

船橋市地域リハビリテーション拠点事業

2022年度 活動報告

船橋市リハビリセンター
石原 茂樹

船橋市地域リハビリテーション拠点事業一覧（実績）

研修 講演会

リハビリ関係者向け講演会	第24回研究大会（web） 第25回研究大会（web） 第18回摂食栄養サポート勉強会（web） 第19回摂食栄養サポート勉強会（web）	10月31日 3月13日 9月12日 2月24日
リハビリ関係者向け研修会	第34回地区勉強会（web） 第35回地区勉強会（web） 介護職勉強会（動画配信） 介護職勉強会（web）	8月2日 12月2日 2月1日 10月4日、2月28日
市民向け講演会	リハビリセンター講演会@リハビリセンター リハビリセンター講演会（動画配信）	9月29日 10月1日
市民向け研修会	まちづくり出前講座・清水山シニアクラブ まちづくり出前講座・高根東町会	6月10日 7月28日

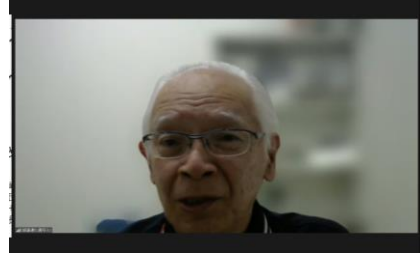
普及 啓発

パンフレット作成	毎年更新
リーフレット作成	年2回発行
刊行物作成	年4回発行（vol.33. 34. 35. 36）
ホームページ更新	随時更新
調査研究	通所リハ実態調査・回復期リハ病棟実態調査

地域包括ケアを支える地域リハビリテーション 高齢者の主体性向上と地域での支え合い推進のために

講師 長崎大学名誉教授

一般社団法人是真会 在宅支援リハビリテーションセンターぎんや
センター長 松阪誠應氏



今日のお話の概要

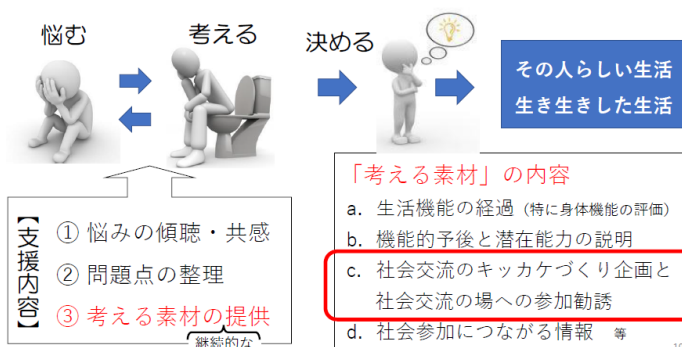
1. 再考！リハビリテーションの目標/「主体的な生活」再建
2. 当事者が主体的になれない理由
 - ① 当事者に要因がある場合：障害受容の過程と支援のあり方
 - ② 専門職に原因がある場合：自立支援の欠如とパターンリズム
 - ③ 高齢者の心理的特性と専門職の対応
3. 2040年問題と住民の主体性
4. 2040年問題と自主グループ活動のあり方
5. 関連事業を用いた地域リハ課題への対応

日本ではリハビリテーションという言葉は『訓練や運動、心身機能の回復』というイメージが大半を占めているが、イギリスやアメリカでは動物を『野生生活に帰す準備、野生への帰還』ことにも使われている。このことから、『主体的な生活をする』、つまり住み慣れた場所での生活・自立した生活・その人らしい生活を再建することが重要といえる。

当事者の機能回復へのこだわり、何とかしてあげたいという思いから、「とりあえずリハビリ」と関わると、当事者の主体性の芽は摘まれてしまう。当事者の悩みを飛躍に向けたステップと捉え、傾聴・共感を通し、安心感を与え、問題点を整理し、考える素材の提供することが重要。

