

～その人らしく生きるために～

Humanlife



社会医療法人 関愛会 在宅リハビリテーション通信

「坂ノ市もみの木・こうさきもみの木・せきの郷」合同ボッチャ大会 開催!

【冬号 vol.17】

2020年2月発行



坂ノ市メディカルフィットネスジムABIES



「昔の写真展」開催!



もみの木農園での活動!



今年はオリンピックイヤー!



これが訪問リハビリの現場だ!
自宅の周囲の環境に合わせた訪問リハ

中重度(要介護3~5)のご利用者様を受け入れる通所リハビリの体制作り

昨今の診療報酬改定の傾向から、医療機関の入院期間短縮により地域へ退院される医療依存度の高い要介護者が増加すると見込まれます。また、平成27年度介護報酬改定において、重度療養管理加算の拡大および中重度ケア体制加算の新設が行われるなど、通所リハビリにおける中重度者受け入れの重要性が示されています。

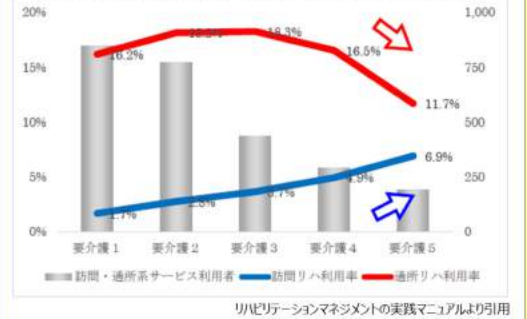
一方で、介護度別の通所リハ利用率は、要介護3をピークに要介護4・5と低下しています。訪問リハの利用率は要介護4・5と上昇していますが、家族のレスパイト（介護負担の軽減）としては訪問リハビリでは機能するのは難しいと考えます。自ら外出が難しい中重度者だからこそ「活動」や「参加」の機会として、介助量が多いからこそ家族のレスパイト機能として、通所リハビリでの積極的な受け入れが必要になってくると感じています。

坂ノ市もみの木では、平成27年度の開設当初からこのような社会背景を踏まえ、中重度者の受け入れも可能な機能を設けてきました。下図にあるように、坂ノ市もみの木では、寝台浴槽の設置、移乗支援ロボットHugの導入、ベッドを3台設置等を行ってきました。今後は、床走行式リフトの導入を検討し、より安全に中重度者の受け入れが行える様に体制を整備していきます。坂ノ市もみの木の特徴は、中重度者をご自宅から車椅子に乗り、もみの木に来所するだけでなく、社会参加を試みています。いつも部屋の天井ばかりを見ているのではなく、外の美味しい空気を吸ったり、陽を浴びたりすること等を目指しています。時には外食プログラムや地域の行事等にも参加することをサポートします。

坂ノ市もみの木では、要介護者の利用の中で、中重度者は約30%を占めています。こうざきもみの木では、15%程度となっています。こうざきもみの木では、機械浴は設けていませんが、入浴をデサービス等でサポートされている方は、リハビリ目的で通われている方も一定数いらっしゃいます。

坂ノ市もみの木では、より多くの中重度者の方々に機械浴を利用しながら、リハビリを提供できる体制を構築するために、デサービスでの入浴状況を踏まえながら、調整はさせていただいております。ぜひ、社会参加を踏まえたご利用をお考えの場合は、担当ケアマネの方にご相談下さい。

図 5-3 介護度別 訪問・通所系サービス利用者数と通所リハ・訪問リハの利用率



リハビリテーションマネジメントの実践マニュアルより引用



ベッド3台完備



寝たきりで足で踏ん張れない方への床移動式リフトを導入予定!

足で少し踏ん張れるけど、介助を必要とする方

トイレ誘導や便座に座っての排泄にチャレンジできます!

坂ノ市もみの木の取り組み

機械浴の導入



ストレッチャーから

シャワーチェアから

リハビリが必要な方への入浴のサポートをします!

※より多くの中重度のご利用者様にリハビリと機械浴を提供するため、デサービス等との併用を提案させていただいております。



芝の上を車椅子で自走!

坂ノ市リハビリテーションセンターもみの木



坂ノ市リハビリテーションセンターもみの木



関愛会 こうざきクリニック 冬号

訪問リハビリテーション便り Vol.17



2020年になり早1ヶ月経過しました。この冬は全国的に暖冬傾向ですが、風邪やインフルエンザの流行は続いており、このまま花粉シーズンに突入しそうです。今年の夏は東京オリンピックがあります！暖かい春を迎えられるよう、そして夏にはオリンピック観戦が出来るよう、元気に頑張りましょう!!



