

発行日 / 平成 29 年 5 月 10 日 ●発行 船橋市リハビリセンター ●発行責任者 センター長 石原 茂樹
TEL (047) 468-2001 FAX (047) 468-2059 URL <http://www.funabashi-reha.com/>



4 事業のさらなる充実を目指して



センター長
石原 茂樹

今年はお彼岸が過ぎても、寒い日が続き、春の気分にならなかったのですが、ようやく桜も咲き始め、桜の季節到来です。

船橋市リハビリセンターも開設4年目になります。「石の上にも3年」と基礎作りに取り組んできましたが、今年度は4事業の内容のさらなる充実を目指し、活動してゆきます。クリニック事業では外来リハビリでの機能回復訓練、通所リハビリでの機能維持のためのプログラムの充実に取り組み、訪問リハビリでは、在宅での日常生活の自立に向けた支援を継続して行っています。

訪問看護事業では、今までは医療的処置の必要な患者さんが対象となることが多かったのですが、生活全般へのアドバイスなど含め看護師ならではの目線での生活支援も行っていますので、気軽にご利用いただければと思っています。

介護予防事業では、平成29年3月時点で、リハビリフォローアップの利用者数は152名、プールリハビリの利用者数は92名でした。この4月からは、多くの利用者さんを受け入れることができるように、利用できる枠数を増やし予約制を導入するなど、工夫しました。是非ご利用ください。

地域リハビリ拠点事業では、継続して、地域リハビリに関する関係者向け勉強会等の開催、市民向けリーフレット等の作成、リハビリ総合相談等を行ってゆきます。

船橋市リハビリセンターは、船橋市が更なる健康都市となることのお手伝いができるように努めてまいります。

輝生会の
基本理念

■「人間の尊厳」の保持

■「地域リハビリテーション」の推進

■「情報」の開示

■「主体性・自己決定権」の尊重

■「ノーマライゼーション」の実現

船橋市リハビリセンタークリニックでは
急性期病院や回復期病院を 退院された方、あるいは かかりつけの医師から
リハビリが必要と紹介された方などを対象に、
理学療法・作業療法・言語聴覚療法を提供しています。

理学療法 Physical Therapy



運動機能や体力の低下した方、関節の痛みなどの原因で生活機能の低下した方に対して運動療法や物理療法等を用いて、治療や動作練習を行います。

「起き上がる」、「座る」、「立つ」、「歩く」などの基本動作能力の向上や生活に必要な移動動作能力の獲得を目指しています。福祉用具や装具などの適

用の検討や住環境調整のアドバイス、介護負担の軽減に向けた助言なども行います。



トレッドミル 訓練



歩行訓練用平行棒

作業療法 Occupational Therapy



作業活動を通じて、手・腕・肩といった上肢機能の低下した方の治療や食事・排泄・入浴・移動などの日常生活動作の能力の向上を図っていきます。

また家庭での役割作りや調理・買い物などの家事動作の練習、職場復帰へ向けたお手伝いも行っています。家庭生活での生きがい作りや生活動作の能力向上のため自助具の活用や福祉用具の検討も行います。



手指巧緻性訓練

言語聴覚療法 Speech and Language Therapy

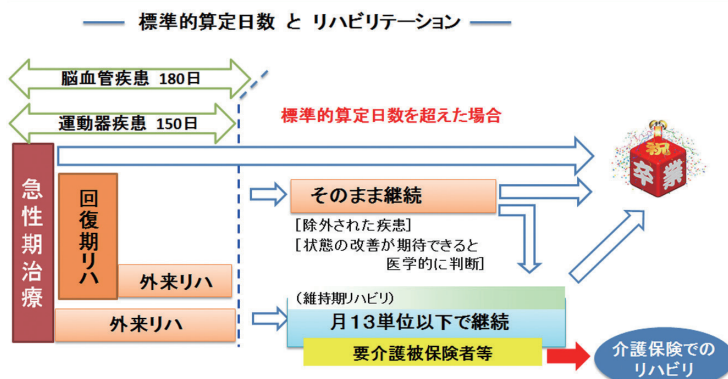


失語症や構音障害等で「コミュニケーション」能力の向上を図りたい方や、**摂食嚥下機能低下**のため「食べる」ことにお困りの方に、検査などを通じて評価を行い、治療や訓練を実施して機能の向上を図っていきます。それらを通じて障がいのある方の生活の自立と社会復帰を支援します。

