

発行日 / 平成 30 年 4 月 15 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/>



海老川の桜



在宅生活支援リハビリテーション ～訪問リハビリテーションと医師の役割～

障害のある子供や成人とその家族、高齢者を含めたあらゆる人々が「住み慣れた自宅や地域で住み続けられること」を目指して地域包括ケアシステムセンター長 石原 茂樹 の構築が図られている現在、在宅生活を支援する居宅系サービスの基盤整備（図1）が着々と進んでいるところです。

船橋市リハビリセンターでは、在宅生活支援リハビリテーションの強化の目標の中で、「訪問リハ」「通所リハ」「外来（通院）リハ」を行っています。平成 29 年度、クリニック事業を新規に利用された方は、外来リハビリ 56 名、通所リハビリ 70 名、訪問リハビリ 123 名でした。訪問看護ステーションの新規利用者さんは 78 名でした。

平成 30 年度も多くのお患者さんや利用者さんに当センターを利用していただければと思っております。

訪問リハビリテーションのめざすものと多職種連携

訪問リハビリテーションは、「通院が困難な利用者」さんの実際の生活の場に、理学療法士・作業療法士・言語療法士がうかがって、心身機能・生活状況・住環境等を確認して、実際の生活場面に即した能力（寝返り、起き上がり、座る、

立ち上がる、歩行などや、発語や嚥下、排泄動作など）へのアプローチを行い、在宅生活の中で利用者さん自身の機能維持・回復を図りつつ、日常生活の自立と家庭内さらには社会参加の向上を図ることをめざすサービスです。

これらのサービスを提供してゆく中で、利用者さんに関わるケアマネジャーさんを中心とした多職種の方との連携が大事になってきています。今までも、リハ

ビリマネジメント会議やサービス担当者会議などで、利用者さんを支えるチームの一員として、各スタッフは自分たちの専門領域からの情報発信を積極的にしてきているところです。今後もさらに頑張っていきます。

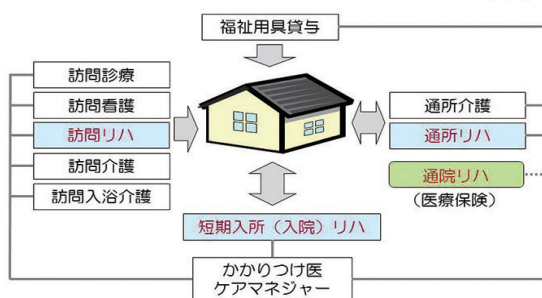
平成 30 年度の介護報酬改定での医師のかかわりについて

通所リハビリ・訪問リハビリの実施に際しては、医師の指示のもとで行われるリハビリの有効性が評価され、医師の訪問診察の実施が必須化され（経過措置あり）、医師の関与を意識したリハビリテーションマネジメント加算の改定がなされています。

訪問リハビリについては、在宅生活を支える上で、生活に密着した大事なサービスと考えており、今後もますますニーズは増加するものと推測されます。当センターでは、そのための体制づくりを進めてゆく予定です。

在宅ケアにおける居宅系サービス

(図1)



	外来リハビリ	通所リハビリ	訪問リハビリ
対象となる方	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で、脳血管疾患や運動器疾患等で算定日数制限内の方	要支援および要介護の認定をうけている方で、介護予防目的や心身機能の維持・回復を図り、役割や楽しみを持って生活できることを目指したい方	要支援および要介護の認定をうけている方・介護認定を受けていない方で、居宅で心身機能の維持・回復を図り、日常生活の自立を助けるリハビリが必要と認められる方
保険の種類	「医療保険」	「介護保険」	「介護保険」・「医療保険」
リハビリ種類	40 分間の個別訓練 (理学療法・作業療法・言語療法)	【短時間（1～2時間） 通所リハビリでのメニュー】 個別訓練（理学療法・作業療法・言語療法）と 自主トレーニングの実施	40 ～ 60 分間の個別訓練 (理学療法・作業療法・言語療法)
リハビリ内容	① 医師による診察の後、 必要なリハビリ内容の決定 ② 座る・立つ・歩く等ができるように基本動作訓練、筋力増強訓練、歩行訓練などを行う ③ 日常生活活動:ADL（食事・排泄・着替え・入浴等）での困難な動作の習得指導、環境調整など ④ 手段的日常生活動作:IADL(掃除・洗濯・料理・外出等)の習得訓練や、意欲向上、環境調整など ⑤ 地域の中に生きがい・役割をもって生活できるような居場所と出番づくりを支援する 家庭内の役割づくりを支援する		
リハビリの展開	機能回復訓練のみをリハビリテーションととらえるのではなく、日常生活や社会参加に伴う実践的な生活を通じて、心身機能を維持し、生活機能が充実することを目指しています。		
診療日	月曜日から金曜日 休診日（土・日）	月曜日から金曜日 休診日（土・日）	月曜日から土曜日 休診日（日）
診察時間	8時 40 分から 17 時	8時 40 分から 17 時	8時 40 分から 17 時