発効日: 2020年2月1日
 編集・発行: こうざきクリニック
 訪問リハビリテーション事業所
 広報担当: 川上・大野
 電話番号: 097-576-1212
 FAX 番号: 097-576-1808
 E-mail : kouzakihoumon@yahoo.co.jp

これが現場だ！～自宅周囲の環境に合わせた訪問リハ～

自宅前まで車が入り、そこから家の中まで数歩という方もいれば、なかには車から長く険しい道を歩かないと辿り着かない方もいます。今回、自宅周囲の環境が険しく長い距離を歩かなければならない方の訪問リハでの関わりを紹介をしたいと思います。

細く少し斜めになった道



慣れた道なのでどんどん進んでいく

少し斜めになった段差



下りの段差はゆっくりと

家から車までの道のりがとても長く、段差などがあります。左の手足に麻痺があり歩きにくさもありますが外に出かけていくためにいつも坂や細い道を通っています。普段は家族の方と歩いていますが、訪問リハビリでは動作の確認を行い、本人・家族の方に注意するポイントなどお伝えしています。

一番急な斜面



一呼吸おいてから上がっていく

休憩ポイント



必ず休憩する場所を決める

車から家までの道のりが急な坂道であり、負担がかかりすぎるため初めは車椅子移動されていた方です。訪問リハ時には脈拍、息上りなどを確認しながら休憩場所を決め、無理なく歩ける距離を評価して行きました。段々歩ける距離は延びていき現在では毎日散歩も行うようになっています（休憩は今でもとっています）。

自宅前の段差



手すりになるものはつかんだり、壁によりかかって休憩したり

バランスが悪く自宅での転倒がありましたが、家族が病院に連れて行く際には歩いて車まで移動する必要があり危険な様子でした。定期的に屋外歩行を行い安全性や注意点を確認、訪問リハやデイサービスでの運動の効果を確認して行きました。歩行時の注意点にも気をつけることができ、家族との外出時にも安定して坂を移動できるようになり訪問リハを修了しています。

長い上り坂



訪問リハでは実際にその方が生活する場所に出向きリハビリを行います。実際に何度も歩いてみることで注意する点を確認したり、その方、その環境に合った訓練、アドバイスを行うことができます。また、定期的に訪問するのでどの程度の効果が出ているのや、修正点などもわかります。このような訪問することの強みを生かして利用者様が安心・安全に生活を送れるよう支援していきます。

目標だった俳画もかけました！



令和に変わり書を書くことができ、次は俳画をかこうと意気込んでいました。しかし、体調不良等ありなかなかかけなかったのですが今回、ついにかきあげることができました。手の動きにくさは改善はしていますが、まだ細かい作業は難しい状態です。その中でもなんとか一枚の作品を完成できたことを喜ばれていました。訪問リハの一環として行ったわけではなく、作品は本人様自身が準備からすべてをされています。ご高齢ではありますがこれからも自分のしたいことが続けて行けるように支援していきたいと思えます。

編集後記

今回の訪問リハビリテーション号では、自宅周りの環境に合わせて、坂道や階段をしっかりと歩行練習している利用者を紹介しました。現在、訪問リハビリのご利用者様の中には、「近くのコンビニに行きたい」「外を歩くことに自信をつけたい」「施設に入っているから、訪問リハビリの時間に外を歩きたい」等、明確な目標をもって屋外を歩行練習されている利用者、家や施設で安定した歩行をするために、杖や歩行器などを使って歩行練習されている利用者等、頑張っておられる方がいます。生活する中でやりたいことを目標とし、実際に生活する場所でリハビリ出来るのは訪問リハビリだけです!!みなさまが充実した生活になるようご支援していきます!!



こうざきもみの木便り 第17報

発行日：2020年2月1日
 編集・発行：こうざきデイケア・リハビリテーションセンターもみの木
 広報担当 大倉・阿南
 電話番号：097-576-1212
 FAX番号：097-576-1182
 E-mail：mominoki_reha@yahoo.co.jp



クリスマス&忘年会 年末ジャンボ宝くじ抽選会!

