

2025.3

50

はる号

【開催報告】

令和6年度 第3回事例検討会

「災害に備えたリハビリテーション専門職の対応について考える」

令和6年度 第4回事例検討会

「京丹後市における健康づくり・介護予防とリハビリテーション」



令和6年度 丹後圏域地域リハビリテーション
実践交流会 お気軽サミット

令和6年度 地域リハビリテーション丹後圏域連絡会

丹後圏域地域リハ支援センター 公式 LINE

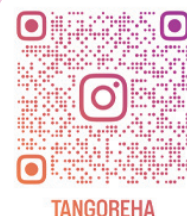
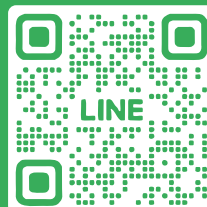
公式 Instagram

LINE 公式アカウント

友だち
募集中

@513gckqy

主催研修会情報、
活動紹介等の最新情報
を発信します



TANGOREHA

令和6年度 第3回 事例検討会

「災害に備えたリハビリテーション専門職の対応について考える」

日時: 令和7年1月28日(火) 17:00~19:00 会場: 各所属先(Web開催) 参加者: 27名

近年国内での災害の増加がみられ、丹後圏域でも北丹後地震から間もなく100年となります。災害派遣に参加された講師の方々の報告から災害支援の取り組みを知るとともに、災害に備えてリハビリテーション専門職や関係者がどのような事ができるのか検討する機会を得ました。

実践報告 報告①

「能登半島地震の際の避難所支援と リハビリ専門職の可能性」

京都府北部
リハビリテーション支援センター
主査 山元 顕太 氏



行政職員派遣による避難所支援について

各所にある避難所に、避難所運営支援のために、行政職員で結成された支援チームが派遣され、交代しながら24時間体制で避難所の運営管理を行い、避難者を支援。

避難所の状況は、日々変化している

必要とされる支援にも変化

ライフラインの復旧に伴い、必要な物品等が届き、使える設備が増えても…

1次避難所に残られる方は、仕事等の理由で地元を離れられない方、
見守りや声かけ・サポートが必要で2次避難所での生活に不安のある方が多い

避難所支援と支援を通じてリハ職の視点で感じたこと

「保健・医療・福祉(介護)」のそれぞれの分野に専門性を発揮できるリハビリ専門職

現状は しかし、それが十分認識されておらず、
関係者(支援者)へのリハビリ専門職のできることの理解の促進が必要

- ・ 保健師の方々と一緒に活動してニーズを把握するところから介入
- ・ DWAT(災害派遣福祉チーム)と協働した支援



有事の際、派遣されたりハ専門職を有効活用できるようにしておければ…

平時の関わりの中でも、身体に多少の障害があってもできる体操等を住民主体で取り組んでいる体制があれば、有事の際にも活用しやすい。

患者(利用者)やその家族および支援者と少しでも有事を想定した関わりをしておくことも大切(どうやって避難する?避難先の条件は?など)

実践報告 報告②

「震災被災者・避難者の身体活動支援 ～JRATの活動を通して～」

京都第一赤十字病院

リハビリテーション科 理学療法士

DMATインストラクター/京都JRAT

京都府理学療法士会災害対策部副部長

加藤 大策 氏



災害関連死とは・・・

地震による家屋倒壊など直接的被害ではなく、その後の避難生活での体調悪化や過労など、間接的な原因による負担で死亡することをいう。

- ・ 年齢相: 約90%が高齢者

DMAT (Disaster Medical Assistance Team) とは・・・

DMAT (災害派遣医療チーム) は、大規模災害や事故の現場で医療活動を行う専門チーム

【DMATの活動内容】

- ・ 病院支援 (傷病者が来院している病院からの情報発信など)
- ・ 域内搬送 (ドクターヘリや救急車で搬送中に診療を行う)
- ・ 航空機内での患者の状態の監視やトリアージ
(患者の緊急性や重症度に応じて治療の優先度を決めること)



JRAT (Japan Disaster Rehabilitation Assistance Team) とは・・・

JRAT (日本災害リハビリテーション支援協会) は、災害による被災者の生活の再建・復興を支援する団体。災害リハビリテーション医学・医療の視点から、医療支援や心理的支援、社会的支援などを行う。

【JRATの活動内容】

- ・ 発災後のリハビリテーション支援活動
- ・ 災害リハビリテーション支援チームの組織化
- ・ 災害リハビリテーション支援活動に資する人材育成
- ・ 関連諸団体との関係構築
- ・ 災害リハビリテーションに関する普及、啓発
- ・ 災害関連諸制度の改善に関わる活動

