

ようこそ 家庭医療へ!

～いわきに生きる家庭医育成への挑戦～

第96回 多職種連携で難攻不落を攻略せよ! ～地域リハビリテーション研修会～

診療部 石井 敦



皆さんは、地域リハビリテーションという概念をご存知でしょうか?地域リハビリテーションとは、障害のある子供や成人・高齢者とその家族が、住み慣れたところで、一生安全に、その人らしくいきいきとした生活ができるよう、

保健・医療・福祉・介護及び地域住民を含め生活にかかわるあらゆる人々や機関・組織がリハビリテーションの立場から協力し合っ行なう活動のすべてを指します。地域リハビリテーションをサポートするため、各地域に支援体制がしかれていて、かしま病院は浜通り唯一のリハビリテーション広域支援センターに指定されています。実は、これまでセンター長を兼任されていた渡辺修病院長から引き継ぎ、昨年から私がセンター長を拝命いたしました。

障害のある人とその家族が、住み慣れた場所で、その人らしくいきいきとした生活ができるよう支援するために、地域リハビリテーション広域支援センター長として自分に何ができるのか?自問した結果、「保健・医療・福祉・介護及び地域住民を含め生活にかかわるあらゆる人々や機関・組織がリハビリテ

ーションの立場から協力し合っ行なう活動」という地域リハビリテーションの概念そのものが疑似体験できる研修会を企画しました。

2018年1月30日、「家族志向の地域リハビリテーション」と題して、市内の医療・福祉の現場の最前線で専門職として活躍されている皆さんを対象に、多職種ワークショップを開催しました。課題山積で難攻不落な実例をモデルとしたケースを教材に、家族へのアプローチを突破口にして、各専門職の英知を集結し、難攻不落の攻略...つまり最良のケアの提供を試みていただきました。

結果、いわきの医療・福祉の現場の最前線で専門職として活躍されている皆さんの底力は凄まじく、「難攻不落」と銘打ったことが恥ずかしくなるほど、参加者の皆さんの問題解決能力の高さを見せつけられることとなりました。その中で再認識できた最も重要な示唆は「家族はケアのパートナーであり、ケアの対象でもある」ということでした。ケアに困難を感じ、どこから手を付けたらいいか迷った時は、先ず患者さん・ご家族に興味を持ち、語り合い、それぞれの想いに耳を傾けてみようと思います。

かしま病院では、2008年度から家庭医を志す研修医や地域医療実習を行う医学生を受け入れています。このコラムを担当する医師の石井敦は日本プライマリ・ケア連合学会認定指導医として、研修医・医学生の指導を行っています。



脱・寝たきり!

今回は、寝たきりの恐ろしさ、そうならないための対策を学んでいきましょう。寝たきりは、様々な原因によって身体機能が低下し、不活動状態となって、そしてまた身体機能が低下するといった悪循環に

陥って引き起こされます。寝たきりになると、意欲や認知機能の低下、筋肉・骨の萎縮、心臓や肺機能の低下など、沢山の弊害を生じることになります。やりたい事や今までできた事が、できなくなってしまう。寝たきりにならないようにするためには、この悪循環から一刻も早く脱することが必要です。

平成28年度・厚生労働省の調査によると、介護が必要になった大きな原因は認知症、脳卒中、高齢による衰弱、骨折・転倒、関節疾患などです。これらの原因疾患に対応するには、まずは食

事に注意することや運動を継続的に行うこと、規則正しい生活を送るといった基本的なことが重要です。

さらに最近の介護予防分野では、単に高齢者の運動機能や栄養状態といった心身機能の改善だけを目的するのではなく、日常生活の活動を高め、家庭や社会への参加を促し、生きがいや自己実現のための取組を支援して、生活の質を向上させてゆくの重要とされています。そのためには、周囲の協力が不可欠になってきます。現在、実りある豊かな人生を送るに当たって、地域で支えていく取り組みが活発化しています。もし寝たきり状態でどうすればいいかわからない、あるいは体力が落ちてきて今後が心配だという場合は、地域包括支援センターに相談してみましょう。いわき市内に7か所あり、ここが窓口となります。相談すれば、具体的な支援を受けられます。

理学療法士 遠藤 宏貴



かしま荘通信

初釜

1/24(水)



かしま荘2階食堂にて新春恒例の「初釜」が開催され、かしま荘、デイサービス・ケアハウス・グループホームの利用者様が、箱崎社中の皆様の点てて下さるお抹茶をいただき、和やかなひとときを過ごしました。また、三重県のおかゆ大福も好評でした。

ご協力頂きました箱崎社中様、ありがとうございました。

イベント開催予定のお知らせ

糖尿病教室

時間 10:00~10:30

会場 クリニックかしま会議室

- ・ 2月6日(火) 聞かせて! みんなの体験談~急性合併症編~
- ・ 3月 休み
- ・ 4月 休み

ゆる体操教室

時間 1回目 13:30~14:30

2回目 15:00~16:00

会場 かしま病院コミュニティーホール

- ・ 2月25日(日)
- ・ 3月 3日(土)
- ・ 4月21日(土)

家庭医療セミナー~実践家庭医塾~

時間 19:00~20:00

会場 かしま病院コミュニティーホール

- ・ 2月15日(木)
- ・ 3月15日(木)
- ・ 4月 未定

乳がん患者のつどい アイリスの会

時間 14:00~15:30

会場 かしま病院コミュニティーホール

- ・ 2月21日(水)
- ・ 3月21日(水)
- ・ 4月18日(水)

興味のある方は、お問い合わせください。