リハビリ風景



訓練室



上肢機能訓練



棒体操



もも上げ



歩行訓練



調理訓練



食事訓練



屋外歩行訓練



訪問診察

外来・通所・訪問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。



私たちの訪問看護ステーションが開設されてから、丸3年が過ぎました。開設約1年後に発行した『リハビリセンターだより』のデータと現在の状況を比較、振り返ってみました。

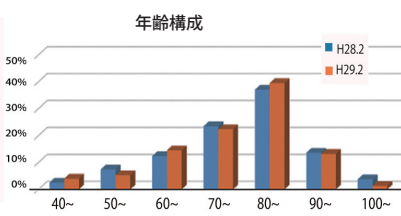
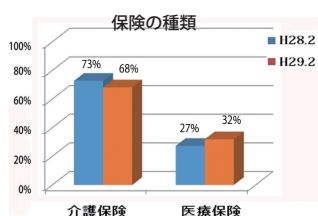
当時のタイトルは『リハビリセンター訪問看護ステーションって、リハビリがメインの訪問看護でしょ?』・・・いえいえ、そうではありませんです。

あれから2年、皆さまに私たちを知っていただいたおかげで、少しは成長できたのではないかと感じています。

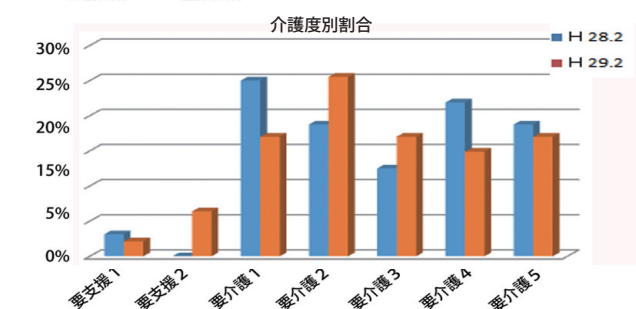
皆さまの毎日が **Happy & Lucky** であること、それが私たちのエネルギー源です。これからも私たちは皆さまの傍で、看護師だからこそできるケアをお届けすべく精進してまいります。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



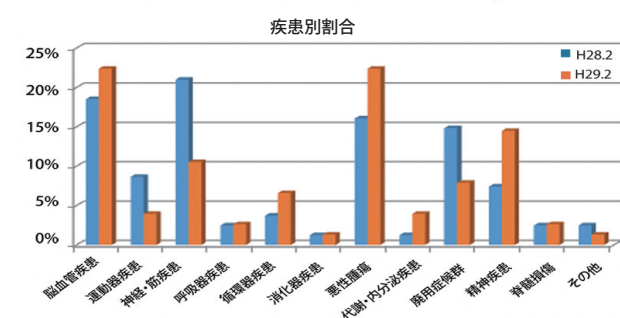
訪問看護の新規利用者は平成28年度は62名、平成29年度は78名と増加していました。どのような患者さん・利用者さんが訪問看護を利用しているのか、平成29年2月の69名と平成28年2月の44名を%表示で比較してみました。



訪問看護を利用している方の**保険の割合**では、H28年2月：介護保険利用者は73%、医療保険利用者は27%。H29年2月：介護保険利用者は68%、医療保険利用者は32%で、医療保険を利用している割合が多くなっていました。**年齢構成**には大きな差はありませんでした。



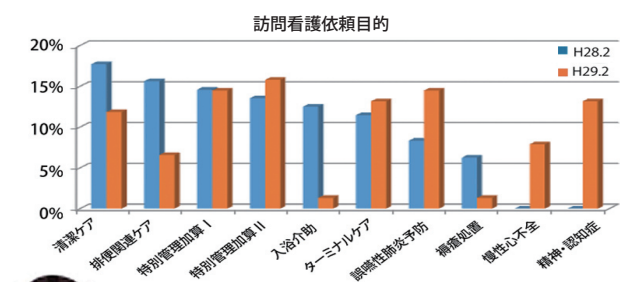
介護度別割合では、平成28年2月：要介護1と要介護4・5の割合が多かったですが、平成29年2月：要介護2・3の割合が多くなっていました。



