

# 広報ちゅうざん

4月号 平成23年4月1日発行



もくじ

リハビリテーション医学の挑戦

二ページ

通所リハビリ通信

三ページ

移乗介助指導についての勉強会

四ページ

転倒予防について

五ページ

平成三三年二月入退院状況

六ページ

## リハビリテーション医学の挑戦

理事長・院長 今村 義典

新年度を迎え、新しい仲間が入職されました。新社会人としての新しい門出をお祝いします。

時期的に桜をめぐる良い季節を迎えていますが、今年の春は、我が国にとって未曾有の災害による危機に面しています。自然のエネルギーの脅威と都市構造の脆さ、危機管理予測の難しさを体験させられる出来事でした。残念ながら、多くの犠牲者が出ましたが、歴史的に失敗を繰り返しながら修正されていく営みを大切に多くの死を無駄にすることなく御冥福を祈りたいものです。

私達は、常に人生の復活に取り組むリハビリ専門家であります。コミュニティの再生・復興への支援を皆で応援したいと考えています。

近年のリハビリテーション医療は、病気の結果生じた心身面の障害に対して、代償的機能を中心とする従来の後療法的訓練治療から障害の回復を目指す治療医学へと発展しています。

脳卒中や脳損傷の「後遺症として残った麻痺などの障害」や、パーキンソン病の振えや歩行困難に伴う日常生活の不便やリウマチ等

のように関節の痛みや変形などの障害の進行と病気が「共存する障害」を対象とする治療のように、リハビリ医学は「障害医学」と位置付けられています。これらは、「治療医学」、「予防医学」に次いで第三の医学として位置付けられていましたが、最近のリハビリ医学の内容は、麻痺等を回復させる障害治療を目的とする研究が大変増加していることを感じます。

従来の障害治療の主流は、障害の質や程度を評価して残っている能力を見つけて、その能力を日常生活や社会生活に活用する訓練や教育をし、不足している部分を、補装具等の機器による代償で補い、生活しやすい環境調整として段差を補整したり手摺を設置するなどバリアフリーから障害者ばかりでなく子供やお年寄りに優しいユニバーサル環境を目指しています。

科学の進歩は、障害医学に対しても積極的に麻痺した神経や筋肉の回復に、コンピューター制御や様々な電気刺激などを筋肉や脳・脊髄に直接刺激を行うことで患者さんに様々な治療を挑戦することが可能になってきました。

この春にも、多くの若い挑戦者が巣立つことを期待したいものです。

## ちゅうざん病院通所リハビリテーション便り

## 二. 報告

通所リハ師長 伊禮 眞澄

### 一. 三月の主な活動内容

#### ★三月三日ひな祭り

レクの時間を活用し、御内裏様とお雛様の人形を厚紙と折り紙を使用し工作しました。男性の利用者は、あまり興味ないかな？と、思っていました。が意外や意外・・・孫娘にプレゼントするんだと、利用者の皆さんとても楽しまれていました。

新年度！・・・リハビリスタッフの人事異動がありました。リハビリの担当が変更する利用者の方も居るとは思いますが、しっかりと申し送りをして今までのリハビリ・・・それ以上に頑張っていきたいと思います。今年度もちゅうざん病院通所リハビリを宜しくお願い致します

通所リハビリ利用者も多くなっています。まだ、エリアや曜日によってはバスの空席もありますので、ご相談・・・ご連絡お待ちしております。また、一日体験や見学も大丈夫ですので、気軽にお越しください。

※見学や体験時は事前にご連絡下さい。

#### ★屋外活動★嘉手納道の駅へのドライブ

今回、三月一日(火)～三月四日(金)まで嘉手納道の駅へドライブし、資料館や展望台に登り米軍基地を見学しよう！と事前に確認・計画していましたが、資料館の工事が長引いており入れませんでした。残念・・・今回は展望台に登り、売店でサーターアンダギーのお土産を買うなどして楽しみました。

### 三. 四月の主な活動予定

こいのぼり作製

ミニ誕生会

※未定ではありませんが、季節を味わえる制作活動をもう一つやりたいな・・・と考え中です。

# 第二回家族会交流会

「移乗動作介助指導についての勉強会」

家族会準備委員会委員長 武富 新太郎

去る平成23年2月26日に第二回家族会交流会を行いました。第一回目は介護保険や当院での入院から退院までの流れについて、第二回目は栄養指導について行いました。

今回行われた第3回交流会では、車椅子（スリット、スリット）車椅子への乗り移り動作（移乗動作）、福祉用具の説明などをテーマに行いました。今回の交流会では福祉用具の説明、紹介などが特に反響がよく、質問も多く聞かれました。参加された御家族や、患者様本人からは「これなら自宅で私でも介助ができそう」「こんな福祉用具があるのなら私にもできるかも」などの声も多く聞かれました。

来年度は御家族、患者様自身からの要望も多く取り入れた交流会を行っていくように考えています。機会があれば交流会への参加してみたいか？その際は是非、御家族の声を聞かせてください。最後に今回勉強会開催にあたっての準備や当日参加などに協力していただいた方々への感謝の気持ちを最後の言葉と致します。大変お疲れ様でした。