2040年問題に対する、住民の支え合いを支援するために、リーダー役割遂行のためのポイントをお話頂いた。

自己決定への支援

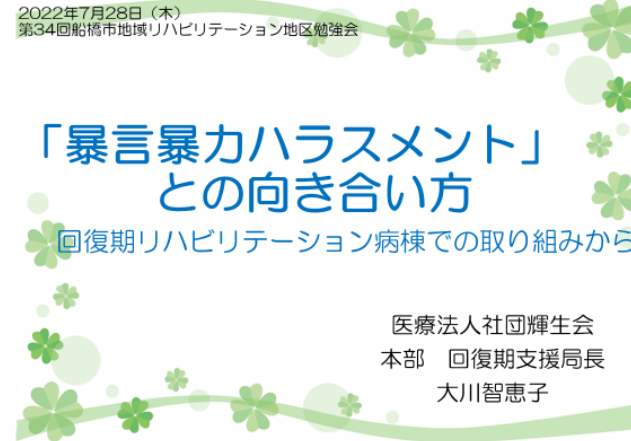


「困っていませんか？暴言・暴力のある方への 向き合い方を考えよう！！」

施設入所中、職員に暴言・暴力をふるう方に対して、まず、「暴力的になってしまう原因」を考え、その後、「事例に対する対策を具体的に考える」とし、利用者の尊厳を守るためにどのような対策があるか？、「スタッフを守るためにどのような対策があるか？」という点について、それぞれのグループで話し合った。

その後、ミニレクチャーは、医療法人社団輝生会回復期支援局長 大川智恵子氏より、「『暴言暴力ハラスメント』との向き合い方 回復期リハビリテーション病棟での取り組みから」というテーマでお話しいただいた。

大川氏からは、日本看護協会が出されている、「保健医療福祉施設における暴力対策指針」の紹介があり、その中から、暴力のリスク要因についてお話しいただいた。



医療法人社団輝生会
回復期支援局長 大川 智恵子氏

目次

- 0 全文
 - 1 本指針の基本理念と考え方
 - 2 本指針で使用する用語の定義
 - 3 本指針の適用範囲
 - 4 **暴力に対する基本的知識**
 - 5 看護管理者及び看護師の責務
 - 6 暴力のリスクマネジメント
 - 7 暴力発生時（当日）の対応
 - 8 暴力発生後（翌日以降）の対応
 - 9 今後の課題 全文
- 4-1 暴力が発生するメカニズム
 - 4-2 暴力の具体例
 - 4-3 暴力が発生する場所
 - 4-4 **暴力のリスク要因**
 - 4-5 暴力の影響

ミニレクチャー後の話し合いでは、「日々の業務を利用者の思いに寄り添ったものにできないか」、管理者からは「スタッフに対する接遇教育や職員の気持ちの聞き取りやアンケートなどをしながら困難事例と向き合う必要性を感じた」といった声や、「一人で抱え込まず、皆で話し合っ対策を考えていくことのできる職場風土の醸成の重要性を感じた」といった声が聞かれた。

「失語症の理解を深めよう

～コミュニケーションをうまく取れない方への関りを考える～

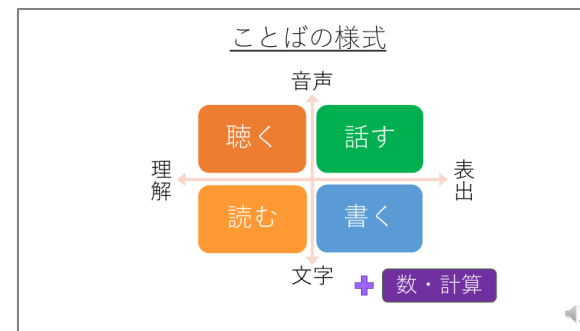
最初に、セコメディック病院 言語聴覚士の藤井貴裕さんから失語症について講義いただき、その後、失語症患者さんの動画による紹介を行った。その後グループに分かれ、「失語症や、失語症の方への関り方について」感想を語り合った。

【講義内容】

- 1) 失語症とは、「聞く」「話す」「読む」「書く」ということばの機能が低下する障害
失語症の原因 脳血管障害が9割以上閉める
- 2) 大脳には役割分担がある
言葉の処理に関する大脳領域 (言語中枢)
- 3) 言葉の様式 聞く 話す 読む 書く
- 4) 失語症の症状 (動画による訓練風景含む)
- 5) 失語症のタイプ ブローカ失語、ウェルニッケ失語
- 6) 失語症の重症度 軽度 中等度 重度
- 7) 病前と同様に保たれる能力
- 8) 失語症になるという事
- 9) 失語法のリハビリテーション
- 10) 言語聴覚療法の対象
失語症、構音障害、高次脳機能障害、嚥下障害
- 11) 言語聴覚士の役割 検査・訓練・助言
- 12) 失語症の特徴
- 13) 失語症に伴って起こる問題