【災害リハビリテーション】

災害時の「生活不活発病」や「災害関連死」を防ぐために、リハビリテーション医学・医療の視点から支援すること



初期

災害時にリハビリなんて・・・



避難者の健康活動をサポート

避難所の住環境整備 (避難所のCHECK)

- ・ 動きやすい居住をアドバイス、設置
- ・ 食事摂取困難な方へ指導、調整など

復興期

地域に根付いたリハとしての実支援 (健康支援)

- ・ 非常時医療⇒通常医療・地域医療へ引き継ぎ

復旧期 避難所や施設でのリハ支援活動 (生活不活発予防)

- ・ 運動指導、活動、福祉用具の提案や対策 など

情報交換

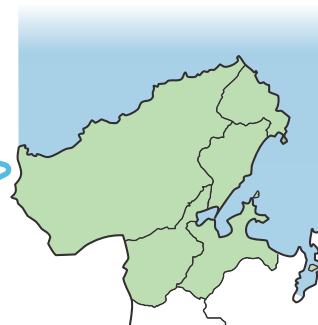


災害に備えたリハビリテーション専門職の対応について考える

グループワークでは、丹後地域について改めてどのような場所か、避難所などでの支援についてどんなことができるのかを考えた上で、リハビリ専門職としてどのようなことを備えておくべきか、参加者のみなさんで意見交換を行いました。

① 丹後圏域の地域特性について考える

「高齢化率が高い、集落が多い、山の中に住んでいる人が多い、
エリアが広い、区長はいるが被災のばらつきで混乱するかも」
「場所によっては避難所となる学校が廃校になったりしている」
「冬は雪で交通が不便、細い道が多い」
「道路の状況によって経路が遮断される可能性がある」
「移動に車がないと困る、能登半島と似ている」



② 避難所などでの支援の注意点

(その場に自分がいたときに、リハビリ専門職としてどのような支援ができるか、注意すべきことは何かを考える)

「いつ行くかでどんな支援になるかわ変わってくる」
「何か行うついでに視点で環境などを評価する」 「自分の役割・立場を明確にする」
「認知症の方のメンタルケア・話し相手ができる」 「丹後の地域特性を理解する」



③ 被災者としての備え、支援者としての備えについて考える

「利用者さんに備えの重要性を伝える」
「行政として情報を統制するためマニュアルの整備」
「地域とのスムーズな連携が取れるように平時から顔の見える関係づくりを行う」
「家族には自分たちで何とかできるような備えや決まり事を決めておく」
「地域の特性を伝えるための資源マップを作成する」
「地域の連絡手段としてネットワークづくりを行う」
「受援力が大事、組織として動く」 「事前に災害に対する知識を持つ」



参加者の感想



能登半島地震について思い起こすことができ、災害への備えを考えるきっかけとなりました。
「災害時のリハビリは、かつて学校では学んでいない」という言葉が印象的でした。



災害時のイメージがまだできないが、まずは自分、家族を守ってからできることをしていきたい。



平常時からの関係づくりや、必要物品の確認など、備えが重要であることをあらためて学んだ。



災害に備えてシミュレーションやマニュアルを作っておくことは大事だと感じました。



今までは災害リハが何をやるものなのか分からなかったが、安全な生活環境の調整や身体機能の維持など自身が普段から行っている事が生かせることがわかり、少しイメージを掴む事ができた。



令和6年度 第4回事例検討会 「京丹後市における健康づくり・ 介護予防とリハビリテーション」



日時: 令和7年2月10日(月) 14:00~16:00

会場: 丹後保健所・講堂 参加者: 22名

報告①

「京丹後市の健康づくり・介護予防事業」

京丹後市 健康長寿福祉部
健康推進課 保健師

橋本 真希 氏



京丹後市の課題

- ① 高齢化率が高い
- ② 平均余命と平均自立の期間の差が大きい
- ③ 筋・骨格系による医療費が高い
- ④ 要支援者・要介護者が増加傾向
- ⑤ 要介護の要因
高齢による衰弱、転倒・骨折が上位