非、御家族の声を聞かせてください。

最後に今回勉強会開催にあたっての準備や当日参加などに協力していただいた方々への感謝の気持ちを最後の言葉と致します。大変お疲れ様でした。



# 『転倒予防』について

理学療法士 安次富 寛貴

「糖尿病教室」「喘息教室」などの教育形態は、以前より数多く存在している一方、「転倒予防教室」という教室が設立されたのは、1997年12月からです。この教室は、高齢者が骨折する原因として多く見られている『転倒』を予防する取り組みとして発展してきています。

## 1. 転倒と関連する身体特性

中高年の関節疾患などと体力・運動能力や血液正常との関連

を検討していたところ、表1に示すように、転倒と関連深い項目として「動脈硬化」が示されています。さまざまな分野の医師・研究者からの議論のなかから、「動脈硬化が進むと転倒しやすい」というように、血液とも関係すると言われるようになっていきます。

表1 転倒と関連する身体特性

1) 体型、体格
BMI (体格指数) が大きいこと
ウエスト囲、ヒップ囲が大きいこと
2) 体力・運動能力 (健脚度)
10 m 全力歩行が遅いこと
最大一步幅が小さいこと
40 cm 踏台昇降ができないこと
3) 血液検査所見
HDL コレステロール値が低いこと
中性脂肪、総コレステロール値が高いこと
動脈硬化指数が高いこと

## 2. 生活のなかでの運動の実践

一般に、運動・スポーツ・トレーニングが「汗と涙と痛み」と関連してとらえられることが多いです。また、高齢者にとつて、運動が「つらいこと」「つまらないこと」「やらないといけないこと」のように位置づけられることも少なくありません。

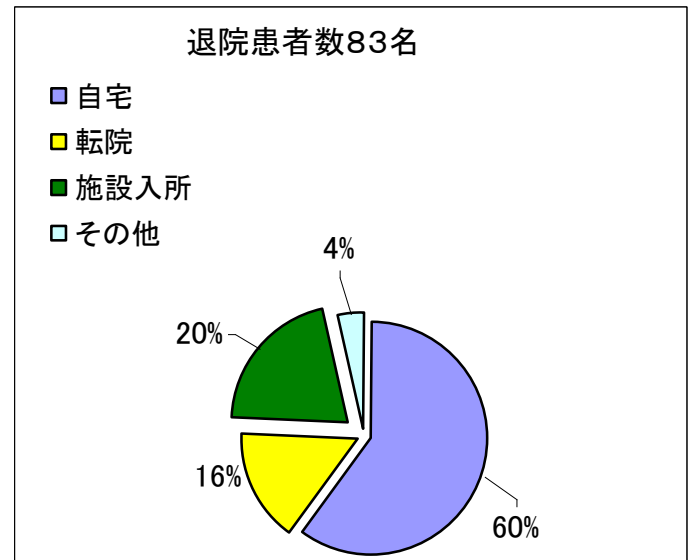
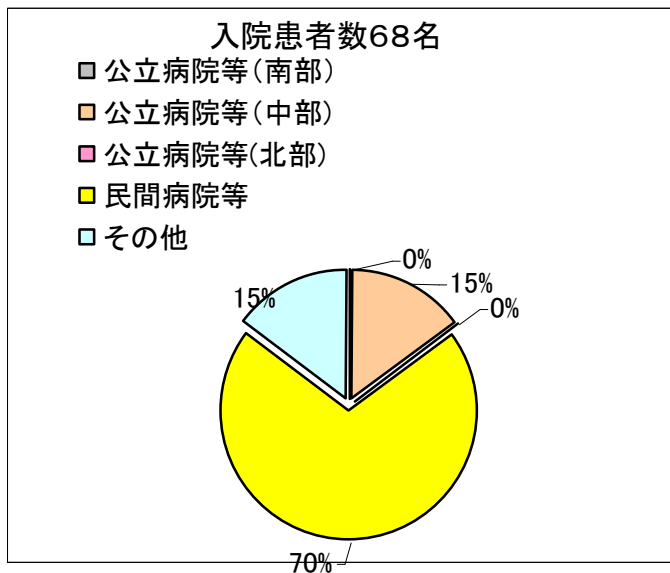
このようなイメージを脱却するためにも、高齢者にとって運動が「気持ちの良いこと」「楽しみなこと」となるように、運動プログラムの工夫を

していくことが大切です。

さらに、転倒予防のための生活指導として、履物や杖の指導、服薬指導、生活習慣全般に対する保健指導、栄養管理の指導、住宅の評価と改善などの提案なども行うことが重要で、各高齢者に即した個別的な生活指導が重要となります。



# 平成23年2月 入退院状況



ちゅうざん病院 〒904-2151 沖縄市松本6丁目2番地1号  
電話:982-1346 FAX:982-1347 「広報ちゅうざん」  
編集:神山 千春