疾患別割合では、平成29年2月の傾向：脳血管疾患、悪性腫瘍、精神（認知症を含む）疾患の利用者さんが増えていて、運動器疾患、廃用症候群、神経・筋疾患（主に神経難病）の割合が減少しています。

循環器疾患は微増ですが、慢性心不全の悪化により入院した方が自宅退院される場合に、訪問看護の利用を病院看護師から勧められるケースが多くなりました。

悪性腫瘍などを患っても、最期までご自宅で過ごしたい、という方々の希望を叶えられるよう体制を整えています。



訪問看護依頼目的は特別管理加算ⅠはH29年2月：H28年2月とはほとんど変わりませんが、清潔ケア、排便排泄ケア、入浴介助などの療養生活上のお世話目的の依頼が減り、ターミナルケア、誤嚥性肺炎予防、慢性心不全の悪化予防など、より専門的な知識を必要とするケア依頼が増加しました。また、認知症を含む精神や行動異常の方の訪問看護も増加しています。



どんなことでもご相談ください

訪問看護師さん（パートタイムの方）を募集しています。下記までご連絡ください。

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がみられる方を対象に、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、パワーリハビリ教室、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。

プールリハビリの紹介

水中歩行専用の円形リハビリプールです。特徴は① 1 周 22 m。水深は 90 cm と浅めです。② 水中にも手すりがあります。③ 集団で水中歩行を行う事で円形プールに適度な水の流れが発生し、歩行をアシストしてくれます。



プール 全景

水の 4 つの特性

「浮力」「抵抗」「水圧」「水温」

浮力

関節に負担をかけず運動ができる。

水中では浮力が生じ、体重は胸の深さで陸上の 3 分の 1 程度になります (60kg の人なら 20kg になります)。そのため膝や腰にかかる負担も軽減され、陸上で歩く事が辛い人でも水中では運動できる事が多いです。また、浮力により脚や手が浮きやすくなります。この時、アンバランスになる事を防ぐため自然と体が動くので、バランス感覚が発達し、体幹やインナーマッスルのトレーニングとしての効果も期待できます。

抵抗

全ての方向に抵抗がかけられる

水の密度は空気の 800 倍あります。陸上では感じない重力以外の抵抗を水中では感じる事ができます。水の抵抗は 動く速さの 2 乗に比例して大きくなるので、ゆっくり身体を動かせば運動強度は低くなり、速く動かせば強度が高くなります。つまりスピードを調節するだけで、自分の体調や体力に合わせた無理のないトレーニングができるのです。また、水中では動いた方向全てに抵抗がかかるため、全身の筋肉をくまなく鍛えることができます。

水圧

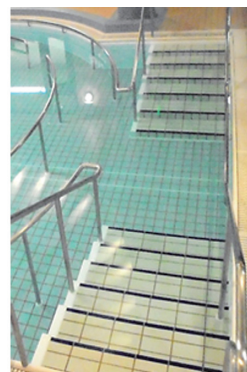
血液循環と心肺機能の向上

水中では水深 1 m で 0.1 気圧の圧力が身体にかかります。この水圧は深い位置にある脚に大きくかかります。脚に水圧がかかることで、全身の血液は楽に心臓に戻ってくることができ、その結果、血液の循環が良くなり脚のむくみ等も解消します。また、呼吸に関わる筋肉にも圧力がかかるので、心肺機能の強化につながります。

水温

代謝を高め効率的にカロリーを消費

水中の熱伝導率は空気中の 20 倍以上。プールの水温は体温よりも低く設定 (31℃) されています。体温が下がらないように体が勝手に熱を生産するので新陳代謝が高まります。熱生産しながら運動をすれば脂肪燃焼効果を高める事が期待できます。



プール内 階段

高齢者の方に適した水中ウォーキング

一般的なウォーキングでも運動効果は高いですが、長時間ウォーキングをすると膝や股関節等の関節を痛める要因になる場合もあります。陸上でのウォーキングに比べると、水中ウォーキングは圧倒的に関節への負担が少なくなります。



