



いなふくみ

2020 春
vol.13

プリセプター・プリセプティ修了式

地域包括ケアシステムの中の大和会の取り組み

医療法人 大和会 理事長 武田 滋利

今年はじめ中国で発生した新型コロナウイルス感染症が世界中に蔓延し、3月には県内でも感染者が出るなど心配な事態になっています。そんな中、「いなふくみ」は発行から3年目、今回で13号です。今回、改めて地域の中での大和会の取り組みをご紹介します。

地域包括ケアシステムってご存知ですか？富岡市とその周辺地域（甘楽町・下仁田町・南牧村）は2013年から2025年までに人口は13%減少しますが75才以上は19%増加するという高齢化地域です。群馬県の医療構想では、この地域の病院のベット数を約17%（150床ほど）減らす計画です。看護・介護スタッフ不足が続くなか、病院や施設に入院・入所する対象者は増えることも想像できますが、さらにベットが減らされるとは・・・？と思われるでしょう。体の具合に心配のある人が医療・介護サービスを受け続けることができるための仕組みとして、「地域包括ケアシステム」ができました。入院や施設入所だけに頼らず、在宅・地域連携型のサービスを“必要なときに”“必要な分を”上手に利用して、「住み慣れた地域で最期まで過す」ことを目標にすることです。つまり、《地域》で《色々なサービスやみんなの力を使って（包括）》医療・介護の必要な人を《ケア》する《システム》を作って、限られた医療・介護資源を使い続けられる地域にしていこう、という計画です。このシステムは、大和会だけでなく、この地域の病院や施設・介護事業所・ボランティアなどがみんなに関わっていくものです。

大和会は精神科病院として約55年前にスタートしましたが、現在では高齢者、特に認知症の方を中心にした医療・介護サービスにも力を入れています。最近は無治療の認知症の方の相談を受け治療につなぐための《認知症初期集中支援チーム》や《認知症疾患医療センター》への相談も増えてきています。早期から治療につなぎ、必要な時には入院治療を行い、早期退院を目指して地域での暮らしにつなげています。重度の認知症でデイサービス利用などが困難な場合には重度認知症デイケア《なのはな》で日中の生活を支えています。また、認知症カフェでの定期的なご家族との情報交換や勉強会、地域で認知症に関わる職員の方々との勉強会や情報交換を行う認知症多職種カンファレンスなども継続中です。平成30年9月には病院の3つの介護病棟を介護医療院という在宅系介護施設に転換し、慢性期の病気を抱えていて在宅療養が難しい方の療養やリハビリ、あるいは必要時には看取り対応を行う体制を作っています。精神科では昨年、病院に隣接した場所に精神科グループホームを新設し、精神科患者様の地域での生活の援助を始めました。

このように、「地域に根ざした医療・介護」を継続するための新しい取り組みを行いつつ、地域全体が医療・介護の体制を維持していけるように尽力していきたいと考えていますので、今後も大和会の取り組みにご理解ご協力いただけますようよろしくお願いいたします。

今回のトピック

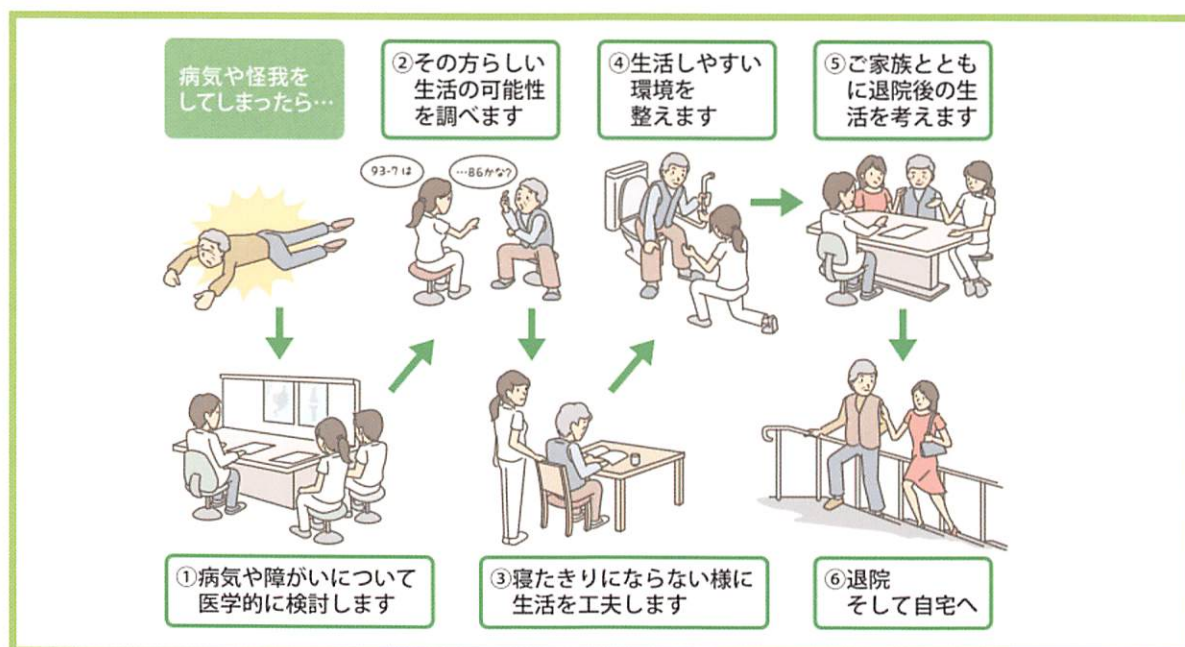
身体障害のリハビリテーション



患者様、利用者様の個々の状態に対応できるように、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、歯科衛生士、柔道整復師を配置し、多職種連携によるリハビリテーションの提供を行っています。対象としては、急性期、回復期の治療が終わり時間をかけてリハビリが必要な方、認知症によりご自宅での生活が困難な方、自宅や施設等での生活が困難となり生活の場、自宅に帰るための準備をする方など様々です。主な疾患としては脳血管障害による麻痺、認知症、入院などにより身体能力や認知機能が低下してしまう廃用症候群などですが、楽しみながら身体を動かし、「動きたい」という気持ちを高め、残された能力を最大限に引き出せるようお手伝いをしています。