平成から令和へとなった節目の年となった年末、毎年恒例となっているクリスマス&忘年会を行いました。楽しみながら体を使う様々なゲームや集団での体操、そして、職員による空手の演武の披露等沢山の催し物で大盛況となりました(^o^)/しかし、それだけでは終わりません!体を使えば、お腹も空きます。そこで、もみの木農園で育てた無農薬野菜を使用し大学芋や豚汁作り、そして、ケーキ作りに腕をふるってくれた方々もいました。楽しみながらですが、このような自宅に繋がる活動も取り入れています。この日の締めくくりは、何といても今回の目玉である地域でボランティア活動をしているS様のアコーディオン演奏です。アコーディオン演奏に合わせてクリスマスソングや懐メロを大合唱する歌声が声高らかにホールに響きました♪この歌声の様に、今後も地域の方々と繋がり、和を育てていきたいと思ひます!(^^)!



活き生きチャレンジ目標達成者紹介

K様は、平成30年の3月に「杖で歩けるようになる」という目標を達成され、娘様との買い物や外食といった外出を楽しまれていました。しかし、平成30年7月に、ご自宅で転倒され、下肢を骨折してしまい入院となり、また、振り出しに戻ってしまったのです。その後、老健入所を経て、ご自宅に戻られた平成30年の11月より、もみの木をご利用再開となりましたが、移動は車椅子を使用...「もう一度、杖で歩ける様になって外出を楽しみたい!」という、ご本人様の強い思いから、もう一度、一年前の目標に再度挑戦が始まったのです。個別リハビリでは平行棒内での起立練習や歩行練習等から開始し、歩行の耐久性、そして、歩行に対しての不安も同時に取り除く事にしました。歩行能力に合わせ段階的に歩行車歩行練習を行う様になり、その後、徐々に4点杖とロフトランド杖を使用した歩行練習に移行する事が出来ました(この頃は、息上がりもかなりあり)。しかし、歩行時の転倒に対する不安感が取り除けずにいました。その為、個別リハビリや各種リハビリ以外の時間での関わりに目を向け、トイレに行く際の移動等を多職種で見守る事で杖歩行の機会を増やしていきました。職員が側にいるという安心感が、転倒に対する不安感の軽減へと繋がり、又、ご本人様への自信となりました。同時に耐久性もアップ!!その結果、1年間の努力の甲斐あって見事目標を達成する事が出来ました(^)v

♣再び、娘様との外食も楽しむ事が出来ています! K様「あきらめなければ変わる!」この言葉通りですね♪



☆編集後記☆

大分市では、インフルエンザや感染性胃腸炎が流行しています。インフルエンザの予防接種をしても、100%発症を予防できるわけではありません。手洗いうがいや湿度を保つ事、栄養バランスのとれた食事を摂取する事に気をつけましょう。また、運動を行ない、体力を付ける事で、インフルエンザウイルスに負けない身体を作りましょう!

坂ノ市歴史探索クラブ活動始動 ～あの懐かしい風景を探しに～

A様は、ご自宅から100m程にある近所のバス停まで歩行器を使って歩かれ、同年代の方とよく会話をされていました。しかし、高齢化に伴い介護サービス利用等で徐々にバス停に集まる人数が減り、散歩に出る機会が少なくなりました。外出の目的が無くなりご自宅内で過ごされることが多くなっています。

A様から「昔ここ（坂ノ市）に住んでいたからまた街並みが見てみたい」との発言がありました。そこで坂ノ市の各所を見て写真を撮り、昔住んでいた時の様子を思い出してもらいながら楽しみを持って活動が出来るよう地図作りの提案を行い、歴史探索クラブ活動を始めました。

地図作りに向けてもみの木ではホール内でカメラの撮影練習や歩行耐久性の獲得を目的とした歩行器を使用しての歩行練習を自主的に行って頂けました。

令和元年11月にクラブのメンバー3名でA様の母校である坂ノ市小学校を訪問しました。近くまで、歩行器を使用して坂ノ市小学校まで移動をされました。坂ノ市小学校に到着し正門の写真を撮られています。坂ノ市小学校を訪問した感想として「懐かしいけど、前と比べるとかなり変わったな」と話をされていました。次回のクラブ活動では、日吉神社に外出し撮影を行う予定です。



近所にあるスーパーへの買い物に向けて買い物プログラム

近所にあるスーパーへ歩いて買い物に行く事を目標に挙げられているB様。日課としてシルバーカーを使用してご自宅周辺の散歩に取り組まれていましたが、12月中にご自宅で転倒をされ歩く事に自信を無くされていました。