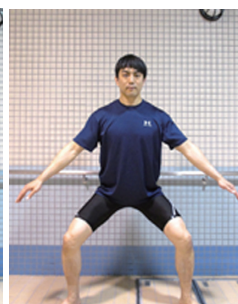
水キック歩き



ツイスト歩き



膝上げ歩き



横歩き

(図 2)

単純に前に歩くだけでも効果を得られますが、慣れてきたら歩き方に変化をつけてみましょう。横歩きや、膝を高く上げて歩くなどです。(※図 2 参照) これらの歩き方によって、陸上では使わない筋肉を鍛えることができ、バランス能力の向上や転倒予防を期待できます。

<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。

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 17 回 船橋市地域リハビリテーション研究大会 平成 30 年 2 月 17 日（土）
船橋市民文化創造館「きららホール」 参加者 123 名

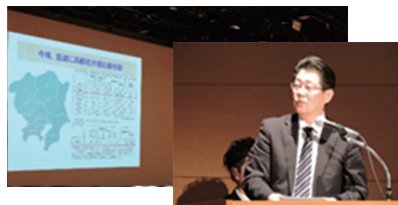
開会の挨拶



船橋市健康・高齢部
伊藤 誠二 部長



船橋市医師会
川居 重信 理事



「船橋市における介護サービスの推移」
船橋市介護保険課 大内 雄三 氏



「船橋市における回復期リハ病棟実態調査」
船橋市リハビリセンター 江尻 和貴 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：介護やみらい 吉田 友則 氏
船橋市立リハビリテーション病院
小林 貴彦 氏



『個別ボランティアを含めたチームで役割
分担をし精神安定が図れた一症例』
特別養護老人ホーム船橋笑寿苑
猪狩 洋一 氏



『自立支援に向けた通所リハでの取り組み
～歩こう会について～』
船橋市リハビリセンター
泉水 泰良 氏



『地域包括ケア病棟にできること』
船橋二和病院 門脇 智 氏



『自立支援に向けて私たちができること～
平成 29 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



『船橋市回復期リハビリテーション病棟連絡
会の設立と現在までの経緯そして課題』 船橋
市回復期リハビリテーション病棟連絡会
池田 喜久子 氏

特別講演

『地域包括ケアシステムに向けた同時改定（介護保険を中心に）』



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

平成 30 年度は診療報酬と介護報酬の同時改定に加え障害福祉サービス報酬の改定年となります。同時改定直前となった本研究大会では厚生労働省・老人保健課より井口 豪先生をお招きし、来年度の改定に関するご講演をいただきました。

当日はリハビリに関する内容を中心に話をいただき、改定の根拠や理由をわかり易く説明してもらいました。特に、訪問リハビリや通所リハビリでは医師の指示や関わりが充実しているほど利用者様の改善度も高いことが分かり、医師の関与を意識した改定が組み込まれます。

また、医療保険と介護保険との切れ目のないサービス展開のため書式の統一や地域のサービス事業所間の連携を促進するための内容が報告されました。

井口先生の分かり易い説明から、参加者の方々も理解を深め、当面の方針のまとめに繋がる貴重な時間となりました。



厚生労働省 老人保健課
井口 豪 課長補佐

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



第 62 回 「グループワーク」 ～その人らしさを支えるケアとは何かを 話しあおう～

今回は、普段の介護現場では「その人らしさ」を考えながら利用者さんに関わっているかとは思いますが、具体的にはどんな関わりがそうなのか、日々の業務では忙しさから十分に考える時間がないまま関わっているのでは、ということで、多施設の介護職員同士、グループをつくり、お互いの取り組みや今後の新たな取り組みについて意見交換を行いました。

各施設で実践されていることとしては、「利用者さんに対する声のかけ方の工夫」や「**“にやりホッとノート”**という媒体を用いて利用者さんが笑顔になるような関わりが出来たときに他スタッフと共有するノートを使用している」、などの報告がありました。

改めて考える時間をつくり、意見を出し合うことで、より良いケアの方法を考える時間になったように感じました。



平成 29 年 12 月 20 日 (水) 参加者: 14 施設 (19 名)
船橋市立リハビリテーション病院



介護職勉強会

第 64 回 「指導者向け講習」 ～現場で活かせる KYT ～危険予知トレーニング～

指導者向け講習ということで、各職場で指導を行う立場にある方を中心に参加いただき、現場で活かす為の危険予知トレーニング（以下、KYT）を行いました。今回は普段の何気ない現場の様子を切り取った写真を見てもらい、そこからどんな危険が潜んでいるかから考える、**フォト KYT**をグループに分かれて行いました。

