

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

あけまして
おめでとうございます

Vol. 16



はじめに

新年明けましておめでとうございます。

平成20年度の活動としましては、介護予防を中心に現地指導、研修会を実施しております。好評いただいている介護予防研修会（運動機能向上、栄養改善、口腔機能向上、介助テクニック）を継続して実施し、さらに本年度は菊池地域振興局をはじめ各関係機関連携のもと、高次脳機能障害研修会、認知症、災害時高齢者支援の研修会も開催しました。

今回は平成20年4月から12月までの研修会を中心に御報告致します。



はじめに	1
研修会報告	2～7



研修会報告

「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

今年度も「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」の指導者養成研修会を開催し、介護職やボランティアの方など多くの方にご参加いただきました。「長寿きくちゃん体操」は、一般高齢者向けの体操で、マット編・椅子立位編があります。「いすに座ってできるきくちゃん体操」は、いすに座ったまま出来る特定高齢者向けの体操で、道具なし編・道具あり編(ボール、ゴム)・お楽しみ編があります。ボランティア活動や通所などの現場を想定し、受講者同士で指導しあう体験もしていただきました。



支援センターより

施設などで体操をやってみよう、広めようという意欲を感じます。しかし、課題もあるようです。多くの人に行ってもらえる体操となるよう、研修会を継続し、中身の濃いものにしていきたいと考えています。

【感想・アンケートでのご意見】

- ・聞くだけでなく、実際に受講者間で教えあう事で、良く理解する事ができた。
- ・一つ一つの体操効果や筋肉について教えていただき大変楽しかった。
- ・高齢者の状態や症状に合わせて応用して行う事の大切さを知った。
- ・麻痺のある人、拘縮、障害が重度の方用の体操もあればと思う。

来年度は、片麻痺の方のための『きくちゃん体操』を行う予定です！



熊本県健康福祉部地域課題研修 「認知症研修会」

開催日：平成20年9月19日
場所：菊池市 笹乃家
共催：菊池地域リハ広域支援センター



【講演】「認知症高齢者の基本的理念と対応」
松永 美根子先生
(介護老人保健施設 孔子の里 副施設長)

【パネルディスカッション】 「認知症になっても安心して暮らせる町づくり」
コーディネーター：佐伯 謙介氏(熊本県福祉のまちづくり専門アドバイザー)
パネラー：小川 郁代氏(介護老人保健施設 桜の里 看介護部長)
田中 和美氏(菊池有働病院作業療法士)
高田 紘子氏(認知症高齢者介護実践者)
橋本 圭司氏(大津町地域包括支援センター)



【 感想・アンケートでのご意見 】

講演について

- ・行政・施設・介護者それぞれの対応・対策が理解でき地域で支援する大切さを実感した。
- ・これから増え続けていく現状を踏んで学習したことを実戦につなげていきたい。
- ・話がとてもわかりやすかった。

パネルディスカッションについて

- ・それぞれの立場から今関わられている事を自分の立場から話されて理解できた。
- ・色々な現場で色々な職種の方・経験から意見を聞くことができた。
- ・もっと時間が欲しかった。

今後について

- ・事例を通したグループワークやワークショップが出来る研修会を開催してほしい。
- ・今後も研修会を続けてほしい。



【 認知症について:講演より一部紹介 】



認知症とは？

- ・正常な老化や単なる物忘れではない。
- ・知能がいったん成長した大人が、脳疾患や脳組織にダメージを受けたことでおこる。
- ・思考、見当識、理解、計算、学習能力、言語、判断などの認知力(わかる)が低下していく。
- ・あたり前の日常生活(洗面、身支度、整容、食事、排泄、入浴)に介護を必要とし、人間関係にも支障をきたすようになる。

家族が最初に気付く認知高齢者の日常生活上の変化

- ・同じことを何回も言ったり聞いたりする。
- ・財布を盗まれたと言う。
- ・だらしくなった。
- ・いつも降りる駅なのに乗り過ごした。
- ・夜中に急に起きだして騒いだ。
- ・おき忘れやしまい忘れが目立つ。
- ・計算の間違いが多くなった。
- ・物の名前が出てこない。
- ・ささいなことで怒りっぽくなった。

認知症ケアの原則

- ・人格を尊重する(プライドは保たれている)。
- ・個人によって症状は異なる(性格や生活環境)。
- ・認知症という病気を正しく理解する。
- ・認知症の人の内的世界を理解する。
- ・認知症の人のできない所をみるのではなく、できる所や良いところをみる。
- ・介護者(家族)の負担に目を向ける。
- ・チームで対応する(家族、施設の専門職の職員、市町村や地域包括支援センター、保健所、ケアマネージャー、民生児童委員、地域住民、認知症サポーター)。 など