セコメディック病院
言語聴覚士 藤井貴裕氏



失語症のタイプ

代表的なもの

- ◆ ブローカ失語
聞いて理解する能力に比べ、話す能力の障害が重い。
運動麻痺を伴うことが多い。話し方がたどたどしい。
- ◆ ウエルニッケ失語
話す能力に比べ、聞いて理解する能力の障害が重い。
すらすら話す、言い誤りが多い。

失語症に伴って起こる問題

- 障害が理解されにくい
障害が外からは見えにくい → 支援の仕方もわからない
- 社会から孤立しがち
意思疎通ができないと、いつでも、どこでも困る
「空気のような存在」(いてもいなくても同じ)
- 自分に自信が持てない
- 家族もストレスが多い
- 社会保障が不十分

第18回摂食栄養サポート勉強会 2022年9月12日（金）web開催

参加者99名

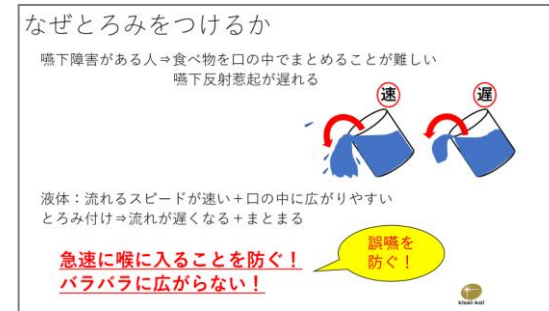
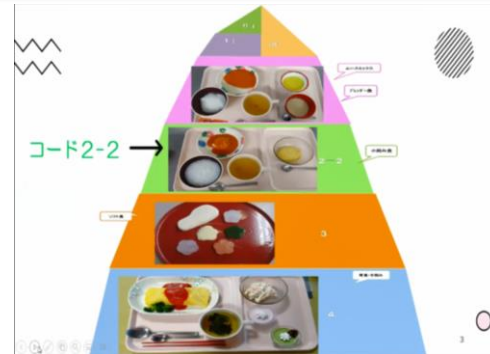
「防ごう誤嚥！～摂食嚥下障害の知識と嚥下食の作り方～」

前半は、特別養護老人ホームローゼンヴィラ藤原 管理栄養士 加藤寿美氏より、「嚥下食クッキング」と題し、自宅でできる嚥下調整色の作り方や、嚥下調整食コードの紹介、お粥とゼリー粥の違いと作り方を動画を交えて講演いただいた。

後半は、船橋市立リハビリテーション病院言語聴覚士 南園歩氏と村上菜々子氏より、「トロミのつけ方」について、動画を用いてお話いただいた。



特別養護老人ホーム
ローゼンヴィラ藤原 加藤寿美氏

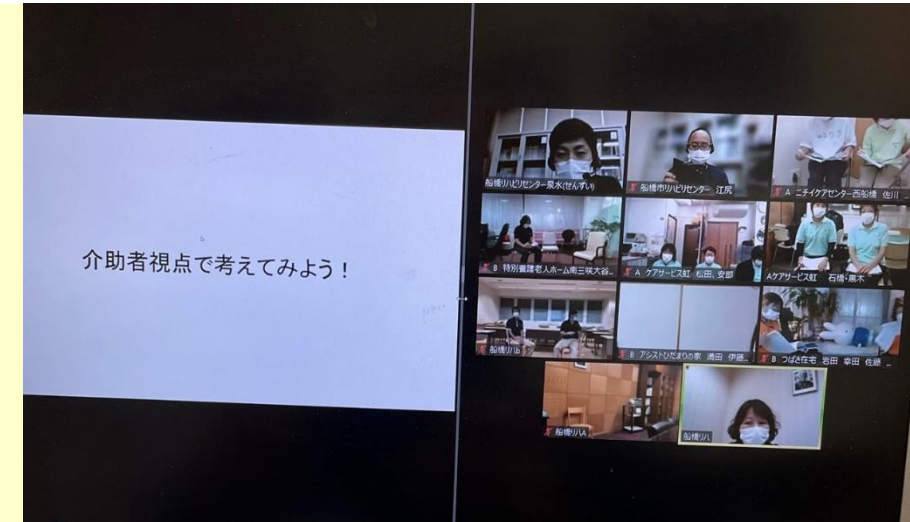


船橋市立リハ病院
南園歩氏 村上菜々子氏

船橋市立リハビリテーション病院と介護事業所6カ所をZOOMでつなぎ、実施した。

移乗についてミニレクチャーを行った後、ブレイクアウトルームで3グループに分かれ、各事業所で移乗の実技を行ってもらった。それぞれに講師がつき、アドバイスをを行った。

