

New Topics

在宅復帰・在宅支援に向けた取り組みについて

～リハビリテーションの実践～



島袋施設長のコメント

利用者の在宅復帰に向けての支援が老健の重要な役目です。この目的を達成するためにリハビリテーションが大きな柱の一つとなっております。当施設では、従来よりリハビリテーションに力を入れた支援を行ってきました。今後もこの流れが続くようにスタッフ一同、努力してまいります。



岩砂病院・岩砂マタニティ 受付時間のご案内

休診日：日祝日、12月30日～1月3日、8月15日

内科	内科	月	火	水	木	金	土	受付時間
	午前診	○	○	○	○	○	●	9:00～11:30
	午後診	◎	—	—	—	◎	—	14:00～16:00
	夕診	●	●	●	●	●	—	16:00～18:00

予約ダイヤル

058-231-2631

○内科診察(事前予約も可能) ●内科診察(予約不可)
◎完全予約制
(予約受付時間/13:00～17:00)
※詳細は受付へお問い合わせください。

婦人科	婦人科	月	火	水	木	金	土	受付時間
	午前診	○	○	○	○	○	○	9:00～11:30
	午後診	○	○	○	△	○	○	13:00～15:00(月～金) 14:00～15:30(土)
	夕診	○	○	○	—	○	—	17:00～19:00

予約専用ダイヤル

058-232-1777

○婦人科診察(検診含) △検診のみ(一般の診察はおこないません。)
※婦人科は診察も検診も完全予約制となっております。
(予約受付時間/9:00～17:00)
※詳細は婦人科受付へお問い合わせください。

産科	産科	月	火	水	木	金	土	診察時間
	午前診	○	○	○	○	○	○	9:00～12:00 受付時間 9:00～11:30
	午後診	—	—	—	—	—	○	14:00～17:00 受付時間 14:00～16:30
	夕診	○	—	—	○	○	—	17:00～19:00 受付時間 17:00～19:00

予約専用ダイヤル

0120-038183

おさんはいわさ
(予約受付時間/9:00～17:00)
※詳細は産科受付へお問い合わせください。
産科専用玄関が病院西側にあります。
内科等他科の患者さんと接触がないよう配置されております。

リハビリテーションだより

チラシで作製したごみ箱を寄付していただきました

10年以上にわたり毎月1,000個以上の手作りごみ箱をいただいております。このごみ箱は、毎日入院患者さんがデイルームでお食事をする際に使わせていただいております。

寄付して下さった方は、『ごみ箱作りは肩や腕、指を動かすことができ、細かな作業もできるようになった。良いリハビリになっている。まだまだ良くなるよ』と意欲的な想いを伝えてくださいました。

長年にわたり提供していただき、心より感謝申し上げます。今後も想いを大切にしながら使わせていただきます。



友愛会HP



編集後記

「友愛会だより」(59号)をお届けしました。手に取ってお読みいただき、ありがとうございます。今回は、「在宅復帰・在宅支援に向けた取り組み」として、山県グリーンポートより「リハビリの実践」についてお届けしました。私どもは、これからも利用者さん患者さんの「したいな」「できたらな」と望まれる生活が一つでも叶うよう、ご希望への実現に向けて一緒に応援させていただきます。ぜひ遠慮なくご相談ください。この場を借りて取材に協力して下さった皆さまにお礼申し上げます。(S)

山県グリーンポート リハビリのご利用例



男性 70代
要介護2 左片麻痺

入所目的

自宅で夫婦生活していたが、夫が最近何度も転ぶことで生活することが不安になり、病院受診すると老健を勧められ、リハビリを行いながら自宅生活の再開を調整していくこととなる。

自宅へ帰るための取り組み

- ・実際に自宅に訪問し生活環境を確認して、転倒の原因をリハビリスタッフが専門的な視点で評価・対策を検討する。
- ・本人、家族から聞き取り調査を行い、自宅で生活する場合に、何を不安に思っているのか具体的に知る。
- ・リハビリ専門職と一緒に自宅へ外出訓練を重ね目指す生活のイメージをしてもらう。



専門職のリハビリ内容

リハビリスタッフと個別リハビリ(週5日)・集団体操・認知症予防体操(週2日)

①課題点(転倒の原因)

- 段差を跨ぐ時の筋肉の使い方が悪いため、小さな段差で何度も転ぶ



リハビリ内容

- 段差を認識し高さにあった筋肉の使い方を練習

②課題点(自宅生活の不安)

- 筋力低下が原因で、食卓の椅子から立ち上がりにくい

リハビリ内容

- 現在の筋力で立ち上がりやすい身体の動き(前に手をついて立つ)を練習

③課題点(自宅生活の不安)

- 重心がぶれているため、トイレでのスポンの上げ下げでふらつく

リハビリ内容

- スポンを上げ下げする時の重心の動き方を覚える練習



生活場面を支えるリハビリ内容

介護職員と看護職員が、日常の施設生活の中で意識的に

- 歩行する際に、できる限り足を上げて歩行してもらう
- スポンの上げ下げは自身で行ってもらい、転倒しないようにふらつくタイミングを見守る
- 椅子から立ち上がる時は、手を前につけて立ち上がってもらう