口腔機能・栄養改善研修会

脳卒中後遺症及び加齢に伴う摂食嚥下障害者への実践的な対応を身につけることを目的に、5機関共催の下、口腔機能・栄養改善研修会を開催しました。研修会は3回シリーズで摂食・嚥下障害の対応冊子「安心食楽」を基に行いました。近年、この分野に関しては特に注目されており、参加者も熱心に講義・実技に参加されていました。昨年度から3領域別にわけて、年3回開催していますが、3領域を受講された方には修了証を交付致しております。また口腔ケア商品、トロミ剤や嚥下食、自助具など、業者による展示・説明も好評でした。

<内容>

- 口腔ケア(開催日:平成20年9月5日)
- 摂食・嚥下リハビリテーション(開催日:平成20年10月31日)
- 摂食嚥下障害者の低栄養予防(開催日:平成20年11月21日)

共催:菊池地域振興局 菊池郡市歯科医師会 熊本県歯科衛生士会菊池郡市支部
熊本県栄養士会菊池郡市支部 菊池地域リハ広域支援センター

<口腔ケア>

講師: 歯科医師 松岡 拓治先生
歯科衛生士 坂本 由美氏 松崎 貴久子氏
曾田 玲子氏 佐藤 はるみ氏

- 内容: ・口腔ケア(基本編)
・口腔ケア(応用編)片麻痺、重度障害者、認知症
・義歯の取扱い
・唾液腺マッサージ
・口腔麻痺の疑似体験



【感想およびアンケートでのご意見】

- ・口腔ケアを学んで、このケアは口腔内を清潔にするだけでなく、脳への活性化や口腔内マッサージの快樂など身体への影響もある大切なケアだということが分かった。
- ・実技を通して、嚥下障害者の気持ちを理解する事も出来たし、口腔内に歯ブラシを入れる時に添える指の力加減など要領がわかったので臨床に活かしたい。
- ・デモンストレーション時にもっと口腔内が見えれば良かったと思う。
- ・吐気症状のある患者さんに対する口腔ケアの方法を考えてほしい。
- ・口腔内トラブルに対しての具体的なアプローチ方法を知りたい。



< 摂食・嚥下リハビリテーション >

講師：地域リハ広域支援センタースタッフ

(医師1人、言語聴覚士3名、理学療法士3名、作業療法士3名)

内容：・摂食嚥下障害について

- ・嚥下体操
- ・食べ方と食具の工夫
- ・食事姿勢の調整
- ・むせの対応



【 感想・アンケートでのご意見 】

- ・食事時の座位姿勢の保ち方、食べやすくする姿勢の必要性、方法等とても参考になった。
- ・研修時間をもう少し長くしてもらい、もっと詳しく聞きたい。
- ・実技を通して、食事介助時にこちらの不手際で、要介護者が苦痛や不安を感じられたり、美味しい食べ物をまずく感じたり、食事時間を楽しく過ごせなかったのでは、と反省させられた。
- ・障害児の施設で働いているが、情報が限られている為、小児などを対象にしたこのような研修があるとありがたい。

< 摂食嚥下障害者の低栄養予防 >

講師：管理栄養士 土村 麻衣子氏

栄養士 坂本 留美氏

- 内容：・低栄養を予防するために
- ・おいしい嚥下食の作り方
 - ・食欲不振者への工夫など



トロミ剤を
紹介しています！

【 感想・アンケートでのご意見 】

- ・嚥下・摂食状態の悪いご利用者が増えてきた為、トロミ付け等早速、栄養士に報告し、実践につなげていきたい。
- ・普段何げなく食べていたものが、喉につきやすい、詰まりやすい事を知り、驚いた。
- ・食べ易さだけでなく、盛り付けにも気を付けたい。
- ・摂食・嚥下の評価用紙などがあればもう少し理解が深められたと思う。
- ・続けて受講することで、職場や地域でも役立てていけたら、と思う。



介助テクニック研修会

開催日：平成20年6月6日

講師：今泉 久仁子氏(熊本リハビリテーション病院 理学療法士)

