



丹後地域 リハビリ通信

第22号

～うさぎのフランク～

編集／発行

丹後地域リハビリテーション支援センター

(公益財団法人 丹後中央病院リハビリテーション部内)

〒627-8555 京丹後市峰山町杉谷158-1

TEL 0772-62-8301 FAX 0772-62-8302

e-mail tango-rehabili-shien@tangohp.com

<http://www.tangohp.com/tangoshien.html>ホームページよりPDF形式でご覧いただく
ことができます

センター長からのあいさつ

この度、丹後地域リハビリテーション支援センター長に就任しました、丹後中央病院の西島直城でございます。

私はリハビリテーション科の診療に携わり、リハ指導医として5名のリハ医師を輩出してきました。私が当地に赴任した頃に、ある先輩医師が発した「京都府北部や日本海側には作業療法士は要らない」という言葉を奮起の糧にして、住民の皆様が出来る限り住み慣れた地域でその人らしい尊厳ある生活を再獲得する為に、理学療法士だけでなく、作業療法士や言語聴覚士などリハビリスタッフの適正配置や教育に努めてまいりました。丹後中央病院は丹後地域唯一の回復期リハビリテーション病棟（96床）を有し、62名のセラピスト（理学療法士41名、作業療法士16名、言語聴覚士5名）が活き活きと仕事に励んでいます。近年は研究活動も盛んになり、リハ医やセラピストが国内学会だけでなく国際学会（ニュージーランドのロトルア、ポルトガルのリスボン、イギリスのロンドンなど）でも成果発表をしております。

平成23年より、当院は丹後地域リハビリテーション支援センターの指定を受け、医療機関と地域との連携にも努めてまいりました。地域リハビリテーション支援センターの活動では、リハビリテーションに関する相談や地域での指導、多職種を対象とした研修会などが活発に展開されています。昨年度に開催されました、『地域包括ケア実践交流会「お気軽サミットin丹後2016」』は、北丹医師会、丹後保健所、当センターと共同開催しました。また、公器でもこの内容を取り上げていただき、大変盛大な事業を開催できました。引き続き当地域でリハビリテーションに関わる行政・保健・医療・介護・福祉の皆様と協力・協働し、様々な障害を持ちながら地域で暮らす当事者の方々とご家族の支援にあたり、健康の回復・維持・増進に邁進していきたいと考えております。必ず「山陽よりも北部のほうがりハは充実している」と言わせてみせます。今後ともご協力をよろしくお願い致します。

センター長 西島 直城

(公益財団法人 丹後中央病院 病院長 リハ指導医)

困っていることは
ありませんか？

リハビリ相談
訪問指導



相談、研修のお問い合わせはこちらまで

TEL 0772-62-8301 FAX 0772-62-8302

✉ tango-rehabili-shien@tangohp.com

リハビリを 待つよろこびに ひかりあり

地域包括ケア実践交流会

お気軽サミット in 丹後2016

安心して暮らすために **知って つながり 支え合おう**

今年度のお気軽サミットは「地域包括ケア実践交流会」と名前を変え、北丹医師会や地域包括ケア担当部門と合同開催しました。多くの関係機関にもご協力いただき、「サミット」の名にふさわしい会となりました。医療・介護・福祉関係者のみならず、地域で高齢者の支援や見守り活動などをされている方を対象とし多くの方にご参加頂きました。



「レトーク」「口から食べる」を大切に～おいしく、安全に～

知
っ
て
得
る
シ
ン
ポ
ジ
ウ
ム
①

糸井 弘美氏

京都府立医科大学附属北部医療センター
摂食嚥下障害看護認定看護師

加齢に伴い食物を噛んだり飲み込んだりすることが難しくなります。嚥下について、また、摂食のためのリハビリや食べ方などの工夫についてお話しいたしました。



小谷 典子氏

特別養護老人ホーム おおみや苑
管理栄養士

施設の利用者に対して行っている現場の支援から、食べることの大切さ、おいしく安全に食べるための工夫についてお話しいたしました。

中西 直美氏

在宅歯科衛生士

乳幼児から高齢者まで「お口の健康を守る」指導や啓発を地域の介護施設や歯科医院、保育所などでされており、その中から、口から食べるために大切なこと、口腔ケアについてお話しいたしました。

