



5  
2016

第3号

研 修 講 座 の ご 案 内

### 地域リハビリテーション推進研修

この研修は、初任者の方のリハビリテーションに関連する知識及び介護技術の向上等を目的として、5、6月におこなっています。内容も様々なので、きっと「引き出し」が増えますよ！詳しい研修日程やお申込み方法は当センターのホームページを御覧ください。

なお、10月から12月にかけて、より一層テーマを絞って、理解を深める後期研修もシリーズで予定しています。お楽しみに！

<一部をご紹介します>

#### ★座学★

5月17日（火）13：30～

講座1 「地域リハビリテーションとは～国際生活機能分類（ICF）とリハビリテーション～」  
京都市地域リハビリテーション推進会議の議長で、上原医院の上原院長を講師に迎え、地域リハビリテーションの基本的な理念やICFについてわかりやすくお話しいただきます。高齢者や障害のある方が地域で安心して暮らすための支援をしている方に是非聞いていただきたい研修です。

ほか、「精神障害」「知的障害」「高次脳機能障害」「難病患者」についての知識を学べる「〇〇支援」シリーズも多数実施します。

#### ★実習★

今年も初任者向けに、トイレ、お風呂、食事、お出かけと生活場面に応じた実習を行う「〇〇しよう！」シリーズを実施します。

少人数での研修なので、どんどん質問もできます。日頃の「アレ!? どうやったっけ（汗）??」や「う～ん、どうしよう…」といったギモンも、この機会に一挙に解決してしましましょう！！

### 高次脳機能障害 入門講座

参加者の方から大好評の高次脳機能障害の基礎的知識を学べる「入門講座」。平成28年度は、新たに「失語症について」、「就労に向けて」の2タイトルを追加し、全5タイトルに拡大、ボリュームアップします。これまでの「発症からのステップ」、「注意障害・記憶障害・遂行機能障害について」及び「社会的行動障害について」も開催しますので、昨年度、聴き逃した方は必聴です！

今年度の充実した入門講座に、ぜひご参加ください。

講座内容、日程及び申込方法等の詳細については、ホームページ、フェイスブックをご覧ください。

京都市高次脳機能障害者支援センター ホームページ

ホームページ : <http://koujinoukinou-city-kyoto.jp>

Facebook : <http://www.facebook.com/koujinoukinou.city.kyoto>







地域ガエルの  
おしごと拝見！

## ☆第3回☆ 障害者支援施設のいちにち

当センターの障害者支援施設では、高次脳機能障害のある方を対象に機能訓練及び生活訓練を行っています。今回は、訓練のいちにちをレポートします！

### 健康チェック



おはようございます！  
まずは看護師が体温や血圧を測定して、  
体調をお伺いします。体調によってはプロ  
グラム内容を変更します。



今日の予定をチェック！

### 朝礼



みなさんがそろってから朝礼をおこないます。  
一日の予定を確認したあと、司会から身の回り  
にある「桜」についてのお話が。さくら吹雪、  
100円玉の絵、サクラサク、セレッソ（スペ  
イン語で「桜」）大阪など…意外にたくさんあり  
ますね。一つ知識が増えたところで、さて、今  
日も一日がんばるぞ～！

### プログラム①



プログラムは曜日により、異なります。  
今日は「お手軽筋トレ」。理学療法士のア  
ドバイスを受けながら、  
手足を伸ばしていい  
気持ち！



### プログラム②



休憩をはさんで、  
いよいよ皆さんお待ち  
かねの団体競技戦  
「ディスコン」！！  
カーリングに似たゲームで、  
簡単に見えますが、頭と  
コントロール力を駆使し、  
白熱した時間になりました！



### お昼ごはん



ゲームに熱中していたら、  
お腹がグ～っとなった方もお  
られたかも？  
昼食は季節感を大切に、セ  
ンター内の厨房で作っていま  
す。





満腹になったところで、午後のプログラムがスタート！  
午後からは、少人数に分かれて、それぞれの課題に取り組めます。

5月の壁画♪



プログラム③



広い体育館で、個別のサービス利用計画に沿って、訓練をおこないます。  
階段の昇降の訓練をしたり、体力向上のために、3kgの重りをもってトレーニングをしたり…。



こちらのグループはリハ室で、それぞれの作品を作成中。  
皮細工をしたり、組みひもをしたり、籐のかごを編んだり…。自分で配色や形を考えます。  
根気のいる作業ですが、皆さん真剣に取り組んでいます。



プログラム④



このプログラムの時間も、一人ひとりの目的に沿った訓練をおこないます。見本の原稿を見ながら、パソコンの入力をしたり、小グループでテーマに沿った話し合いをしたりすることもあります。また必要に応じて、言語療法や理学療法等、個別のプログラムも行います。



終了



今日もお疲れ様でした！

ほかにも



体力測定



外出行事

等  
あります

<地域ガエルのココが知りたい！>

●だれが利用できるの？どうしたら利用できるの？

→高次脳機能障害のある方を対象に訓練をおこなっています。

ご見学・ご利用を希望される方は、当センター内の

「京都市高次脳機能障害者支援センター」（電話075-823-1658）へご相談ください。

●通所するには、自宅から遠すぎるんです…。入所サービスはありますか？

→ご自宅からの通所が困難な方等には入所支援サービスも提供しています。

●まだ高次脳機能障害の診断は受けていないんだけど、どこで診断は受けられるのかしら？

→まずは主治医にご相談ください。主治医による診断書作成が困難な場合は、当センター内の「京都市高次脳機能障害者支援センター」（電話075-823-1658）へご相談ください。

●ショートステイはしていないの？

→平成27年10月から高次脳機能障害の方を対象にショートステイ事業を開始しました。

●送迎サービスはありますか？

→申し訳ありませんが、送迎サービスはおこなっておりません。なお、駐車場がございますので、自家用車等での送り迎えは可能です。

『地域に帰る(地域リハビリテーションの推進)』がモットーの『地域ガエル』。当センターのキャラクターです！





## 催しのご報告

### 春の体力測定会 (平成28年3月8日、3月15日)

上記の日程で、からだの動きに障害のある市民の方を対象に体力測定会を実施し、合計33名の方に参加いただきました。

参加者の方々は普段なかなか行わない測定項目に苦闘されながらも、一生懸命チャレンジされていました。また参加者の方からは「ぜひ次回も参加したい」「楽しかった」等の感想がありました。

この体力測定会は昨年9月にも実施し、今回で2回目でした。これを機会にご自身の体力を把握していただき、日常生活を無理なく過ごせるよう体力を維持することを心がけていただけたらと思います。

(このページの写真は全て体力測定会のものです。)



まずは、体重や血圧を測定して、体調チェック



準備体操の頃から皆さんやる気満々です



握力測定中!  
力を入れて!!



反復横跳び  
20秒で何回できるかな?

「リハエール」第3号は、障害者支援施設の一日をレポートしました。現在、入所と通所の方を合わせ約30名の利用者の方が一生懸命訓練に取り組まれています。

見学も随時受け付けていますので、まずはお電話(TEL 823-1658)ください。



【リハエール】第3号 2016年5月発行  
発行 京都市地域リハビリテーション推進センター  
〒604-8854 京都市中京区壬生仙念町30番地  
電話 075(823)1650(代表)  
FAX 075(842)1545  
Eメール rehabili@city.kyoto.lg.jp