熊本リハビリテーション病院にて、医療保健福祉関係者を対象に開催しました。上記の講師のほか、理学療法士、作業療法士スタッフに協力していただきました。内容としては、リフトやトランスファーボードなどの介護用具の説明・使用方法の紹介、基本的な動作である起き上がりや移乗などの介助方法を実際に体験していただきました。(18時から2時間という限られた時間の中ではありましたが、たくさんの方にご参加いただきました。)

【 感想・アンケートでのご意見 】

- ・30年ぶりに介護を実際に手に取るように教えて頂き、明日からすぐ実践したい。
- ・施設にない器具を使用できたのは非常に良い経験となり、また動作の再確認にもなった。
- ・種々の道具があり購入を検討してみたい。
- ・実際に道具を使ってみると、する側・される側の気持ちがよく分かった。
- ・テクニックのメカニズムが良く分かった。
- ・新しい道具や介護者の負担にならないような方法を聞きたい。



『一次救命処置』&『災害時の高齢者支援』研修会

開催日：平成20年6月11日 / 10月15日

共催：菊池地域振興局

講師：村田 裕子氏(日本赤十字社熊本県支部 事業推進課)

昨年と同様に「一次救命処置」、他に「災害時の高齢者支援」の研修会を開催しました。

一次救命処置では、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、実践などを学ぶ場となりました。

災害時の高齢者支援では、被災した高齢者の避難所生活に焦点をあてて、誰もが知っておきたい知識や支援技術の説明を受けた。内容として、手洗いの仕方や、起き上がりや立ち上がり等の介助方法、毛布を使用したガウン作り、新聞紙での箱作りなどを学習することができました。

【 感想・アンケートでのご意見 】

- ・講義が1時間ほどで苦痛なく聴けた。
- ・実技もあり、大変理解しやすく説明してくださって、良くわかった。
- ・ちょっとした気付きが大事だと思った
- ・災害時の状況はイメージがわかなかつたので、今日のはじめて知る事が多かつた。
- ・今後は、一人暮らしの高齢者支援についてなども知りたい。





高次脳機能障害研修会

日時：平成20年9月26日

場所：合志市保健福祉センターふれあい館 交流ホール

主催：熊本県菊池地域振興局福祉課

共催：合志市社会福祉協議会

菊池地域リハビリテーション広域支援センター
(熊本リハビリテーション病院)



【講演】「高次脳機能障害を正しく理解しよう」

講師：熊本大学 医学部 橋本 衛 先生

高次脳機能障害に関する概論や用語などの基本的知識や、記憶障害、注意障害、遂行機能障害、情緒・社会的行動障害など行政的分類による障害についてわかりやすく説明していただきました。



【パネルディスカッション】「高次脳機能障害を知ろう」

座長：熊本大学 医学部 橋本 衛 先生

パネラー： 医療従事者の立場から :尾関 誠 氏(熊本リハビリテーション病院 臨床神経心理士)
介護する家族の立場から :一ノ瀬 純二 氏(高次脳機能障害ぷらむ熊本)
地域の支援者の立場から :坂本 栄子 氏(NPO法人菊池まちづくり千年の風)
当事者の立場から :一ノ瀬 健 氏

【 発表者との意見交換(質疑応答) 】

『高次脳機能障害を知ろう』のテーマのもと、熊本リハビリテーション病院の尾関 誠氏からは、高次脳機能障害のリハビリには想像力！ということで、目に見えない高次脳機能障害の問題について周囲の人間がどのように理解していったら良いか臨床経験を含めてお話いただきました。

NPO法人菊池まちづくり千年の風の坂本栄子氏は出会い、想い、夢のテーマのもと地域サポーターの立場からこれまでの体験談をお話していただきました。

また、当事者の声として一ノ瀬健氏、家族の立場から一ノ瀬純二氏にお話をしていただき、介護の大変さ、親亡き後の不安、家族会について生の声で聞くことが出来ました。

【 感想・およびアンケートでのご意見 】

- ・ご家族の話聞いたことは、とても良かった
- ・専門の方や家族の生の声が聞いて良かった。
重みのある言葉だった。
- ・身近な症状、想像しやすいことに例えて話してくださって、とてもわかりやすい講話内容で良かったです。
- ・「高次脳機能障害」の言葉自体が、耳慣れないものであったが、研修で身近な存在となり、日常生活でも意識して接したい。
- ・今後の活動に出来るだけ協力していきたいと思えます。他人事でなく支援したいと強く思う研修でした。
- ・認知症との区別が理解できて良かった。



ふれあいミニコンサート

ミニコンサートでは一ノ瀬健氏の歌声に参加された方々みなさんが感動され、大盛況でした。

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。