運動、バランスの取れた栄養、
人との交流ができるような
取り組みが必要

京丹後市の介護予防事業

目的: 地域の高齢者が介護予防の取り組みに自ら参加し、介護予防に向けた取り組みが主体的に実施されるような地域社会の構築を目指す。

☆からだ・寿命・元気☆丹後のびのび体操

要介護の原因となりやすい加齢による衰弱を予防し、転倒骨折、認知症などを防ぐための体操

「①ウォーミングアップ ②筋力トレーニング ③有酸素運動と二重課題 ④クーリングダウン」
の4つの体操(全体で約40分)で構成

初期支援

1ヶ月目:
体力測定、運動講師の運動指導
介護予防の栄養講話

2ヶ月目:
DVDで体操、口腔ケアの講話

3ヶ月目:
DVDで体操、体力測定

継続支援

- ① 保健師の定期訪問
- ② 体力測定(年1回)
- ③ 運動講師の派遣
(年1回初期支援後2年目まで)
- ④ 地区活動の相談 など

報告②

「京丹後市の介護予防・ 健やか生きがい教室について」

京丹後市 健康長寿福祉部
長寿福祉課 主任保健師

田中 朋恵 氏



「健やか生きがい教室」とは...

65歳以上の方を対象に緩和した基準によるデイサービス
(通所型デイサービスA) として行っているデイサービス

対象者 「健やかチェック」にて事業対象者の認定を受けられた方、
および介護保険の申請をし、要支援1～2の認定を受けている方

内容

健康チェック、体力測定、指先を使った手作業、介護予防体操、
参加者交流、昼食、レクリエーション、裁縫など

このような方に声をかけています

- ◆ 何をするにもおっくうになった
- ◆ 足腰が弱くなり外出が減った
- ◆ 友人と会うことが減った
- ◆ 何もすることがない
- ◆ 物忘れが気になる
- ◆ 話をしたり楽しみの
時間を持ちたい

希望された方が

参加



効 果

- ◇ 毎週参加するのが楽しみ
- ◇ 生きがいになっている
- ◇ みんなで励ましあっている
- ◇ 待ってくれている人が
いると頑張れる
- ◇ ここには通い続けることができた
- ◇ 教室に参加するため
に元気でいないと!

課 題

利用者数がなかなか増えない、新規参加が少ない

70 歳代
の方

介護予防のためにリハビリしたい

まだデイサービスは必要ない

他の方と年が離れているから...



報告③

「京丹後市社会福祉協議会の 介護予防の取り組みについて」

京丹後市 社会福祉協議会
地域福祉課 事業主任

荒井 裕子 氏

利用 状 況

大宮会場 : 峰山地区2グループ
大宮地区3グループ
丹後会場 : 1グループ
久美浜会場 : 2グループ

男性の利用者は少ない
事業対象者の利用が多く、
次いで要支援1の方、
要支援2の方はやや少ない

運動・栄養・口腔指導の効果

- 1.運動指導時には個別相談があり、主治医に聞きづらいことも相談できてうれしい
- 2.足が動きやすくなった、自宅でも運動をしてみようと思われる方が増えた
- 3.利用者の満足感や喜びにつながっている
- 4.運動だけでなく、栄養、口腔についても健康づくりには必要なため、利用者の関心度は高い

今後について

- 1.京丹後市長寿福祉課と連携を取りながら、利用者の確保につなげたい
- 2.比較的元気な方を新規利用者に受け入れたい
- 3.フレイル予防無料体験教室を丹後、久美浜会場でも実施予定
- 4.網野地区の会場での教室の開催
- 5.男性利用者が参加しやすいプログラムづくり
- 6.半日教室の実施



参加者の感想



京丹後市の健康推進課、長寿福祉課の各事業について知ることができた。それぞれの課題や共有部分、連携できる部分が少し明確化できたように感じる。



他職種、他の機関において介護予防への取り組み内容や目標、課題、今後の展望等を共通認識として持つことができてよかった。

報告④

「【生きる】を楽しむ」

社会福祉法人 あしぎぬ福祉会
満寿園 介護職員

永江奈津子 氏



健やか生きがい教室への思い



本人

- ・ 同年齢の集まりだから、話があって楽しい
- ・ 毎日退屈していたけど、楽しみができた
- ・ 人から元気になったと言われてうれしい
- ・ 脳トレやゲームが楽しい ・ 笑うことが多くて楽しい



家族

- ・ とても元気になって、行くのを楽しみに待っているのがうれしい
- ・ 声に張りが出てきたし、楽しんでいると思う
- ・ 楽しかった様子を聞くとうれしくなる

参加者の利用のきっかけ

- ・ 地域包括支援センター、居宅支援事業所からの紹介
- ・ 認知症カフェで声をかけられた
- ・ 子どもが心配して市に相談したら紹介された
- ・ 参加している友人に誘われた ・ 民生委員から紹介された など