標準的算定日数とリハビリテーション

医療保険でリハビリテーションを行う場合、脳血管疾患や運動器疾患等では診療報酬で定められている標準的算定日数（脳血管疾患 180 日、運動器疾患 150 日）があります。標準的算定日数を超えた場合、除外された疾患を除いては、リハビリは医療保険では受けられないこととなります。しかし、治療を継続することで状態の改善が期待できると医学的に判断される場合は、そのまま継続してリハビリを受けることができ、患者さんの疾患、状態等を総合的に勘案し、治療上有効であると医学的に判断される場合も、月 13 単位以下でのリハビリができることになっています。

問題は、患者さんが介護認定を受けている場合です。介護認定を受けている患者さんのリハビリは、現在リハビリテーション料の減算のもと平成 30 年 3 月 31 日までは医療保険で継続できるとなっていますが、それ以後は介護保険でのリハビリに移行することになっています。平成 28 年度の診療報酬改定では、「目標設定等支援・管理料」が新設され、介護認定を受けている患者さんに対しては、医療保険から介護保険でのリハビリへの移行の説明をすることが求められています。



外来リハビリの実施については、疾患により複雑で対応が異なりますので、ここでは、標準的算定日数についてまとめてみました。不明なことがありましたらお声かけしてください

外来リハビリを希望される方は、船橋市リハビリセンター（047-468-2001）までご相談ください。



バッグの中は訪問看護の必需品 (七つ道具)



私たち看護師が訪問する時の必需品数ある中で一番大切なものは、やっぱり血圧計&体温計。そして、何はなくとも聴診器。お腹は動いているかな？肺の音に異常はないかな？と大活躍してくれます。

病院と違って検査や器械に頼れない在宅では、五感をフル回転させ、見て、聴いて、嗅いで、触れて、心で感じて…。そんな時の強い味方になってくれる聴診器さん、いつも本当にありがとう！

総重量 5 kg のカバンの中に、七つ道具と愛をつめこんで、今日もあなたのお宅に『こんにちは！訪問看護です！』



こぼれはなし
「夏の日焼け対策」

今年は4月から夏日になる日もあり、天候不順に驚かされています。そんな中、暑さもそうですが、**日焼けは大敵！**という女性も多いのではないのでしょうか。訪問看護では移動手段は車・自転車・バイクです。特に自転車での訪問では、日焼け対策が必要です。

右表は訪問看護師の日よけアイテムです

- ◆ 日焼け止めクリーム
- ◆ 帽子
- ◆ アームカバー
- ◆ サンバイザー
- ◆ ネックカバー

私たちは、いつまでも美しい訪問看護師であるための努力も怠りません。



どんなことでもご相談ください

訪問看護を必要とされる場合、訪問看護ステーション：所長 横山恭子 またはソーシャルワーカーまでお気軽にお電話（047-773-0319）ください。

リハビリ事業 (介護予防)

介護予防を図る目的で

市内に住む 65 歳以上の身体機能の低下した方を対象に、実施している事業が「リハビリ事業」です。



「リハビリ事業」では、リハビリ教室、パワーリハビリフォローアップ、プールリハビリをしています。

予約システムを導入しました。

リハビリ事業の利用者は、大変好評いただき年々増加しています。今回、混雑を緩和し、安全に利用していただくことを目指して、予約システムを導入いたしました。また、それに伴い、パワーリハビリフォローアップの利用可能枠の増加やプールとの併用を可能とし、今まで週 2 回であった利用回数を週 3 回に増やし、多くの方に利用していただけるようにしました。今後とも積極的にご活用いただければと思っています。



<利用の手続き> 船橋市リハビリセンター 電話番号 047-468-2001 へお問い合わせください。

第3回 船橋市リハビリセンター講演会

転倒予防体操

船橋市リハビリセンタースタッフがイスを使って自宅で出来る体操を紹介します。当日は動きやすい服装と靴でご参加下さい。

【日時】 平成29年2月28日(火曜日)
午後1時30分～2時45分

【場所】 船橋市リハビリセンター 地下1階

【対象】 船橋市内在住の方で
昨年転倒予防体操に参加していない方

【定員】 30名(抽選)

【参加費】 無料

【申込方法】 申込用紙に必要事項を記入しリハビリセンターまで直接持参いただくかFAXまたは郵送にてお申込み下さい。

(2月15日締め切り)

※申込用紙は当センター事務所にございます

<主催> 船橋市(地域リハビリテーション拠点事業)

