



- ①②「盛岡南部地域リハビリテーション広域支援センターの活動紹介」
- ②③知っ得と便利 1
「手浴と足浴」
- ④知っ得と便利 2
「実車評価について」

盛岡南部地域リハビリテーション

広域支援センターの活動紹介

盛岡南部地域リハビリテーション広域支援センター 南昌病院 三浦 正徳

南昌病院は平成15年に「盛岡南部地域リハビリテーション広域支援センター」として県からの指定を受け、現在まで活動を続けています。対象地域は盛岡市、矢巾町、紫波町で、各市町や包括支援センターと直接的な交流を持ちながら様々な事業に携わっています。最近の代表的な活動をご紹介します。

1. 岩手県シルバーリハビリ体操指導者養成事業協力



3級講習会講義の様子

平成27年度の県による事業開始当初から参画し、南昌病院単体として、平成29

年度から紫波町と矢巾町、平成30年度からは盛岡市を加え3級指導者養成講習会を主催。現在は紫波町、矢巾町が町主催に移行し支援を継続しています。また、令和元年度からは2級指導者養成講習会(盛岡市、矢巾町、紫波町)も主



3級講習会体操実技の様子

催しています。その他、随時、指導者のフォローアップ支援なども行っています。

これまでの実績(平成29年度～令和4年度)

3級指導者養成数 計206名

2級指導者養成数 計69名

2. 通いの場等の支援

シルバーリハビリ体操指導者養成事業に関連し、各地域の通いの場の立上げ支



通いの場体力測定の様子

援や介護予防事業への協力も活発です。通いの場での主な役割は、参加者への体力測定の導入説明と実施(フォロー含む)、測定結果のフィードバック、シルリハ指導者さんの技術支援などで、必要に応じて講話なども行います。

令和4年度実績(予定含む)

盛岡市 計5回

矢巾町 計21回

3. 地域リハビリテーション研修会の開催

矢巾町地域包括支援センター、紫波郡地域包括

ケア推進支援センターと協力し、介護保険事業所、包括支援センター、行政の職員等を対象に事例討議や介護・介助技術研修など多様なテーマで開催しています。令和4年度は「高次脳機能障がい」



介護技術研修の様子

をテーマに開催予定ですが、これは地域ケア会議の事例がきっかけとなっており、

地域のニーズや課題と連動しつつ発展しています。

他にも各種事業協力や地域ケア会議への参画、講師派遣支援、関係会議への対応など多くの活動があります。市町職員や住民ボランティアとの協働機会は、リハビリテーションの理念や知識・技術を広く地域や一般市民に普及啓発する大きな助けになると感じています。また、職員にとっては、活動を通じて地域の実情や課題を捉え地域を感じながら院内業務にあたることにつながり、リハビリテーション病院として地域包括ケアに資する運営を進める上でも意義深いことだと捉えています。

盛岡南部地域リハビリテーション広域支援センター

住 所：〒028-3621 岩手県紫波郡矢巾町広宮沢1-2-181 南昌病院内

担当者：リハビリテーション科 三浦 正徳

連絡先：TEL：019-697-5211(内線229) FAX：019-697-5215

Mail：moriokananbu.koiki@gmail.com

協力病院：＜岩手医科大学附属病院、岩手県立中央病院、荻野病院、川久保病院、国立病院機構盛岡医療センター、栃内病院、松園第二病院、盛岡市立病院、盛岡赤十字病院、盛岡つなぎ温泉病院、盛岡友愛病院 以上11医療機関(五十音順)＞

シリーズ 知っ得と便利

手浴と足浴

手浴・足浴は、手や足の一部分だけをお湯につけて温め、清潔に保つケアです。主に患者さんの手足が汚れた場合や、体調などの理由で全身浴が難しい場合に実施しています。また、足に白癬などの皮膚疾患がある場合に清潔を保つために足浴を行うこともあります。手浴や足浴により下記のような効果が得られるといわれています。

手浴・足浴の効果

- ・爽快感が得られる
- ・痛みやしびれ、浮腫が緩和される
- ・手浴は温めて指を動かすことで、拘縮予防につながる
- ・リラクゼーション効果がある
- ・清潔にすることで感染症を予防する
- ・足浴により血行が促進され全身が温まり、安眠につながる



座位が安定している患者さんの場合は、ベッド脇に座っていただいたり、ベッドをギャッチアップして座位で行い、端座位になるのが難しい患者さんの場合は、ベッド上で行います。車いすでの移動が可能な患者さんは、手浴は洗面所で、足浴は浴室で行うこともあります。今回は、端座位で行う足浴の介助方法についてご紹介いたします。

まず最初に、患者さんから同意を得て、介助する前に必要な物品を準備します。

必要物品

- ・洗面器（バケツやたらいなど）
- ・防水シート（ビニールシートや大きめのビニール袋）
- ・タオル
- ・40℃くらいのお湯、かけ湯 ※かけ湯はペットボトルやピッチャーに入れておきます
- ・ボティソープ（石鹸）
- ・ティスポ手袋（感染予防）など