課題

- ・ 周知されていないので利用者の獲得が難しい
- ・ 認知症カフェでの声掛け、民生委員への働きかけを行う



参加者の感想



健やか生きがい教室について、個別での相談や雰囲気としてとらえていたものもありましたが、このような形で共有することや、客観的な意見を聞くことで気づいたこともあり、良かったです。



若い世代から健康づくりできる環境作り、また高齢者の方も介護予防教室や地域のサロンなどに参加しやすいように広報や情報発信をもっと進める必要があると感じました。

令和6年度

「丹後圏域地域リハビリテーション実践交流会 お気軽サミット」

日時:令和7年2月7日(月)15:00~17:00

会場:丹後中央病院ふたばホール・WEB

参加者:51名(オンライン23名 来場28名)

実施報告①

「くも膜下出血後に働く(かがやく) 場所を取り戻すための取り組み」

社会福祉法人 みねやま福祉会
総合老人福祉施設はごろも苑
介護支援専門員

北川 昇平 氏



事例の方を通して、復職支援に対する取り組みについてどのような経緯で、どのような方法で行ったか報告して頂きました。

介入にあたって

- ・支援する側から一転、利用する側にまわることをどう受け止めているのか
- ・サービス(種類・支援者)をどのような価値観で選択していくのか

サービスの展開

住環境の調整 生活上の援助 運動機能強化

社会参加促進

- ・働くことで居場所や社会的な役割を作りたい
- ・できれば収入を得て、欲しい物を買うなど当たり前の喜びを手に入れて欲しい

検証・調整の内容

事業所の理解

- ・人員不足の職場において高次脳機能障害を持った人への援助ができるのか
- ・目的は共有できるか

移動手段

- ・できれば徒歩通勤が理想、安全面の配慮から家族支援を選択
- ・公共設備の課題も浮き彫りに

果たす役割

- ・調理の補助やモップかけ等の清掃・趣味活動が実際にできるか
- ・リハビリテーション支援センターへ検証を依頼

参加者の感想

利用者さんにとって『働く(かがやく)場所』と表現されるのは嬉しかったと思う。

成功体験を重ねて自信をつけていくのはリハビリと同じところがあるなと感じました。

事例として携わっているのではなく、一人の人として親身に寄り添っていると、とても感銘を受けた。

報告②

「認知症の支援の現場から

～まちづくりと地域リハビリテーションの可能性～



グループホームふれあい
施設長

桑原 さわ江 氏

与謝野町における認知症支援について、どのような取り組みを行っているか、また、グループホームにおける認知症介護の実践の取り組みについて報告していただきました。

与謝野町の認知症施策

- 認知症キャラバン・メイト活動
- 当事者支援のチームオレンジ実施の検討
- 認知症カフェの支援
- 認知症初期集中支援チームの支援
- 認知症見守りネットワークの支援
- 多職種連携のネットワーク など

グループホームにおける認知症介護の取り組み

認知症と診断された方やご家族のために、専門的知識を学びながら、その人ができることを楽しめるように一人一人に向けた支援を実施



2013年12月から、相談型「認知症カフェうえもり」を開始

(→2014年 6月から「サポートうえもり」に一本化)

認知症伴走型支援拠点「サポートうえもり」の設置

認知症になってもならなくても、自分らしく幸せに暮らせる町を目指している
与謝野町において、認知症窓口を設置

【目的】地域の介護サービス事業所だからこそ、できる支援をしたい

【相談実績】1ヶ月に新規1～2件、現在は継続支援3件。
認知症介護者家族がほとんど、介護の大変さを傾聴。



参加者の感想



デイサービスは認知症の方もあられるので、研修で学んだ
事を活かして仕事をしていきたいと思いました。



認知症の方だけでなく家族の方などにも目を向けていき
たいなと思いました。

報告③

「障害があっても歳をとっても、
食べることを楽しもう」



Seat Table
言語聴覚士 笠井 幸子 氏

どんな方でも食事を楽しむことができるその方法やペースト状の嚥下食ではなく、見て食事の形態が確認できる「やわらか食」の紹介、インクルーシブクッキングの状況について報告して頂きました。

食の可能性をあきらめない

好きな物を食べる

家族や友人と食べる

おいしい物を食べる

食べることが「楽しい」

好きな場所で食べる

食事は見た目が80%

「嚥下食」
のイメージ



トロミ付
ドロドロ ペースト状
見た目が悪い



「やわらか食」



見た目が良い
普通の食事の形態
やわらかで嚥下しやすい

インクルーシブクッキングとは...