参加者からは、「初めてのリモート講義で戸惑いがあった」という声の他、「実技でどこが良いのか、実際に動きを見てもらい、アドバイスもらえて良く分かった」、「ZOOMを活用して、グループに分かれてアドバイスを頂けたのはすごくよかったです」、「出向く必要が会いこともメリットとして大きく、新人研修、困難事例など定期的にも開催してもらいたい」などのコメントがあった。



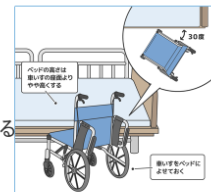
高齢者に負担が少なく、小さい力で安全に介助するための5つのコツ

1. 身体を小さくする
2. 顔の向きを動く方に向ける
3. 摩擦を減らす
4. 重心の高さを合わせて密着する
5. 支持基底面を意識する



【事前準備】

- ベッドと車椅子の角度が約30度になっているか？
ベッドと車椅子の隙間が少なくなり、方向転換も楽になる
- ベッドと車椅子の高さが水平になっているか？
ベッドと車椅子が平行、ベッドを高く設定して立ち上がりやすくする
- **利用者の足の位置を手前に引いているか？**
足を手前に引いてもらうことでお辞儀がしやすくなり、つま先に重心がかけやすくなる。このお辞儀がスムーズにできるとお尻が軽々と持ち上がる
- **利用者のかかとを移乗する方向に向けているか？**
かかとの位置を移乗する方向に向けると簡単に方向転換できる



【立つ⇒方向転換⇒座る】



歩行・階段昇降の介助方法

～脳卒中片麻痺患者編～

船橋市リハビリセンタークリニック 理学療法士 岸本淳志

目次

- ①はじめに
- ②2動作歩行／2動作歩行の介助方法
- ③3動作歩行／3動作歩行の介助方法
- ④階段降段／階段降段時の介助方法
- ⑤階段昇段／階段昇段時の介助方法
- ⑥おわりに

「歩行・階段昇降の介助方法」 ～脳卒中片麻痺患者編～




■2動作(右片麻痺)/介助あり

- ・患者 : [杖+右足 ⇄ 左足]のリズム
- ・介助者: 患者のリズムに合わせる

～注意点～

- ・腕を引っ張らない
- ・近づきすぎない
- ・歩幅を合わせる
- ・ふらつきに反応出来るように準備しておく



階段降段(右片麻痺)/介助あり

- ・患者 : [杖 ⇒ 右足 ⇒ 左足]のリズム
- ・介助者: 患者のリズムに合わせる
右側方にて介助

～注意点～

- ・腕を引っ張らない
- ・ふらつきに対応できるように準備しておく

★階段では相手と一緒に動かない！

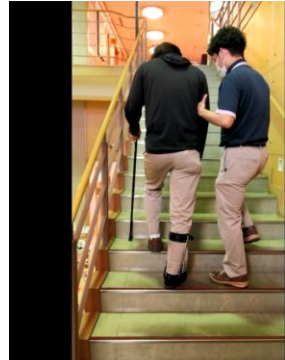


■3動作(右片麻痺)/介助あり

- ・患者 : [杖 ⇒ 右足 ⇒ 左足]のリズム
- ・介助者: 患者のリズムに合わせる

～注意点～

- ・腕を引っ張らない
- ・近づきすぎない
- ・歩幅を合わせる
- ・ふらつきに対応できるように準備しておく



階段昇段(右片麻痺)/介助あり

- ・患者 : [杖 ⇒ 左足 ⇒ 右足]のリズム
- ・介助者: 患者のリズムに合わせる
右側方～右後方にて介助

～注意点～

- ・腕を引っ張らない
- ・ふらつきに対応できるように準備しておく

★階段では相手と一緒に動かない！

2022年度 実施事業 普及・啓発

パンフレット作成

毎年更新

リーフレット作成

年2回発行



フレイル(虚弱)とは?
フレイルという言葉をご存知ですか？
フレイルとは、高齢になって自身の活力(筋力、認知機能、社会とのつながりなど)が低下した状態をいいます。この状態を放置すると、要介護状態に陥る危険性がありますが、早めの対策で元の健康に戻れる状態でもあります。