チームでサポート

デイルームではいつもスタッフの元気な掛け声が響いています。チームとして、患者様、利用者様の現状を把握し、情報共有、連携を密にし、専門の知識と技術を発揮し、皆様が笑顔になれるようリハビリ治療に取り組んでいます。



大和会スタッフ紹介

理学療法士

とおやま ゆうや
遠山 裕也 さん

「理学療法士」とは

病気や怪我で身体に障害を負った方に対し、基本的動作能力（寝返り、起き上がり、歩行など）の回復を図るための訓練を行います。理学療法士、遠山裕也さんは、さまざまな症状をもつ利用者様の、一人ひとりの気持ちを大切に、ご家族様の希望にも沿いながら、リハビリ計画に取り組んでいます。入所者様の体力維持、向上のための運動指導も行っています。利用者様、ご家族様に信頼していただける理学療法士を目指しています。



様々な職種スタッフとの連携をこころがけ、一人ひとりに合ったリハビリを提供。

この仕事を知ったきっかけ

この仕事を知ったのは、理学療法士による訪問リハビリを見学させていただいたことがきっかけでした。対象となる方に寄り添い、一緒に問題解決に向けてリハビリを行う姿を見て、自分の中で「やってみたい」と感じました。その後、県内の大学に進学し、理学療法について学びました。理学療法士について学ぶ中で、病気や怪我により、身体に不自由が生じた際に運動や物理療法（電気や温熱など）、時には装具や道具を用いて、日常生活をより充実して過ごせるように援助する職業であることを知りました。



大学では脳卒中や運動器疾患などの方を対象としたリハビリを行う場所での学習や実習などを行っていました。しかし、就職先を検討する中で、精神的な疾患を有する方、認知症を有する方とのリハビリを行っている西毛病院の存在を知りました。理学療法士がこうした疾患を有する方を専門にして接することは少ないため、とても興味がわいてきました。そして西毛病院の病院見学をさせていただき、各職種が一人で接するだけでなく、情報収集などを行い、協力して様々な方

に接していると感じ、リハビリ面でもやる気が沸かない方、認知機能低下により、日常の様々なことの判断が難しい方などのリハビリをしている光景を見ることができました。こうした経験を経て、西毛病院で理学療法士として働きたいと感じました。

仕事についての「想い」

現在は、介護医療院で理学療法士として勤務しています。その中でマッサージ・リラクゼーション、筋力強化運動や歩行練習などを用いて、入所者様に対してリハビリプログラムを行っており、入所者様の困っていること、できない事を聞きながら、日常生活にて支障なく過ごせるような援助をしています。しかし、自身の抱える悩みやできない事をうまく周りに伝えられない方や、やる気が出ない方など、リハビリに対して前向きな方だけでなく、リハビリをどうしても行いにくい、行えない方も多いです。そうした方々に対してどのように接するか、どのようなプログラムを立ててリハビリを行うかなどを考えて介入していけるようにしていきたいです。また、入所者様が笑顔で過ごせるように、様々な職種の方と協力し、入所者様一人ひとりに合った介入ができるようにしていきたいと思います。

今から始めよう！これ以上痛みがでないように！



膝痛予防体操

運動するときのポイント

体力や症状に合わせて、自分のペースで少しずつ、毎日の生活に取り入れましょう。無理をしても症状が悪化したり、疲れ過ぎてしまい長続きしません。

⇒ 結果が出るまでは時間がかかります。体操のための特別な時間を作るのではなく生活の中で取り入れていきましょう。

1. テレビを見ながら体操

1 まずはストレッチ



椅子に腰掛けて、膝を伸ばし、つま先を立てます。



体を前に倒して足の後ろを伸ばしましょう。

勢いはつけずに気持ちいいところで10～20秒伸ばします。

2 膝のばし



膝を伸ばします。つま先を立て、太ももを座面に押し付けるように

※ 5秒かけて膝を伸ばし
⇒ 5秒止めて ⇒ 5秒かけて戻します
左右10回ずつ

2. 家事をしながら合間に体操

1 外開き



流しを持って、足を横に開きます。

開きすぎないのが肝心。

開いたら5～10秒止める

× 10回

反対も行いましょう！

2 スクワット



椅子に座るように膝を曲げます。体が前に倒れすぎないように行います。

ゆっくり、呼吸を止めずに！

10回

両足に体重がかかるようにします。

運動は続けていくことが大切です。朝・昼・晩、朝・晩など…

1日数回行ってください。無理せず生活の中で楽しく体操しましょう。

編集後記

コロナウイルスが世間を騒がせていますね。私自身は免疫力を高めるため、栄養のある食事や十分な睡眠をとるよう心がけています。収束のきざしが見えず、つい不安な気持ちになることもありますが、明るい気持ちを忘れず、頑張っていきましょう！



医療法人 大和会

ご質問・ご相談など、お気軽にお問い合わせください。

〒370-2455 群馬県富岡市神農原 559-1 TEL 0274-62-3156

URL <http://www.seimou.org/>

令和2年3月25日 発行：医療法人 大和会 編集：広報活動委員会