<申し込み先> 船橋市リハビリセンター

〒274-0822 船橋市飯山満町2-519-3

TEL 047-468-2001 FAX 047-468-2059 担当 江尻

今回、地域リハビリ拠点事業の一環として、転倒予防のための講演会を開催しました。日常生活で気をつけるべきことをアドバイスしたり、椅子を使って自宅で簡単にできる転倒予防運動を紹介しました。(下図)

ロコチェック

- ①片足立ちで靴下が履けない
- ②家の中でつまずいたり滑ったりする
- ③階段を上がるのに手すりが必要である
- ④家の中のやや重い仕事(掃除機の使用、布団の上げ下ろし等)が困難である
- ⑤2kg程度の買い物(1リットルの牛乳パック2個程度)をして持ち帰るのが困難である
- ⑥15分くらい続けて歩けない
- ⑦横断歩道を青信号で渡りきれない

上記の7項目中、1つでも該当すればロコモが疑われます。



講演会 実技風景

ロコモとは、ロコモティブシンドロームの略称で、日本語では運動器症候群と言います。進行すると転倒リスクが高くなります。ロコチェックをしてみてください。



その場足踏み



つま先上げ



片足バランス



スクワット

地域リハビリ 拠点事業

「地域リハビリテーション拠点事業」では、
関係機関と協力し様々な活動を行っています。

～活動報告～

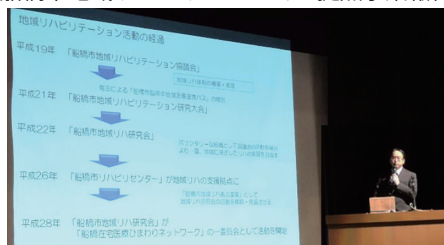
第 15 回 船橋市地域リハビリテーション研究大会 平成 29 年 2 月 4 日（土） 宮本公民館 参加者 152 名

開会の挨拶



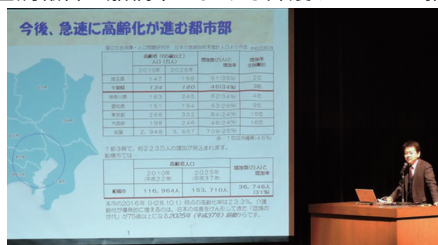
船橋市健康福祉局
川守 三喜男 局長

船橋市地域リハビリテーション拠点事業報告



船橋市リハビリセンター 江尻 和貴 氏

基調報告「船橋市における介護サービスの推移」



船橋市介護保険課 窪田 歩 氏

研究発表・実践報告

『自立支援に向けて 私たちができること！』



座長：さかいリハ
訪問看護ステーション
外口 章徳 氏

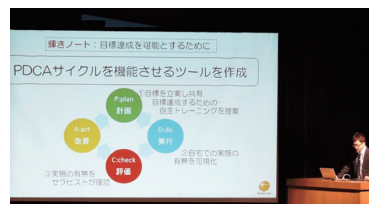
『住み慣れた家での
新たな生活を送る
ために・・・』

～定期巡回・随時対応型訪問介護看護ができること～
訪問ケアセンターつばい愛の郷 千葉 環 氏



船橋市坪井町 146-1
最前駅 巨大船橋駅

『デイケア利用者の目標達成に向けて、実際の場で移動練習を行なった症例
～公民館でのサークル活動に参加するために～』
フェルマータ船橋 鹿野 真央 氏



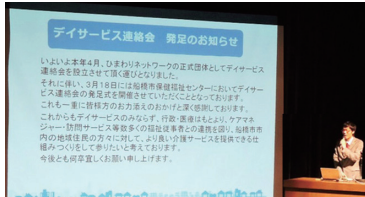
『当院通所リハビリテーションにおける
自立支援にむけた取り組みについて
～自主トレーニングの定着、通所リハ
ビテーション～卒業を目指して～』
船橋市立リハビリテーション病院
鳥居 和雄 氏



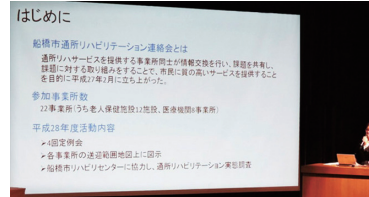
『障害のある方の社会参加の取り組み
～「やりたい」を「できる」に』
障害者通所施設 オーヴェル
秋葉 聡 氏