障害の有無や年齢を問わず、誰もが一緒に料理をしたり、
外食を楽しんだりできることを目指した取り組み

参加者の感想



認知症の方もいずれは嚥下食を食べる機会があるかもしれない。認知症になっても「食べることの楽しさ」を忘れてほしくないと思った。

デイサービスを利用されている方でも嚥下食を食べている方がおられるのでその方を笑顔で美味しく食べてもらうようにしたいと思いました。



今回こういう場所への参加は初めてでしたが、とても参考になる報告でした。どの報告でも多職種との連携は大切だと再確認出来ました。退院後は地域での生活にもどるので、サービスなど調整だけでなく、周りの人同士の連携が大事だと思いました。

様々な取り組みがあることを知り、参考になりました。
地域全体で理解を深めることが大切だと感じました。



令和6年度

地域リハビリテーション丹後圏域連絡会



日時:

令和7年3月4日(火) 14:30～16:30

会場:

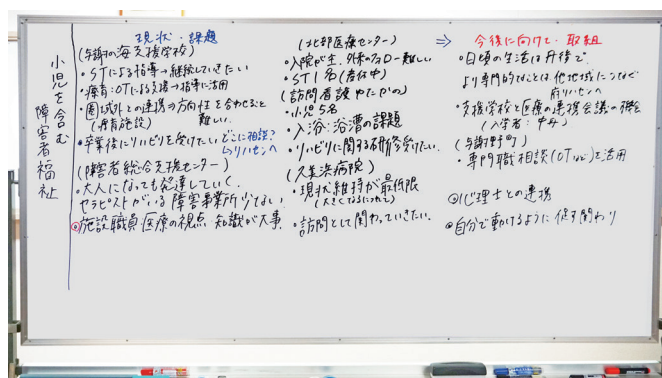
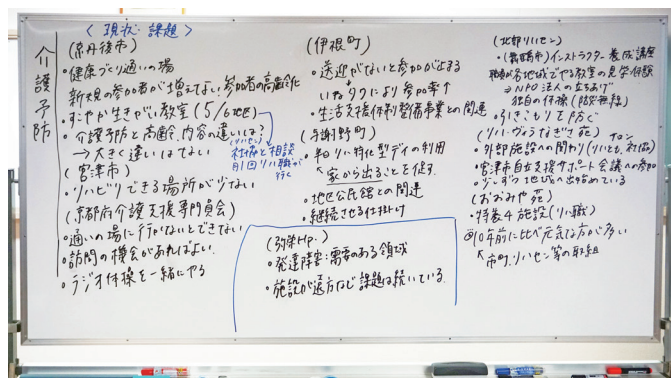
丹後保健所 講堂

参加者:

参画機関18名 支援センター5名 事務局5名

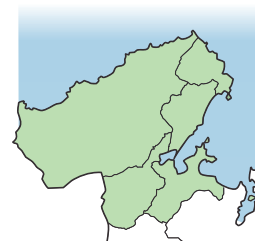
当連絡会は「地域リハビリテーション丹後圏域連絡会設置要綱」に基づき、保健・医療・福祉各分野の関係機関の連携により、総合的な地域リハビリテーション体制を整備していくために、丹後保健所が事務局となり、年1回開催しています。

京都府北部リハビリテーション支援センターと、丹後圏域地域リハビリテーション支援センターによる事業報告、地域リハビリテーションに関する現状や課題について意見交換を行いました。



丹後圏域の地域リハビリテーションにおける重点項目

- 小児を含む障害者福祉分野への広がり
- 介護予防・健康づくりへの参画
- 災害に備えた体制整備



編集後記

令和6年度はうさぎのブランコが3回発行できました。また、今年度も事例検討会が4回行え、お気軽サミットは対面・WEBのハイブリッド形式で開催することができました。第3回事例検討会では近年のトピックスである災害に対してリハビリ専門職の方と意見交換会を行う機会が得られました。来年度も継続して、従事者支援として、訪問相談、事例検討会、ステップアップ研修会を行い、皆さんのスキルアップや丹後全体で地域リハビリテーションが活性化できることを目指していきます。(H.S)

編集/発行: 丹後圏域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)
連絡先: TEL0772-62-8301 FAX0772-62-8302 / e-mail tango-rehabili-shien@tangohp.com

「丹後地域リハ」で検索!

