

但馬長寿の郷 すこやかセンター通信

目次

- 1 福祉用具の紹介コーナー
↳トランスフアーボードのご紹介
- 2 捨て目
- 3 すこやかセンター散歩靴のコーナー
- 4 新しく展示する福祉用具のご紹介
- 5 研修情報



1. 福祉用具の紹介コーナー

トランスフアーボードの紹介

移乗介助に用いる福祉用具のトランスフアーボードをご存知でしょうか。利用者の身体機能では、足底をつけて端座位がとれる、お辞儀ができる程度の股関節の関節可動域があること、環境面では、アームサポートとフットサポートのはずれる車椅子、高さ調整のできる電動ベッドがあれば、立位移乗が困難な場合、今回紹介するトランスフアーボードが有効です。ただし、お尻に褥瘡がある場合、悪化する恐れがあるため対象外です。

使い方は、ツルツルとした素材のボードを利用者のお尻の下に敷きます。すると、お尻とボードの間の摩擦を軽減することができます。少しの力で簡単に体をボードの上で動かすことができます。移乗の際に持ち上げたり、無理に引きずることがないため、介護する方もされる方もお互いに楽です。また、ボードさえ敷き込めば、利用者自身で移乗できる場合もあり、利用者の自立支援を図ることもできます。

介護保険のレンタル対象ですので、この機会にトランスフアーボードを使ってみませんか。平日の9時～17時は、常駐するセラピストが使い方をお伝えします。ぜひすこやかセンターにご来場ください。

理学療法士 谷垣 佑樹



2. 捨て目



「ゴール（目標）を決めて工夫する」

お盆に妻の実家に帰省した際、妻の甥っ子、姪っ子と遊ぶ機会がありました。帰省時に、この2人と遊ぶことは私の楽しみです。2人の遊びの流行は折り紙で、本を見ながら手裏剣と一緒に作ることにしました。何度か繰り返すうちに2人も手裏剣を作れるようになりましたが、正確に折れていないところがあり、手裏剣が歪んでいます。これはこれで味があつて良いのですが、せつかなのできれいな形のものを作ろうと工夫してみました。まずは、「合格の基準（ゴール）」を決めます。白い紙に手裏剣の形を写しておき、その中に作った手裏剣が入れば合格としました。合否の判定は妻に辛口で行ってもらったため、なかなか合格することができません。そこで、折り方についても工夫をしました。私が事前に折り目のところに線を書いてから折ってもらったり、ひとつひとつの折り目を確認しながら完成までをサポートし、ついに合格できました。はじめに作ったものと比べると見違えるほど上達しました。

このように、ゴールを決めることで、それを達成するため自発的に工夫することができ、上達するスピードは格段に早くなります。ゴールが定まっていないと漫然と折り紙を折り続けるだけで、疲れも溜まりますし、上手くなっているのかどうかの判断も難しいです。

ゴール（目標）を決めて取り組むということは、私達のケアの現場でも重要なことです。利用者に関わるときに、ただお世話をするのではなく、このようになってほしいというゴール（目標）を定めることで、関わり方を工夫できます。例えば、車いすからトイレの移乗を自立できるようにするというゴール（目標）を定め、それに向けて、立ち上がる回数を増やしたり、レクリエーションの中に下肢筋力を向上できるようなものを組み込んだりと様々な工夫が可能です。

利用者との関わりだけでなく、仕事を行う上でも目標を決めると、それを目指して自発的に工夫するため、普段行っている仕事を効率的に行うことができます。また、目標を決めておくと、達成感も違います。

普段行っているケアに「これで良いのかな？」と漠然とした不安を持ちながら取り組まれていることがあるかもしれませんが、まずはゴール（目標）を決めて、それを達成するために取り組むことが解決の糸口になるかもしれません。一度立ち止まって、ゴール（目標）を決めてみてはいかがでしょうか？今回の捨て目のキーワードは、「ゴール（目標）を決めて工夫する」です。ドンドン！

3. すこやかセンター散歩靴のコーナー

今回はすこやかセンターの靴コーナーのご紹介です。屋内用、屋外用含め、約80点の靴を展示しています。

靴の脱ぎ履きがしやすくなるように見た目は靴紐ですが履き口の伸縮性を良くしてその都度紐を結ばなくても履ける靴（写真1）やマジックテープをはがすと自動的にベロが上がり、片手でも履きやすい靴（写真2）などがあります。