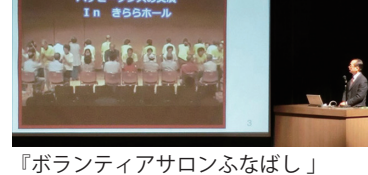
座長：フェルマータ船橋
塩原 貴子 氏



『自立支援に向けてデイサービスが
できること』
船橋市デイサービス勉強会
岩井 健 氏



～平成 28 年度船橋市通所リハビリテ
ーション連絡会活動報告』
船橋市通所リハビリテーション連絡会
市川 由美子 氏



『ボランティアサロンふなばし』
(愛称：ボラサロ)の紹介を通して
一市民活動団体として、「自立支援に
向けて私たちができること」』
ボランティアサロンふなばし
松本 秀夫 氏

特別講演

『浜松市リハビリテーション病院における地域リハと嚥下障害および臨床倫理について』



座長：ひまわりネットワ
ーク地域リハ推進委員会
石川 誠 リーダー

特別講演は嚥下障害に長年取り組まれて来ている浜松市リハビリテーション病院 病院長の藤島一郎先生にお願いしました。
地域リハ関連では、浜松市は人口 80 万人で、健康寿命がトップで日本一元気な都市。病院の特徴は浜松市の病院であることと聖隷福祉事業団が運営していることから、スポーツを中心とした若い人対象の「一般病棟」、脳卒中、骨折などの高齢者をリハビリ主体で受け入れる「回復期病棟」があり、二つの性格があるとのこと。また、施設内に「えんげと声のセンター」を設置し、他職種による集中的な取り組みをしているとの話がありました。講演では、浜松市リハビリテーション病院 嚥下障害への取り組みと、臨床倫理の重要性について話され、アンケートでは、「嚥下障害の第一人者から、貴重なお話しがきけてよかったが、時間が短かった。もっと聞きたかった。」などという意見をいただきました。



藤島 一郎 院長

地域リハビリ拠点事業のホームページは船橋市リハビリセンター HP 内にあります。

この URL で直接アクセスできます。

活動状況の閲覧、勉強会の申込書などが格納されていますので、ブックマーク登録してご活用ください。

地域リハビリ拠点事業
ホームページ QR



スタッフが地域へ出向いています。

船橋市リハビリセンターでは、リハビリの普及・啓発活動および介護予防、他施設連携の一環として、施設や職場へ赴き、体操指導や介助指導などを行っています

2/12

(土)

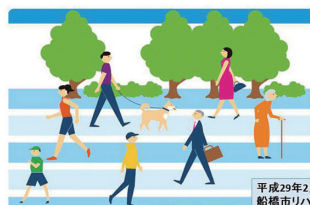
まちづくり出前講座 西習志野自治会女性部

(担当：泉水、岩井 PT)



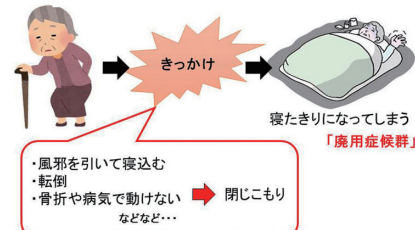
寝たきりにならないために

運動習慣をつけましょう！！ まちづくり出前講座 西習志野自治会女性部



平成29年2月12日(日)
船橋市リハビリセンター
泉水泰良 岩井孝樹

寝たきりはどうしてなるの？



この出前講座では、寝たきりにならないためにはどうしたらよいかをお話しました。特に寝たきりはどうしてなるのかについては、ぎりぎりの状態で何とか生活を送っていた人がちょっとした病気やけが、不活発な生活習慣が原因となることがわかっています。寝たきりを防ぐためには、生活そのものを活性化することが重要です。「家にいる時間が増えた」とか「家族以外の人と話す機会が減った」と感じたら、食事会や散歩、仕事、体操教室など、できるだけ家から外に出る機会を増やす工夫をすることができるとよいですね。運動習慣をつけることも、このような出前講座に参加することも、寝たきりにならない生活への取り組みだと思います。

廃用症候群を防ぐためには



外に出る機会を維持する



地域連携推進委員会

ケアマネ交流会



3月24日(金)に第1回船橋市リハビリセンター・ケアマネジャー交流会が船橋市リハビリセンター地下1階会議室で開催

されました。参加者はケアマネジャー8名、船橋市リハビリセンター関係者10名でした。

司会は江尻副センター長が行い、石原センター長の「顔の見える関係づくりをめざしたい」との挨拶のあと、訪問看護ステーション横山恭子所長によるミニレクチャー「～あれ・・・？いつもと違う・・・？～利用者の健康状態について観察のポイント」がありました。