介助手順

- ①足浴について説明し、同意を得て、必要物品を準備する。
- ②ベッド脇に端座位になってもらい、足底が床につくようにベッドの高さを調節する。
- ③足元に防水シートとタオルを敷き、洗面器を置く。
- ④健側の足にお湯を掛けて、湯温を確認してもらう。
- ⑤両足を湯に入れ、しばらくつけて保温する。
- ⑥ボティソープをつけて片足ずつ洗う。指の間や足底は念入りに洗う（片麻痺の場合は、健側から洗う）。
- ⑦片足ずつかけ湯をして、泡を洗い流し洗面器から足を出す。
- ⑧タオルの上に足を下ろし、水分を拭き取る。指の間は丁寧に拭きましょう。

ケア実施における注意点

- ※足浴中、端座位の姿勢でふらつきがないか、体調が悪くなっていないか等、患者さんの様子を確認する。
- ※皮膚の状態や爪の状態を確認し、必要に応じて、手浴・足浴の後に爪切りや保湿ケアを行う。
- ※衣類や寝具が濡れないように注意する。
- ※食事の前後は避ける。



最後に …

手浴や足浴は、全身浴と比べて身体への負担が少なく、短時間で行うことができます。全身浴や半身浴と同様に、血行促進やリラクゼーションなどの効果が期待できますので、みなさんも試してみてくださいはいかがでしょうか。



実車評価について

作業療法科長 大久保 訓

前回（第1・2回）に引き続き、第3回目となる今回は、当センターの自動車運転の評価の中の『実車評価』について説明します。

おさらいを兼ねて、第1・2回の概要（図1）を確認します。入院し運転に必要な運動・認知機能（認知・予測・判断）について評価した上で、運転シミュレータ評価を行います。その後、運転シミュレータ評価だけでは判断が難しい場合には、主治医と検討し指定自動車教習所に協力をして頂き、実車評価を行います。

実車評価とは、実際の自動車（教習車）に乗り、教習所内のコースを運転し評価することです。

ご本人とご家族に実車評価について説明（図2）した上で、日程調整し教習所に集合することになります。以下手順を示します。

- ◆場所：連携した指定自動車教習所
- ◆時間：約2時間
- ◆費用：自費（8,000円+消費税）
- ◆概要：事前の確認、教習車の運転、振り返りと指導助言
- ◆内容：発進までの準備
教習所内コース（周回・交差点・狭路・バック駐車など）
- ◆同伴：ご家族・作業療法士

図2 実車評価に関する基本事項

診断書を基に公安委員会（免許センター）の安全運転相談および検査にて、運転の可否が決定されることになります。

以上簡単ですが、当センターの自動車運転評価についてまとめました。重ねてお伝えしますが、この取組みは、運転に必要な能力を評価するためのものであり、運転を可能にすることを保証するものではありませんので、ご理解願います。

自動車は生活の範囲を広げてくれる便利なものですが、同時にご自身と周囲の方に対し、危険と責任を持ち合わせておりますので、様々な評価が求められていること、ご理解とご了承の程、何卒宜しくお願い致します。

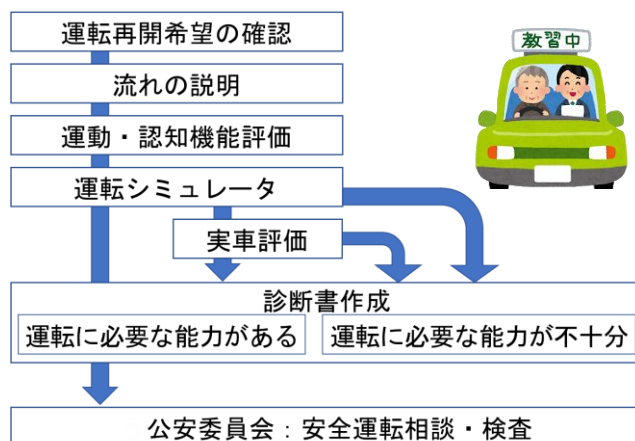


図1 自動車運転評価の流れ

- 1) 現地集合
- 2) 打合せ
- 3) 運転前の設定調整：シートやミラーの調整
運転席にご本人、助手席に教習所教官、後部座席にご家族と作業療法士が同乗します。
- 4) 運転：周回・交差点・狭路・バック駐車・一時停止・急ブレーキなど
- 5) 振り返り
- 6) 終了

後日、教習所教官から実車評価報告書を頂いた上で、医師が総合的に診断書を作成します。

最終的な自動車運転再開（図2・3）の判断は、

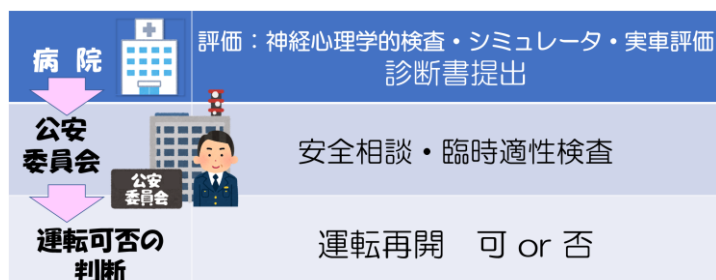


図3 自動車運転評価に関する役割

<年4回発行>

発行●いわてリハビリテーションセンター 所在地●〒020-0503 岩手県岩手郡雫石町七ツ森16番地243

TEL019-692-5800 FAX019-692-5807

Eメール●info@irc.or.jp インターネットホームページ●<http://www.irc.or.jp>