結果

- 小さな段差に躓くことなく歩けるようになった
- ふらつかずスポンの上げ下げができるようになった
- 手を前につけてスムーズに立ち上がれるようになった

→ 自宅での生活の課題が解決した・自宅生活での不安がなくなった

退所後

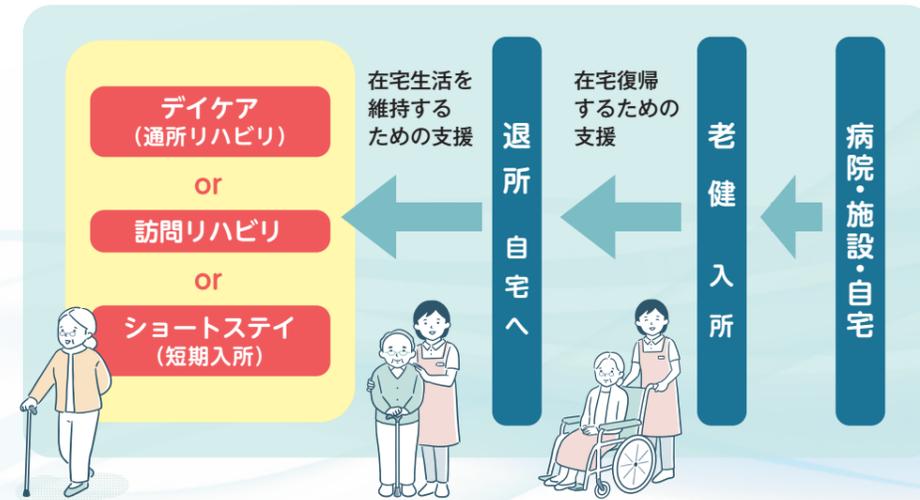
- 入所職員からデイケア職員へ、今回の課題や不安、目指していた生活を共有
- デイケアを利用することで機能を維持しながら自宅生活を再開でき、夫婦で暮らし続けることができる



在宅復帰・在宅支援施設

医療・看護・介護・リハビリ・栄養管理などのサービスを提供して、ご高齢の方や障がいのある方など、利用者本人・家族が安心して、自宅へ帰れるようにする在宅復帰や、退所後の生活を支える在宅支援を行う施設です。

例えば、病院から退院するが、まだ現状では自宅での生活が不安な方や、自宅での生活で体力の低下を感じた方などが入所して、リハビリをして自宅へ帰る。また、退所後も通所リハビリなどでリハビリをしながら生活を維持することができます。



入所 在宅復帰をするための支援

専門職のリハビリ

リハビリの専門知識を活かし、再び自宅での生活をするために必要な身体の動きや本人ができる能力を見出し、それを伸ばしていくリハビリを行うことで、在宅への復帰を支援します。

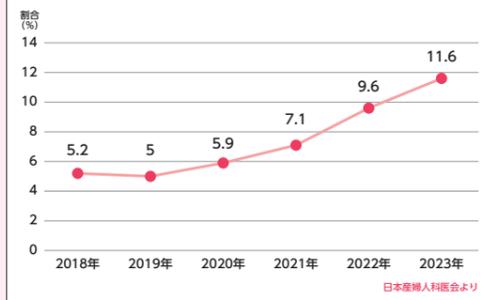
生活場面を支えるリハビリ

リハビリスタッフの評価に基づいて、自宅で生活するために必要な動作を日常の施設生活の中に意識的に取り入れることで、生活の場面全体がリハビリになるように支援していきます。

介護老人保健施設
山県グリーンポートとは



総分娩数に占める無痛分娩数の割合の年次推移



<無痛セミナーのご案内>

- 【対象】 無痛分娩を希望される、または迷われている妊婦さん(妊娠30週未満) パートナーの方も必ず受診して下さい
- 【場所】 2階 研修室
- 【日時】 第2土曜日(対面) 13:00~14:00
第4土曜日(オンライン) 16:00~17:00
- 【内容】 以下の内容を医師と助産師より説明させていただきます

- ◎ 無痛分娩とは
- ◎ 無痛分娩の方法、メリット、デメリット
- ◎ 計画無痛分娩について
- ◎ オンデマンド無痛分娩について



無痛分娩とは、麻酔などを用いて分娩に伴う痛みを和らげる方法です。麻酔方法は硬膜外麻酔とい、硬膜外腔に細いカテーテルを挿入し、痛みの程度に応じて分娩まで持続的に麻酔薬を注入します。海外では主流となっていますが、近年日本でも無痛分娩が増えています。「産後の体力を温存しておきたい」「痛いのが苦手」という理由から無痛分娩を選択する方が増えています。また、出産の痛みは母性の獲得に差はみら