ケアマネジャーは利用者さんと一番接点が多く、心身の変化を把握できる場面がありますので、ケアマネジャーにとっての

フィジカルアセスメントのとらえ方

- 訪問看護師にとってフィジカルアセスメントとは・・・利用者の健康問題について評価すること
- セラピストにとってフィジカルアセスメントとは・・・リハビリテーションを効果的に行うための評価

ケアマネジャーにとってのフィジカルアセスメントとは・・・？

フィジカルアセスメント、

特に、「発熱」「めまい」「胸が痛い」「むくみ」「意識障害」おまけに「骨折と打撲の違い」「血圧計がなくてもおおよその血圧が分かる」などについては、観察ポイントをわかりやすく説明していただきました。

ケアマネジャーのためのフィジカルアセスメント入門

あれ・・・？いつもと何か違う・・・？

在宅医療につながっていない利用者にとってはたったひとつの窓口。

大事なことは「あれ、いつもと違う」という気づきと、ケアマネは在宅医療につながっていない利用者にとってはたったひとつの窓口という意識

で、タイミング良く医療者につなぐことができると良いとのお話がありました。

参加者からは、「ポイントをとらえていてわかりやすかったです。疑問に思っていたことがわかりました。」「楽しい会でした。もう少し時間を！というところで終了したのが、また大変良かったと思います。」という感想がありました。継続して開催して行きますので、是非ご参加下さい。

ス タ フ 紹 介

新入スタッフ、異動スタッフに質問

- 【質問】①船橋市リハビリセンターの魅力を教えてください。
②専門職として心がけていることを教えてください。
③今後の抱負を教えてください

御苦労さまでした。



(小林 貴彦 PT
サブマネジャー)

- ①外来リハビリ、通所リハビリ、訪問リハビリから、介護予防事業まで、1施設で包括的な支援が受けられること。
②目の前の方の人生の役に立てる存在であること、そのための努力を続けること。
③場所は変わりますが、大切なこと、やるべき事は何も変わらないと思っています。利用者さん、仲間と過ごさせて頂く中で得た貴重な経験と学びを、今後も船橋の地域リハビリテーションの発展に生かせればと思います。
2年間ありがとうございました。



(増田 歩惟 OT)

- ①スタッフと利用者さんとの距離が近くアットホームなところ。
②機能回復だけでなく、利用者さんの生活やその後の生涯に視線を向け、その方らしい生活・人生を送るためのサポートができるよう、向き合い、話し合い、提案させていただいています。
③多面的に物事を見たり考え、人として成長してゆきたいと思っています。

サブマネジャーになりました



(建石 歩惟 ST サブマネジャー)

- ①小規模なのでアットホームなところ。訪問看護ステーションもあるため、連携が図りやすい所もよいところです。
②利用者さん・ご家族の方が、笑顔で食事や会話を楽しみながら過ごせることを意識してリハビリを行っています。
③皆さんが楽しみながら行えるリハビリを提供できるように頑張ります。

新しく仲間になったスタッフです。



(鳥居 和雄 PT
サブマネジャー)

- ①リハビリ事業は当法人内でも唯一の事業です。体力の低下や衰えを感じられる方に運動習慣を身につけてもらう取り組みはとても魅力的です。
②利用者さんや患者さんの悩み・課題を、一緒に悩み、一緒に解決してゆければと思っています。
③地域の皆様と協力し、地域に根差したセンターづくりに尽力したいです。



(笹山 智美 PT)

- ①利用者さんの生活をより具体的に知ることができるところ。
②利用者さんの悩みを聞き、一緒に悩み、解決できるように常に考えてゆくこと。
③利用者さんがより豊かに生活ができるように、生活期のリハビリを学びたいと思っています。



(阿部 智子 CW)

- ①スタッフの皆さん、通ってこられる患者さんが優しく接して下さる暖かい場所です。
②育休明けで復帰したばかりなので、分からないことばかりですが、利用者さんの生活状況を把握し、在宅の生活に生かせるケアをしてゆきたいです。
③毎日笑顔！常に笑顔！！で頑張ります



(金子 携 OT)

- ①地域で生活する人を、リハビリを通して、多方面から支援している所。
②利用者さんの生きがいや楽しみをうまく引き出し、どうすれば実現できるかを考え、リハビリをすすめて行きたいと思っています。
③「今までやってきて良かった」、「明日が楽しみになった」、そんな感想がもてるリハビリを提供したいです。