劇で学ぶ「リハビリ・介護のお悩み解決」 丹後リハビリオールスターズ

丹後地域の病院、施設に所属するセラピストが集結し、劇を通じて参加者に介護保険、介護予防、転倒予防や認知症予防のポイントを伝えていただきました。日々の地域活動に活かしてもらいやすいよう、出演者がサロンの参加者役となり、特別な用具等がなくても楽しみながらできる体操や、多くの方がもっている福祉用具の正しい使い方がわかりやすく伝わるように工夫された楽しい劇でした。



実演 健康満丹体操 健康満丹リーダー

高齢化が進む丹後地域を、『元気な「長寿」が強みとなるようなまちづくりを目指したい』という思いを込めて、地域住民の方と専門家のアドバイスをもとに作成した健康満丹プログラムから「健康満丹体操」を実演いただきました。



展示・交流・相談ブース

関係機関の御協力により、たくさんのブースを設置できました。ブースでは、今後の活動で役立つ情報を提供いただきました。



★認知症予防レシピ紹介・試食



★物忘れチェック



★高齢者疑似体験



★靴選び相談コーナー



★夜間視力、動体視力チェック



★福祉機器・自助具展示



★ボールウォーキング体験



★いろいろな「リハビリ」の風景を写真で紹介

「気軽に相談！在宅療養を支える専門職チームに聞いてみよう～♪」

参加者から寄せられた質問に多職種の専門職がそれぞれの立場から回答、ディスカッション



血圧を朝起きて5分程して計っています。高いとき180～190あります。薬で下げると日中の血圧が下がりすぎになるので薬は飲んでいません。日中の血圧が100をきることもあります。どうすれば、早期高血圧が正常になりますか？

安井医師：血圧を測るタイミングは食後3分間安静にしてから測定の方がよい。測定時間を考慮すること。また、内服薬はいろんなタイプがあるので、かかりつけ医に相談した方がよい。その他、薬以外に塩分制限や運動も必要。

船戸薬剤師：いろんな種類の薬がある。緩やかに下げるタイプの薬もあるのでかかりつけ医に



よく虫歯になるのですが、体質的に虫歯になりやすい人はいるのですか？

井上歯科医：虫歯になりやすい遺伝体質はある。遺伝というより唾液成分が影響しやすい。虫歯は20歳までが要注意。以後は歯周病の歯磨き方法が大切。生活習慣も影響する。歯周病は手入れで改善するので、しっかりと手入れすること。



介護施設従事15年。現在、実父が認知症初期、実母入院中、義母認知症中期。仕事を辞めることを考えず、仕事との両立をどうすればもっと楽にできるのでしょうか？ヒントをください。

山中作業療法士：介護するには職場の理解や地域の理解等うまく回らないとしんどい。ケアマネさん

にいろいろ紹介してもらっている。

川村介護支援専門員：本人や家族の思いをくみ取りながら、認知症の進行や悩みに応じ一緒に考えてサービス利用の調整等行い支援をしている。地域の商店等の支えもあり、つらさを共感し、医療や介護、生活支援のマネジメントを行っている。

伏木看護師：無理だとあきらめない。多職種が連携して毎日デイや泊まり、訪問看護等のサービスを利用して長く在宅生活されている高齢者もおられる。訪問看護も24時間、365日医師等と連携しながら協力して支援している。

安井医師：認知症などはかかりつけ医として専門の医師に紹介したり連携をしている。

井上歯科医：認知症は反射も悪くなり飲み込みも悪くなる。誤嚥性肺炎を起こしやすく口腔衛生が大切。口腔サポートセンターに相談していただくのもよい。

船戸薬剤師：認知症の薬もでている。訪問も行い多職種連携して対応している。地域、職場、サービス事業所等、互いが地域で支え、支えられる環境づくりが大切。

過去最多 200 名の方に参加頂きました。ありがとうございました。

リハビリを 頑張るあなた 頼もしく