今回、B様の目標達成に向けた取り組みの一環として、買い物プログラムを創出して、店内を歩く取り組みを行いました。

クリスマス会で子どもたちに渡すお菓子を購入する目的もあった為、お菓子売り場を中心に歩きました。店内をシルバーカーを使用して歩く事が出来ており、下段にある品物を取る事も安全に出来ていました。B様も自信がついた様子であり、スーパーの中を歩いた感想として「左の膝が少し痛かったが歩くのに少し自信がついた。もう少し他の売り場も回ってみたかった」と話をされていたので、再度買い物プ

ログラムを創出し練習を継続していきたいと思えます。



職員紹介コーナー



作家兼法士 岡田 政樹 (おかだ まさき)

- ① 小さい頃の夢は？
A：船に携わる仕事。
- ② 出身地は？
A：津久見市保戸島
- ③ 好きなスポーツは？ A：サッカー
- ④ 好きな言葉は？
A：温故知新
- ⑤ 趣味は？ A：釣り
- ⑥ 仕事への意気込みは？
A：以前は坂ノ市病院でリハビリに携わっていました。今後は坂ノ市もみの木のご利用者様の生活を少しでも支えられるように頑張りたいです。

編集後記

今年は例年より早くインフルエンザの流行が始まっています。日頃からの感染予防が大切になります。予防としては、マスクの着用、うがい・手洗いの実施、しっかり食べる、十分な睡眠などがあげられます。うがい・手洗いは、手洗いをしてからうがいをすると効果的です。最近では栄養の偏らない食事を摂って、しっかり眠ることも重要と言われています。日頃から注意してこの冬を乗り切っていきたいですね。(宮崎)

坂ノ市病院の横にある「駅通ふれあい公園」に、もみの木農園が設置されました！



地域の公園を活用させてもらっています！

坂ノ市病院横にある「駅通ふれあい公園」にて、今年も坂ノ市もみの木の会が主体となり、「青空生活体験」を開催しました。坂ノ市病院に入院されている患者様や、関係者の方から「駅通ふれあい公園」を会場として外出されている皆さまももみの木の会が特別参加をいたしました。皆さまの参加を歓迎し、素晴らしい体験を皆様と共有し、リハビリの成果を誇っていただきます。

青空生活体験

坂ノ市病院横にある「駅通ふれあい公園」にて、リハビリの練習の場として活用させていただきます。公園の周囲をウォーキングやジョギングなどを行い、新鮮な空気や自然を満喫していただきます。また、公園内にはベンチやテーブルなどがあり、休憩や食事を楽しむことができます。また、公園内には遊具もあり、子どもたちと一緒に遊ぶこともできます。皆さまの参加を歓迎し、素晴らしい体験を皆様と共有し、リハビリの成果を誇っていただきます。

高設農園

高設農園とは、車椅子や歩行補助具などを使用している方にも安心してご利用いただけるように、高さ約1.2mのコンクリート製の高設農園を設置いたします。また、高設農園には、水やりや肥料の散布などの作業も行うことができます。皆さまの参加を歓迎し、素晴らしい体験を皆様と共有し、リハビリの成果を誇っていただきます。

高設農園のメリット

- 車椅子や歩行補助具などを使用している方にも安心してご利用いただけます。
- 高さ約1.2mの高さで、作業が楽に行えます。
- 水やりや肥料の散布などの作業も行うことができます。
- 皆さまの参加を歓迎し、素晴らしい体験を皆様と共有し、リハビリの成果を誇っていただきます。



もみの木高設農園

坂ノ市病院の横にある「駅通ふれあい公園」を、リハビリの練習の場として活用させていただいています。この度、大分市や地域の方々のご理解を頂き、「駅通ふれあい公園」内に、もみの木農園を設置することができました。大分市で公共の公園内に医療機関が農園を設置するのは初となります。また、今回は、車椅子を使用している障がいのある方々にも農園活動に参加してもらえるように、オリジナルの高設農園を設置致しました。

今後は、坂ノ市もみの木のご利用者様を中心に、病棟の患者様や地域住民の方々と共に、「もみの木農園」を活用し、農園活動が行なえればと考えています。早速、春先に向けて何を植えるかなど、ご利用者様と共に計画をしているところです。お近くに寄った際は、ぜひ、ご覧ください。

もみの木 オフィシャルブログ「もみの木」の木の下で

★もみの木や訪問リハビリでの出来事を情報発信中！

アドレス：http://livedoor.jp/mominoki_reha/



QRコード

 @mominoki_reha

 @zaitaku_rehabilitation

もみの木 リハビリ