オーラルフレイル
〔口の虚弱〕とは?
おもに口まわりの筋力が衰えることにより、清舌や食の機能が低下することを言います。原因として、加齢による筋力低下と、歯の喪失が原因となります。昨年以降、新型コロナウイルス感染症対策として、マスクを装着し口を大きく動かさなくなった、人と食っておしゃべりする機会が減った、コーラス・カラオケなど歌を楽しむ活動の場が制限された等、口を動かす機会が減ったことにより、オーラルフレイルが気づかぬうちに進行している可能性があります。
口の機能が低下すると、食への意欲・関心の低下、外出量の低下と心身機能・社会性の低下と全体的フレイル(虚弱)へつながる恐れがあります。

チェックリスト
以下のチェックリストを用いて、ご自身の口の健康状態を確認しましょう。
質問に「はい/いいえ」で答え、あてはまる答えの中にある数字を足していきま。

質問	はい	いいえ
半年前と比べて、喉いものが食べにくくなった	2	
お茶や汁物でむせることがある	2	
歯磨きを入れている*	2	
口の渇きが気になる	1	
半年前と比べ、外出が少なくなった	1	
できイカ、たくあんくらい硬さの食べ物を噛むことができる	1	
1日に2回以上、歯を磨く	1	
1年に1回以上、歯医者に行く	1	

*歯磨きをしていない場合は歯磨き粉を歯磨き剤に代えて磨くものをしつこく行うことができればよい結果とみなす。

■合計の点数
0～2点：オーラルフレイルの危険性は低い
3点：オーラルフレイルの危険性あり
4点以上：オーラルフレイルの危険性が高い
4点以上の方は要注意!

出典：公益社団法人日本歯科医会誌「リーフレット(オーラルフレイル)」より改題

オーラルフレイルの予防
飲み込みに関連する筋肉を鍛え、お食事の時の「むせ」などの症状改善につながります。
【おでこ体操】
① 10秒間大きく口を開きます。
② しっかりと口を閉じ、10秒間休みます。
①と②を交互に10回、繰り返します。
1日2回行うと効果的です。

【おでこ体操】
① ②

*朝に痛みを感じる方は、痛みを感じない範囲で開きましよう

【おでこ体操のイラスト(嚥下訓練)】
おへそ辺りを見るように軽く下を向き、手の平とおでこで押し合いをして5秒数えます。5回、繰り返します。

【あいうべ体操】
簡単にでき、毎日繰り返すと清舌や食事を摂る時に重要な筋肉を鍛える効果の高い体操です。

「あいうべ体操」

- ①「あー」と口を大きく開く
- ②「いー」と口を大きく横に広げる
- ③「うー」と口を強く前に突き出す
- ④「べー」と舌を突き出して下に伸ばす

※声は出さなくても構いません。

【かかりつけの歯医者をもちまよう】
ものを食べるには「噛む力」と「飲み込む力」が必要です。「噛む力」を保つためには口まわりの筋肉の他に、歯の本数が関係しています。くわつた歯、合わなくなった歯をそのままにしませんか？
むし歯や歯周病を予防し、口の中を健康に保つために、歯医者による定期検診や、専門的な口のケアを受けましよう。

おしゃべりをする機会が減っていませんか?
新型コロナウイルスが流行し、外出時は常にマスクを装着するようになって、3年以上が経過しました。感染予防のため歯で集まり、おしゃべりやカラオケなど歌を楽しむ機会も減っています。その弊害が「オーラルフレイル(口の虚弱)」に繋がっていませんか？
今一度、ご自身の口腔機能にご注目!

おしゃべりをする機会が
減っていませんか?

新型コロナウイルスが流行し、外出時は常にマスクを装着するようになって、3年以上が経過しました。感染予防のため歯で集まり、おしゃべりやカラオケなど歌を楽しむ機会も減っています。その弊害が「オーラルフレイル(口の虚弱)」に繋がっていませんか？
今一度、ご自身の口腔機能にご注目!

口の動きを鍛えて、
心と体を健康にしよう！！

お問い合わせ
船橋市リハビリセンター 総合相談窓口まで
〒274-0822
船橋市飯山崎町 2-5 19-3
TEL: 047-468-2001
FAX: 047-468-2059
<http://www.funabashi-rehaecm.com>

刊行物作成 年4回発行

ホームページ更新

随時更新

調査研究

通所リハ実態調査・回復期リハ病棟実態調査