一人では気付かない内容や、危険だと思ふ人と思わない人がいるものなど、意見を出し合うことで共通認識を高められるのが特徴です。



KYT 自体は、安全意識を共有できることのメリットから各現場で行う事が求められる為、勉強会の最後に各施設での落とし込み方まで考えてもらい発表してもらいました。

現場での後輩指導、共有方法について指導者向けらしい

KYT の種類	
①4 ラウンド KYT	第1ラウンド: 現状把握 第2ラウンド: 本質追求 第3ラウンド: 対策樹立 第4ラウンド: 目標設定
②ワンポイント KYT	作業を行う前に集まり、リラウンド4(目標)を確認しあう。 朝礼等
③一人 KYT	4 ラウンド法を一人でやる (自問自答カード、患者家族 KYT)
④イラスト・フォト・	写真や絵・図を使って場面を想定し、潜む危険を考える
⑤健康問いかけ KYT	健康状態の確認を行う。
⑥インシデント	インシデント(ヒヤリ・ハット)情報から原因分析の根本要因を洗い出す
・・・etc	

レベルの高い意見交換をすることが出来ました。



指差呼称

平成 30 年 2 月 28 日 (水)
船橋市立リハビリテーション病院

参加者: 13 施設 (24 名)

第 63 回 「高次脳機能障害について～」

高次脳機能障害の勉強会となると、講義形式が多く、しかも難しいといったご意見を聞く事が多くありました。そこで今回の勉強会では、「高次脳機能障害」をテーマに実技を中心とした勉強会を開催しました。

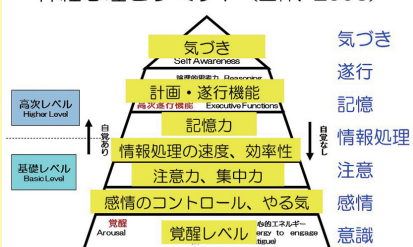
まず講師であるリハビリ病院スタッフに、高次脳機能障害の種類別に関わり方の見本を実演してもらい、その後隣の方同士で練習という流れで行いました。「意識障害のある方には、明るくハキハキとなじみのある話題で声掛けする」、「怒りやすい方には否定しないように優しく声をかけをし、話を切り替えていく」などポイントを絞って実演。



恥ずかしさもありながら参加者同士笑顔がみられ、大変盛り上がりました。最後に事例を提示し学んだことを盛り込みながら、支援方法について話し合い、実践に落とし込むイメージを固めました。

高次脳機能とは、記憶する、考える、判断する、人とコミュニケーションをとるなど、日常生活を過ごすために欠かせない脳の働きのこと。

神経心理ピラミッド (立神、2006)



平成 30 年 1 月 31 日 (水) 船橋市立リハビリテーション病院
参加者: 18 施設 (27 名)

地域の催しへの参加

ヘルシー船橋フェア 船橋東武百貨店

ヘルシー船橋フェアのイベントブースにて、自宅で気軽にできる転倒予防教室と題して参加いただいた皆様とストレッチや運動などを行いました。

転倒を予防するためには、①柔軟性、②筋力、③バランス、④認知機能が必要と考えられ、それぞれを予防・改善するための運動方法をお伝えさせていただきました。会場にある椅子では足りず、立ち見の参加者もでるくらい大盛況いただきました。

今後もこのような機会に積極的に参加し、船橋市の皆さんがいつまでもいきいきとした生活を送れるように支援してまいります。



平成 30 年 1 月 28 日 (日)

委員会より

サービス向上委員会

私たちの取り組み 「接遇と私」

輝生会では「よりよい接遇をめざして」を合い言葉にして、日々の業務に取り組んでいます。当センターでは、毎朝ミーティングをしておりますが、特に月に1回スタッフの接遇への取り組みを話してもらうことにしています。その内容は「足跡」ファイルにまとめています。