また、歩く時に足の装具を装着したり、むくみによって左右の足のサイズが異なる方は、左右それぞれ違うサイズで靴を購入することも可能です。

在宅や施設、地域の老人会等の訪問時、失礼の無い範囲で下駄箱を覗いたり、今履いている靴について利用者に伺うことがあります。すると、若い頃に買ったのでサイズが合わなくなっていたり、長距離を歩くのには不向きな革靴、履き古して靴底がすり減っているものをよく目にします。足に合わない靴を履くと、歩きにくくなるのはもちろん、膝や腰に負担がかかることがあります。

普段の生活で必ず履く「靴」ですが、案外「どのような靴が普段履きに良いのか」といった情報が高齢者に届いていないことを実感します。

すこやかセンターではリハ職が身体状況や用途に応じた靴の相談を承っており、実際に履き心地を確かめてもらいながら、本人に合ったサイズやどんな特徴を持った靴がお薦めなのか提案します。秋の行楽シーズンを控え、皆さんも遠足の計画を立てられている時期ではないでしょうか。いつもと違った環境でたくさん歩くことも多くなる時期ですので、利用者の足下を一度見直してみませんか？

理学療法士 永田 智

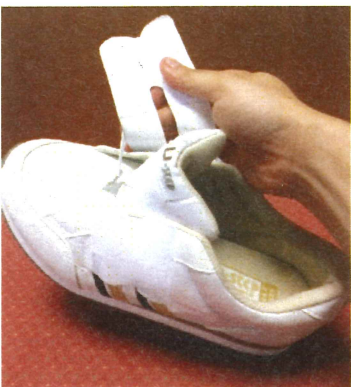


写真2



写真1

- ・相談受付
(平日9時から17時)
 - ・予約不要
 - ・一般・専門職は問いません。ご相談ください。
 - ・電話相談も承ります。
- 福祉用具の販売は
行っておりません。**

4. 新しく展示する福祉用具のご紹介

8月9日に平成29年度第1回福祉用具検討委員会を開催しました。新たに13点の福祉用具の展示が決定しましたので紹介します。今回は歩行補助具、クッション、排泄用具などが新規用具として入りました。新しい展示品はすこやかセンターに展示しておりますので、ぜひ見に来てください。なお、すこやかセンターでは販売は行っておりません。また、表示価格は、すべて標準小売価格になります。

Friends+

ウエルパートナーズ(株)

段差を乗り越えられる歩行器です。段差に前輪を当てるとバネの力で前輪が動き、わずかな力で最大5cmまでの段差を乗り越えられます。また、前腕支持型なので上半身の体重を預けて歩くことができます。後輪はネジで速度制動可能です。(介護保険レンタル対象)



84.000 円

Friends II

ウエルパートナーズ(株)

高身長の方でも利用できる前腕支持型歩行器です。身長170cm以上の方でも楽に使用でき、背筋を伸ばしながら上半身の体重を預けて歩くことができます。後輪はネジで速度制動が可能です。(介護保険レンタル対象)

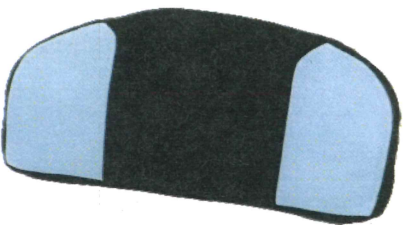


77.000 円

LAP Backs

タカノ(株)

座位保持クッションLAPS (ラップス)と一緒に使うと便利な背中用クッションです。腰から背中へ連続するフィット感があり、肩甲骨の動きを妨げない形状です。



5.800 円

(介護保険レンタル対象)

アウル REHA ニッドル

加地(株)

ジェルとウレタンの混合型クッションです。お尻が当たる部分にジェルが入っており、前ずれ力を軽減します。さらにウレタンがお尻にかかる体圧を軽減させます。

適度な沈み込み量と使いやすい厚み(6cm)を両立したクッション



Owl REHA

厚み 6cm フラット形状 アウルパターン 体圧分散

24.000 円

(介護保険レンタル対象)

ヘッドガード フィット キョタ(株)

サイズ調整が可能なヘッドガードです。頭頂部と後頭部で自由にサイズ調整が可能で、内側は伸縮性がありフィット感が抜群です。超軽量で通気性があり丸洗いが可能です。

(介護保険対象外)



サイズ L~LL (53~63cm) 17.000 円



サイズ S~M (48~55cm) 20.000 円

わくわくエクササイズ
ねこのて (ソフト) 島製作所(株)

運動用のチューブです。滑りにくく握りやすい形状です。上半身の運動に使えます。

(介護保険対象外)

ねこのて

使用方法によって腕のストレッチだけでなく、背中や肩のストレッチもできます



1.200 円

わくわくエクササイズ
たまご (レギュラー) 島製作所(株)

運動用のチューブです。上半身から下半身まで様々な運動に使えます。

(介護保険対象外)