れないという研究結果も出ています。無痛分娩は、自然分娩や帝王切開のように、ご自身にあった分娩方法を選ぶときの選択肢のひとつです。当院では、2023年12月から無痛分娩を開始しました。無痛分娩導入に当たり、外部のインストラクターの方から指導を受けています。安全のため分娩経過のスムーズな経産婦から無痛分娩を開始しました。経産婦では、計画無痛分娩といい、あらかじめ分娩日

を決定し分娩誘発を行い、分娩進行に応じて麻酔を開始します。無痛分娩を選んだ方からは「心に余裕があるおかげで出産に感動できた」「リラックスできてしつかり呼吸もできた」などのお声をいただきました。2024年9月からは初産婦の場合、オンデマンド無痛分娩といい、自然に陣痛が来てから分娩進行に応じて麻酔を開始していきます。また、安心して無痛分娩を

選んでいただけるよう、無痛セミナーを月2回開催しています。医師と助産師から無痛分娩について、メリット・デメリットなどをわかりやすく説明しています。無痛分娩に興味のある方はお気軽にご相談ください。



New Topics

通所 在宅生活を維持するための支援

山県グリーンポート デイケアセンターとは

通所リハとは、自宅から『通う』リハビリ施設です。通いながら日常の暮らしがより活動的となるように必要なリハビリを行います。生活が安定したのち、住み慣れた地域で社会参加出来るように支援します。リハビリ専門職の在籍が義務付けられており、専門的視点で集中的にリハビリを受けることが出来ます。

在宅生活を支援するリハビリとは

入所でリハビリをして自宅に戻った後は、どんな生活を目指していたか情報を引き継ぎ、住み慣れた『我が家』で暮らし続けるために、トイレ動作や入浴などの動作や、家事など自宅での役割が続けられるように練習しています。また、利用者さんの「やってみたい」「出来るようになりたい」などの自主性を大切にし、趣味活動や買い物等への外出支援も行っています。そのような活動の中で体力や筋力などを付け、生活力へと繋げていきます。



卒業後の関わり、地域との関わり

リハビリを頑張り目指す生活が出来たご利用者さんは、卒業に向けたSTEP UPとして社会参加を勧めています。その一つに地域の体操教室へ参加出来るような支援を行っています。当通所リハも山県市の2か所で体操教室を開催しており、卒業後に生活維持が出来るように、また地域の方々にも参加していただき、楽しく健康維持に努められるように運動を行っています。





ボランティアで剣舞披露



職員のお孫さんがダンス披露



地域のボランティアの方と利用者さん、一緒にカラオケ



手作りおやつを作る日



手作りおやつを作る日

ふらっと広場での活動再開と個別支援

以前はコロナ禍のなか、ふらっと広場での活動をなかなか積極的にこなえませんでした。現在さまざまな活動・イベントを再開しています。地域住民の方々がボランティアとして、「お菓子作り」や、「カラオケ」に参加していただき、「剣舞・民謡」「ストリートダンス」を披露していただいています。「いろんな人が楽しませてくれて嬉しい」、「私も出来ることは何でもやるから言ってみよう」など、地域の方々との対面での交流を通して、利用者さんの笑顔や、活動への意欲も増えているように感じます。



▶ コギー



利用者さんへの個別支援にも、私達は力を入れています。例えば地域登録の利用者さん、その御家族からの「今より自宅で歩けるようになりたい」、「もっと体を動かしたい」といったお声を頂きます。その願いを、ひとりひとりの利用者さんに合った形で実現出来るようスタッフ間で検討しています。施設利用時に、杖歩行訓練の個別リハビリや、足こぎ・ペダル付き車いす(コギー)を用いた運動のお手伝いなど、その方の身体機能に合わせた支援をおこなっています。



「この施設を利用して良かった」と、多くの利用者さんにとって頂けるよう生活支援に努めてまいります。

社会福祉法人友愛会 特別養護老人ホーム 山県グリーンベレッジ



あいぱちで広がる笑顔の輪

山県グリーンベレッジでは、「あいぱちイベント」を開催し、懐かしいひとときをお楽しみいただきました。会場には、昔ながらのパチンコ台がずらりと並び、利用者さんが自分の順番を待ちながら、思い出話に花を咲かせる様子が見受けられました。

「昔は毎日パチンコしていたよ」「懐かしい音が聞こえていいねえ」「今日こそ当たってわよ」など、会話が弾む中で笑顔が溢れていました。普段あまり話されない方も、当たると笑顔で職員に話をされる姿や、「絶対当たってやる!」と当たるまでハンドルを強く握る姿など、利用者さんの普段と違った一面を発見することもできました。イベント全体が和やかな雰囲気になりました。

職員も手を添えてサポートを行い、全員が楽しめるように心を込めた対応をしました。その結果、皆さんの笑顔が一層輝き、心温まる時間となりました。



イベント終了後には、お菓子や記念品を配布し、ご利用者さんに喜んでいただけた様子がとても印象的でした。多くの方々が笑顔で帰られる姿に、職員も大変嬉しく思いました。

今後も、さまざまな活動を通じて、皆さんの笑顔をもっと増やしていきたいよう、一層の努力をしていきます。