地域の施設紹介

医療法人同和会 千葉病院 を訪ねて

〒274-0822 千葉県船橋市飯山満町 2-508
TEL. 047-466-2176 FAX. 047-466-7503



千葉 病院
小松 尚也 院長

同和会千葉病院の開設は昭和 31 年で、精神科・神経科・神経内科・歯科を標榜しており、精神科病棟の入院病床は 331 床です。認知症疾患医療センターは平成 26 年 10 月に千葉県から認可を受けました。

千葉病院における認知症疾患医療センターには、**主に 3 つの役割**があります。

- 1. 電話相談**（自分が認知症ではないか、家族が認知症と診断されて今後が不安、など様々なお悩みに対して専門スタッフがお答えします。）
- 2. 外来診察**（初期診断や鑑別診断、治療を行ないます。本人へ精神療法的なアプローチ、家族へ対応の手立てのアドバイス、急を要する場合は入院対応もいたします。）
- 3. 地域との連携**（患者・家族の困り事には、地域（行政、介護関係者、他の医療機関）と連携調整を図っていきます。同時に地域市民の方々や、医療介護行政関係者の方々への啓発活動も行なっています。）



当院では、何かあったら受診してもらうように常に連携をとる体制をとっております。またご本人が受診されなくても、ご家族のみの相談も受け付けております。

少しでもお困りの事があれば、お気軽にお電話してください。

認知症疾患医療センター (TEL:047-496-2255)



千葉病院 玄関



利用者さんの声から

リハビリを体験して いぎみ のぶひろ 五十君 亘弘 さん

52 才で 30 年間勤めた国土交通省を退職し民間会社に再就職してから、地元の山岳会に入り、冬山、岩登りに好んで参加していました。

＜腰痛との闘い始まる＞腰痛は 70 才を過ぎた頃からはじまり、歩行困難になり、都内の大学病院で腰部脊柱管狭窄症と診断され、2007 年 8 月に手術をうけ 3 週間入院。リハビリは手術後 2 日目から廊下を歩きはじめ、退院後 10 日ほどは腰用のコルセットを付け、順調に回復。高尾山で足慣らしをして 10 月の末には、新雪が残る涸沢から奥穂前穂を縦走できるまでになり、健康であることの喜びを久しぶりに感じました。

＜再び腰痛が再発＞前回の手術から八年経過して、再び腰痛がではじめ歩行困難になり、躊躇なく前回の先生に手術をお願いしました。2015 年 5 月 2 回目の手術を受けました。症状が進行してしまっからの手術のため、前回の手術のような効果は期待できず、医者は前回の時と違いリハビリの効用をさかんに薦めてきました。

＜リハビリとの出会い＞このころから、パーキンソン症候群の兆候が表れはじめてきていました。そんな中、楽しみにしていた新しいことに対する挑戦も、まずそれに耐える健康に裏付けされた気力・体力が備わってなくてはならないということで、リハビリに期待しました。



『歩こう会』で
颯爽と歩く五十君さん

船橋市リハビリセンタークリニックには近くのケアマネージャーさんを通じて紹介してもらいました。下見をして、清潔・礼儀正しい職員の人柄にひかれてお世話になりました。週に 2 回、僅か 1 年数カ月通っただけですが、感じたことは、リハビリでは、期間中の目標を設定することとどうしたらその目標を達成できるかにあり（目標達成にいかに忠実に努力するかにあり）、真面目な対応は達成に対して裏切らないものだと思いました。



薬円台公園で見つけた
桜の花

センタースタッフ数 (H29.5)

医師	2 名 (火、木)
看護師	5 名
理学療法士	10 名
健康運動療法士	2 名
作業療法士	6 名
言語聴覚士	1 名
介護福祉士	3 名
ソーシャルワーカー	2 名
サポート部	14 名

【編集後記】4 月もあつという間に過ぎてしまいました。輝生会には新入職者が 147 名おり、それぞれの拠点で新たな挑戦を始めています。当センターは 4 年目に入り、船橋市における地域リハビリの拠点として、4 事業を通して、地域貢献ができるように、職員一同がんばってゆく決意をしています。今回は、外来リハビリ特集と研究大会のあらましを掲載いたしました。今後とも、どうぞご指導・ご鞭撻のほど、よろしくお願いいたします。(石原茂樹)