たまご

握ったり押ししたりすることで、手の平や指の運動になります



600 円

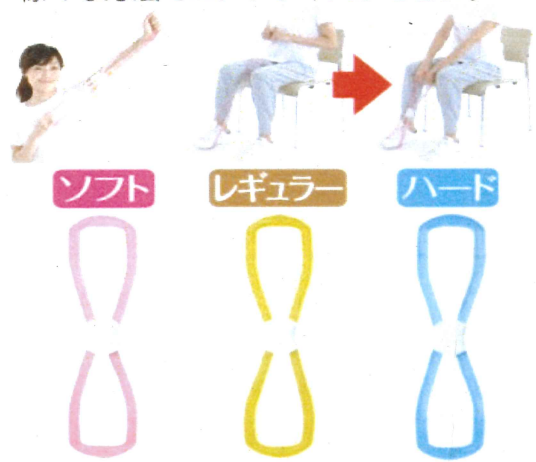
わくわくエクササイズ
はちのじ (ソフト) 島製作所(株)

運動用のチューブです。上半身から下半身まで様々な運動に使えます。

(介護保険対象外)

はちのじ

伸ばすだけでなく、足に輪をかけることで、様々な方法でエクササイズができます



1.800 円

ピタットチェアEX

オフィス・ラボ(株)

座面可動型の椅子です。座面が前にスライドするため椅子を動かさなくても、テーブルに近づけます。また座面が回転するので立った後の方向転換もいりません。座りながら自分で操作もできるので自立を促し、介護負担を減らすことができます(介護保険対象外)



34.800 円

ラップポン・ブリオ

日本セイフティ(株)

排泄物を自動的に袋詰めするポータブルトイレです。水を使わず、凝固剤で排泄物を固め、熱圧着で密封するので、バケツ洗浄や後片付けの手間もかかりません。毎回個包装で処理できるので、臭いも軽減できます。

(介護保険購入対象)



92.500 円

楽書(RAKUKAKI)

菊池ハイテクサプライ(株)

手の震えを軽減し、書字や食事などの手先を使う動作を助けます。(介護保険対象外)



8.800 円

お薬のんでね!

近畿メディカル(株)

薬の飲み忘れや飲みすぎ、飲み間違いを防ぐ服薬支援機です。服薬時間になると光と音でお知らせします。休日対策で9日分セットでき、お薬ケース回収機能や取り忘れ防止のスムーズ機能、服薬状況の確認など便利な機能がついています。(介護保険対象外)



98.000 円

但馬の健康と福祉を考える集い

「認知症セミナーのご案内」

認知症高齢者は年々増加しており、その治療法や予防の研究が進められています。

一方で、認知症になっても住み慣れた地域で暮らし続ける「地域の支え合い」の重要性も指摘されています。

このたび、認知症であっても地域住民とコミュニケーションができる手法として注目されている「回想法」をテーマに認知症高齢者の理解とその対応について学ぶ講演会を開催します。多数のご参加をお待ちしています。

日時

平成29年10月13日(金) 13:00～14:30
10月12日(木)に予定しておりましたが講師都合により日程が
変更となりました。

場所

兵庫県但馬長寿の郷 郷ホール

対象

認知症に関心のある一般県民、民生委員・児童委員、
保健・福祉・医療・行政関係職員等 定員200名

内容

講演
「思い出ばなしが脳を活性化する」
～回想法で脳と心を動かす～

講師

国立長寿医療研究センター
長寿医療研修センター長 遠藤英俊 氏



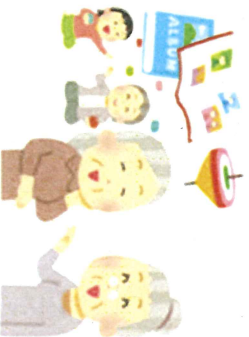
申し込み

裏面の申込書に記入の上、平成29年9月28日(木)午後5時までにFAXでお申し込み下さい。

主催：但馬長寿の郷、但馬長寿の郷づくり協議会

後援：但馬自治会、全但社会福祉協議会連絡会、但馬地域包括・在宅介護支援センター協議会、兵庫県介護支援専門員協会但馬支部、兵庫県老人福祉事業協会但馬ブロック

協賛：株式会社 但馬銀行



兵庫県但馬県民局但馬長寿の郷 地域ケア課

小森・白岩 宛て FAX番号 : 079(662)9959

10月13日(金)

但馬の健康と福祉を考える集い「認知症セミナー」申込用紙

ご住所 (一般住民の方) ご所属 (勤務者の方)	お名前	勤務者の方は職種を記入下さい

連絡先電話番号:

平成29年9月28日(木) 午後5時までにお申し込み下さい。

ご協力をお願い

- ①複数名で参加される場合、駐車場が大変混雑する可能性があります。ご迷惑をおかけいたしますが、可能な限り車は乗り合いでお越しいただきますよう、ご協力よろしくお願ひいたします。
- ②申込みが定員(200名)を超えた場合、会場の都合で受講をお断りする場合がございます。なるべくお早めに申し込みください。
お断りする方のみ、10月2日(月)までに但馬長寿の郷から電話連絡させていただきます。
何も連絡がなければ、そのままお越し下さい。

(問い合わせ先)

兵庫県但馬県民局但馬長寿の郷
地域ケア課 小森・白岩
TEL 079(662)8456
FAX 079(662)9959

第17回地域ケア研究会

地域包括ケアシステムの構築が目前に迫った中で、住み慣れた場所ですでにだけ長く過ごすために医療や介護はどのような取り組みや連携が必要なのか、地域で考えていく必要があります。

今回は「地域包括ケアを見据えて～在宅生活の限界点を高める取り組み～」というテーマで医療や介護の現場から3名のシンポジストをお招きし、但馬における在宅生活を延伸させるために必要なことをお話しして頂きます。

○午前の部 シンポジウム 10:00～12:00

テーマ

「地域包括ケアを見据えて～在宅生活の限界点を高める取り組み～」

但馬長寿の郷 地域ケア課 中西 智也

シンポジスト

公立村岡病院	総合看護師長	西村 里美 氏
一般社団法人 ソーシャルデザイナーカレッジ	代表理事	大槻 恭子 氏
真愛介護サービス	地域密着型認知症通所介護まごころ	天野 明日香 氏

○昼休憩 12:00～13:00

○午後の部 演題発表 13:00～15:50

第1セッションテーマ「介護施設の取り組み」

「高齢知的障害者の住みよい環境づくり～高齢者知的障害者施設の取り組み～」 出石精和園 家中淳平 氏

「何か、いつもと違う～当施設入所者における入院に至った要因より～」 公立八鹿病院老人保健施設 吉田一正 氏

「むらおかこぶし園における地域交流事業の取り組み～出張介護予防教室を実施して～」 むらおかこぶし園 箕口一喜 氏

第2セッションテーマ「他機関連携」

「退院支援部門における看護師の役割」 公立八鹿病院地域医療課 小谷裕都子 氏

「いつまでも口から食べるために」 美方郡歯科医師会 蔵野彰王 氏

「美方郡歯科医師会の病院との連携」 美方郡歯科医師会 中田和明 氏

第3セッションテーマ「地域・在宅の取り組み1」

「訪問歯科のリーフレットを作成して」 地域活動歯科衛生士会 宮垣万里子、小西悦子 氏

「個別支援に向けた取り組み～4DASを導入して～」 ティーサービスいそこの花 西村育恵 氏

「介護のこれからを考える」 元気の素ティサービス 佐藤未来 氏

第4セッションテーマ「地域・在宅の取り組み2」

「訪問看護による予防のアウトカムの見える化に向けた取り組み」 訪問看護アニーシヨ流星 坂本美春 氏

「地域コミュニケーションと保健師機能を学ぶ兵庫県立大学の地域看護実習」 兵庫県立大学 牛尾裕子 氏

「豊岡市における自立支援型ケア会議の実践」 城崎・竹野地域包括支援センター 田中幸枝 氏

【日時】平成29年10月28日(土) 受付9:30～

【場所】兵庫県但馬長寿の郷 郷ホール

【参加費】無料

【対象】但馬圏域の地域ケアに関わる保健・医療・福祉・教育・ボランティアなどに従事する者

【申込み】平成29年10月24日(火)17:00 締切の

申込み用紙に必要事項をご記入の上、FAXにてお申込み下さい。

TEL 079-662-8456 FAX 079-662-9959

お問い合わせ先：但馬長寿の郷 地域ケア課 中西・吉田・谷垣

FAX 送信状

第 17 回地域ケア研究会 参加申込み用紙

宛先 但馬長寿の郷 地域ケア課

FAX 番号 079-662-9959

所 属	
連絡先	

お名前	職種	参加(○をつけてください)
		・ 1 日 ・ 午前のみ ・ 午後のみ
		・ 1 日 ・ 午前のみ ・ 午後のみ
		・ 1 日 ・ 午前のみ ・ 午後のみ
		・ 1 日 ・ 午前のみ ・ 午後のみ

☆昼食は各自でご準備ください。

締切日：10月24日(火) 17:00

申込み・問合せ先

兵庫県立但馬長寿の郷

地域ケア課 白岩・吉田

☎ 079・662・8456