

# リハール

## YELL

5

2019

第15号

### 地域リハビリテーション推進研修のご案内

この研修は、支援者の方々の必要な知識や介護技術の向上を目的として、毎年さまざまなテーマで講座と実習を開催しています。今年度は23講座を予定しています。職員研修の場やご自身のスキルアップの機会としてぜひご参加ください。

開講期間 6月25日～12月2日 / 5月末から受付開始！

**講座** 基本知識やグループワークなど、すぐに現場で活用できます。

◎7月の注目講座！

★7月9日（火）15時20分～

「精神障害のある方の地域支援～医療機関との連携～」  
京都市こころの健康増進センター 所長 波床 将材 氏

★7月10日（水）9時30分～

「障害のある方の性教育・金銭教育」  
NPO法人ら・し・さ 理事 鹿野 佐代子 氏

★7月25日（木）13時30分～

「災害時、障害者のある方・高齢者はどう生き抜くか～災害への備え～」  
認定NPO法人ゆめ風基金 理事・事務局長 八幡 隆司 氏



**実習** どれも少人数で、体験しながら楽しく学べます。

◎新規テーマが加わりました！

★7月18日（木）9：30～

「現場に活かす！機能維持体操～座位でできる集団体操編～」

★8月6日（火）13：30～

「現場に活かす！機能維持体操～臥位でできる個別運動編～」



「現場で役立つ！移乗編」



「お風呂に入ろう！」

実習は当センターの  
リハビリ専門職員が  
担当します。

※詳しい研修内容とお申し込み方法は、  
当センターホームページをご覧ください。



よくわかる！

# 障害者支援施設 シリーズ

当施設には、楽しみながら体力向上を目指す、“レクリエーションスポーツ”という訓練プログラムがあります。卓球バレー、ボッチャ、ローンボールなど、様々な種目がありますが、中でも、風船バレーは人気種目です。

今回は、施設で行った風船バレー大会の様子をお伝えします。

平成最後の

## 風船バレー大会

3月14日の午前中のプログラムの時間使って、平成最後の行事である風船バレー大会を行いました。

利用者さんと職員合わせて1チーム7人編成で、3チームに分かれてそれぞれ対戦しました。



各チームが集まって、キャプテンやチーム名、ポジションなどを相談して決めました。チームで作戦を練ることで、会話も弾み、表情もほぐれて「さあ、やるぞー！」と皆さんの意気込みが感じられてきました。

個性豊かなチーム名！

「パンダ～ゆるくいこう」「青い稲妻」「平成のピンクサウスポー」

準備体操をしっかりと行って体を慣らすところからスタートし、ゲームに入ります。

1試合 15分でそれぞれのチームと対戦します。



試合では、変化球サーブや、ネット際の攻防、チーム内でのフォローや巧みなパス回しなど白熱したプレーが見られました。応援している人も、ドキドキ、ハラハラで見守ります。体育館に元気な笑い声や応援の音が響きました。



優勝は「パンダ～ゆるくいこう～」チームに決定！  
利用者の方々と職員と一緒にレクリエーションスポーツを楽しみ、交流も深められた行事となりました。



参加者全員に  
参加賞も！





Tさん（40代男性）は脳出血により、記憶障害や発動性の低下等がありました。体の麻痺は少なく、歩くことも出来ていましたが、身の回りのことや仕事もできず、何をするにも声かけ等の援助が必要な状態でした。そんなTさんを支援した職員に入所から退所までのTさんの様子についてインタビューをしました。

### Q. 最初にTさんに会った時はどんな様子でしたか？

Tさん



A. 回復期病院に入院している時期にお会いしましたが、初回面接でのTさんはボーっとしていて、受け答えの反応もゆっくりでした。日常生活上は次の4つが問題でした。

①周りの人から指示されないと動けない。 ②失禁してしまう。 ③言われた事は理解できるが、覚えておくことが難しい。 ④体力・精神面とも持久力に乏しい。このため自宅から一人で施設に通うことは難しいと判断し、施設に入所してもらい、訓練を提供することにしました。

### Q. 入所生活期の様子や職員の関わりを教えてください。

A. まず施設生活の確立を目指しました。入所生活の当初は、食事やプログラムの時間になっても自発的に動けず、逐一職員の声かけが必要で、時間やスケジュールの確認を促していました。夜には失禁してシーツを汚す毎日でしたが、Tさんは失敗が多いことに気付いておらず、自覚が乏しかったです。“朝少し早く起きてトイレに行く”という習慣をつけるために声かけをすることで、次第に失禁も減り、食事などの時間も自ら時計やスケジュール表を確認して動けるようになりました。

