養成研修会では基本的なマット上での体操と椅子を使用した体操を体験していただきました。椅子にすわってできるきくちゃん体操研修会では道具なし・道具あり・お楽しみ編を3回に分けて実施し、3回目の方は指導者体験も実施して頂きました。

また体力測定研修会は介護保険における新予防給付サービスの運動器機能向上マニュアルに順じて握力、片脚立ち、長座位体前屈、Time up & Go、歩行能力、最大1歩幅、Functional Reach test、反応時間などの測定法を紹介しグループ毎に測定する側、測定される側を体験していただき、意欲的なご参加がありました。

感想・およびアンケートでのご意見

- ・大変参考になった。
- ・普段やっているものと違い勉強になった。
- ・今後のリクリエーションに活用したい。
- ・繰り返すと理解してくれそうなので、すこしずつ広めていきたい。
- ・片麻痺の人はどうすれば、良いでしょうか？
- ・リズム体操やゲーム、レクリエーションなど楽しめるものがあれば・・・。

貴重なご意見は、今後の参考にさせていただきます。ありがとうございます。



「認知症」研修会

主催：菊池地域振興局
菊池地域リハビリテーション広域支援センター

去る11月14日、菊池地域振興局と共同にて、認知症研修会を開催いたしました。当日は菊池圏域高齢者虐待防止等ネットワーク連絡会議も合同で行いました。

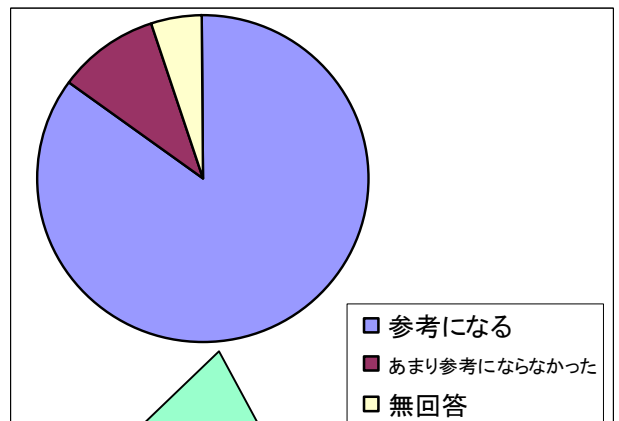
研修会の内容としては、①『認知症高齢者の介護について』認知症高齢者介護実践者の高峯宮子さまからご講演をいただき、②認知症に関する各地区の動向および事例検討会を行いました。参加者は31名と各関係機関から多くのご参加をいただき、かつ活発な意見交換が行われ、有意義なものでした。ここでは研修会の内容およびアンケートの結果をふまえ、報告させていただきます。

①講演『認知症高齢者の介護について』

認知症高齢者介護実践者 高峯宮子氏



現在101歳になる実母を数十年にわたり、介護されているお話をいただきました。さまざまな合併症によるご本人様やご家族の変化に対し、ご苦労されている点、疑問に思われた点など経過を含め、詳細にお話を頂きました。今回の講演を通し、介護にあたる家族の思いを生の声として聞くことができ、かつ実際に介護をしていないとわからないことなど多くあり、大変貴重なものでした。



アンケートにご協力いただいた20名の方のご意見です。
ご協力、大変ありがとうございました。

感想・およびアンケートでのご意見

- ・身近な事例で介護者の思いや苦労を聞くことが出来、参加してよかった。
- ・認知症の家族介護者の生の声は、貴重で重いものであった。介護する上で、病院や事業所に対する思いも聞く事ができた。
- ・生の声は現実を生きている人として重さがあり、興味深かった。
- ・常に相談窓口が家族や以前の職場のお仲間であったという点は印象的であった。
- ・今後は社協や包括支援センター、民生委員や区長など、あちこちに窓口があることを多くの方に認識していただくような対策が必要ではないか？と思った。
- ・またどのように情報を得て、多くの関係機関でどう対応していくかが重要であるということを改めて考えさせられた。





②認知症に関する各地区の動向および事例検討会

昨年好評であった、各市町に分かれてのグループワークを行いました。

～認知症に関する各地区の動向～

昨年検討した『我が町の認知症への取り組み』について現状を確認しました。

各市町共通して認知症キャラバンメイトの育成に取り組みれていました。また、菊池市内では『認知症の人と共に暮らす会“きくち”』が設立され、認知症高齢者への新たな取り組みを伺い知ることのできる場となりました。

～事例検討会～

一事例について『我が町ではどういう関わりができ、社会資源があるのか』検討しました。広用紙に付箋紙や毛糸を使用し、症例・その家族を取り巻く地域のネットワークが目に見える形に作成してみました。

感想・およびアンケートでのご意見

- ・毛糸を使用して(ニット)ネットワークを図にして考える中で、現状がどのようになっているのか、問題点や今後の方向性が見出せた。
- ・連携という視点で、市町担当課・包括支援センター・社会福祉協議会など様々な立場の方と意見交換が行いながら症例への関わりを考えることができた。地域の仲間づくりの場になった。
- ・町(市)独自にあるネットワークを知ることができた。
- ・地域包括支援センターの位置づけの大切さ、役割の重要性を再認識した。
- ・縦割り行政を感じた。例えば、110番、119番などのように連絡するところがあるといい。



今後の認知症に対して ～広域支援センターとして～

貴重なご意見の中にもあったように、研修会が各市町の関係者が集い「我が町のネットワーク」について話し合う時間や場の1つとなり、より深い『きずな』づくり、連携強化につながればと思います。

今後も皆様のご意見をもとに少しでも現場で活用して頂ける研修会開催・情報発信に努め、菊池圏域の認知症高齢者に対するネットワーク作りにお役に立てればと感じております。

連絡先

菊池地域リハビリテーション広域支援センター
〒869-1106 熊本県菊池郡菊陽町曲手760
熊本リハビリテーション病院内

TEL 096-232-3194 FAX 096-232-3119

E-mail chiiki-reha@marutakai.or.jp

URL <http://www.marutakai.or.jp/kcr/>

電話での相談の受付は
午前9時から午後5時まで随時受けております。
またFAX・電子メールでは
24時間受け付けておりますので
お気軽にご連絡ください。