この時期はこの他に、活動性や日常生活能力の向上を目指し、運動や認知課題などのプログラムを提供していました。



### Q. 施設の生活から在宅生活を始めるまでに行った具体的な支援を一つ教えてください。

A. 施設から自宅へ移行するにあたり、今後の地域生活でも必要になる公共交通機関利用の練習を行いました。



自宅と施設の往復ルートを決めたり、周囲の安全確認をしたり、疲れないように体力づくりにも取り組んでもらいました。通所開始時は、往復の移動で疲れ昼休みに寝ている姿をよく見かけましたが、1ヶ月ほどすると余裕が出てきたようでした。

### Q. Tさんには在宅復帰までを支援したのですか？

A. いえ、そのあとの社会復帰（就労準備）の支援も行いました。通所に慣れた頃に仕事について関係機関に相談を始め、職業訓練を2ヶ月間受けていただきました。当施設でどんな仕事が出来そうかと色々な業務を試したり、他者とのやり取りの練習を繰り返し行っていたこともあり、混乱することなく、訓練に取り組めたようです。記憶の代償手段としてうまくメモを使えるようになってきたのもこの時期です。Tさん自身も「メモがないと忘れるんです」と発言するようになりました。現在は自分のことは自分で行き、やり取りのテンポも早くなり、見違えるほどのTさんになっておられます。

現在、Tさんは、施設を退所し求職活動を続けています。また、就労移行支援事業所にも通い始めています。引き続き、当施設も関係機関と連携し、必要な支援を行っていきます。

生活範囲を広げていくための  
支援を行っているんだね。





# 高次脳機能障害 入門講座

実は身近な高次脳機能障害について、基礎知識を学ぶ入門講座です。6つのテーマを通して参加するとより理解が増しますが、関心のあるテーマだけの参加もOKです。

前 期	後 期	内 容
4月19日(金) 実施済	10月18日(金)	1「発症からのステップ～社会参加に向けて～」
5月17日(金) 実施済	11月15日(金)	2「注意障害・記憶障害・遂行機能障害について」
6月21日(金)	12月20日(金)	3「社会的行動障害について」
7月19日(金)	1月17日(金)	4「失語症について」
8月16日(金)	2月21日(金)	5「就労に向けて」
9月20日(金)	3月27日(金)	6「当事者・家族からの声、関連事業所等紹介」

時間：午前10時～11時

対象者：京都市内在住の高次脳機能障害のある方、ご家族、支援者、関心のある方

参加費：無料、要申込、先着70名

申込先：京都市高次脳機能障害者支援センター  
TEL075-823-1658, FAX075-842-1541



地域ガール

皆様のご参加  
をお待ちして  
います。

## 【参加者の感想】

### 当事者から

- ・具体的な対処法なども多くわかりやすかった。

### 家族から

- ・症状がさまざまであることが理解できた。今後の関わり方の参考になり、イライラせず見守っていかうと感じた。
- ・スライドでの表示をしながらの説明と図、イラスト等の活用でわかりやすかった。知人や身内など周囲に理解してもらうために活用したい。
- ・夫にあてはまるが多かった。今までだれに聞けばいいのか？どう対応すればいいのか？主治医の先生は忙しく相談できないし、困っていたが、他にもこのようなことで困って悩んでおられる方がいるんだと少し安心した。



### 支援者から

- ・具体的な症状や対応策に、実例を交えての話がわかりやすかった。1人1人症状が異なるものだということを念頭におき、その方が何に困っているのかをしっかりとアセスメントする大切さを学んだ。
- ・社会的行動障害といわれる方の原因が、高次脳機能障害だけでなく、生活面の変化の可能性もあり、ご本人の話を聞いて困っていることの原因を考える大切さがよくわかった。

★編集後記★ 来年はいよいよ2020東京オリパラですね。当センターのレクリエーションスポーツの一つで、「地上のカーリング」と呼ばれる「ボッチャ」もパラリンピックの公式競技です。代表選手には、2018平昌五輪カーリング女子代表のように大活躍してほしいですね。そだねー。

【リハガール】第15号 2019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](mailto:rehabili@city.kyoto.lg.jp)  
京都市印刷物 第314244号