今回は「足跡」に掲載された作業療法士の
穴倉美樹子さんが話された内容
「共感することを大事に」を紹介します。



私が接遇において意識していることは共感することです。専門学校時代に「患者さん・利用者さんに対して、同情ではなく、共感しましょう」と教わりました。共感は共に感じるということですが、実際の場面では、何かを達成できたら一緒に喜ぶ・悔しいときは一緒に悔やむことと思ひ、心がけています。人の印象は見た目が9割といわれており、笑顔や正しいことば使いをすることがそれにあたると思ひます。その上で残りの1割は内面を共有することといわれていますので、利用者の方々と多くの共感を持って関わってゆきたいと思ひています。

医療安全委員会

～ KYT への取り組み～

T…トレーニング
(Training)

KYTとは？

K…危険
(Kiken)

Y…予知
(Yochi)

職場や作業状況のなかにひそむ危険要因とそれが引き起こす現象を話し合い、予知と対策を行う訓練のことを言ひます。

この訓練を行うことで、危険への感受性や危険に対する集中力を高めることや問題解決能力を高めることができ、「人間は

ミスを犯す存在である」という弱点を少しでも減らすことが期待されます。



KYTには、状況を描いたイラストや写真を使う場合（Photo KYT）や一人KYT（指差呼称）など様々な手法があります。

船橋市リハビリセンターでは、「医療安全ニュース」を作成して、事故・ヒヤリ・ハット報告を見える化し、事故防止をめざすKYTを実施しています。



スタッフ紹介

新しく仲間になったスタッフです。



(高田 友里 OT)

①外来・通所・訪問リハビリを経験し、多くの学びができること。スタッフ同士で声をかけやすい環境で、助け合いながら仕事ができること。
②リハビリが楽しいと思えるような関わり・環境作りを心がけています。患者さん・利用者さんが、自分からやりたいことを見つけられるようになるのが良いと思ひています。
③リハビリ病院での経験を生かしつつ、在宅での新しい学びができるようにがんばってゆきたいです。



(井上 健介 PT)

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

①スタッフがとても明るく、笑顔があふれているところ。
②利用者さんへの説明の時などは、わかりやすい言葉を使うことや伝わりやすい話し方ができるように意識しています。
③利用者さんの不安や悩みを少しでも解消できるセラピストをめざして頑張ることを思ひます

地域の施設紹介

医師紹介



深沢 琢也 院長



患者さんに向き合って話をよく聞き、丁寧な診察をすることを大事にしています。必要な検査を行って正しく診断し、できるだけ治療の内容をわかりやすく説明し、不安感が少なくなるようにスタッフ一同心がけています。

深沢 医院 を訪ねて

〒 274-0825 船橋市前原西 2-8-3

TEL: 047-472-3069 FAX: 047-477-7322



深沢医院は昭和 22 年に現院長の祖父が開設し、その後、伯父さんが引き継いで来られ、津田沼地区のかかりつけ医として、地域の皆様に信頼されてきていました。現院長の深沢琢也先生は、東京医科大学医学部を卒業後、東京医科大学病院循環器内科に入局。循環器内科の勉強を中心に研鑽をつまれ、三代目として平成 26 年に深沢医院を継承し、同時に建物も高齢者やベビーカーを利用する子育て世代も通いやすいバリアフリー仕様に改装されています。

診療科は一般内科・循環器内科・呼吸器内科・消化器内科・小児科を標榜。各種検診、さらに睡眠時無呼吸症候群の診察・訪問内科診療と多岐にわたっています。

これからは、遠隔診療を取り入れた訪問診療に力を入れていきたいと考えていますと話されていました。

学生時代はアイスホッケーで活躍されていたスポーツマンとのことでした。



利用者さんの声から

一歩二歩と歩ける夢をみえています

松嶋 満 さん

私は、5 年前に、原因不明の高熱が続き、手足のしびれと歩行困難を伴うウイルス性髄膜炎を発症し、6 ヶ月入院しました。その間に頸部脊柱管狭窄症の合併もあり、4 月に椎弓手術を受け、その後 3 ヶ月間 1 日 3 回のリハビリで、杖をついて歩けるようになるまで回復し、退院しました。

退院後は、徐々に体力も向上し、屋外歩行も可能となっていました。外出中に転倒し、脳挫傷受傷。その後、次第に歩行速度が遅くなり、車いすに頼る生活となってしまい、現在にいたっています。

2 年半前から、船橋市リハビリセンターにお世話になり、今は週 2 回の通所リハビリを利用しています。ここでは、マットでの体の柔軟性維持のストレッチ、平行棒

での立位維持、マシンでの筋力特に腹筋と股関節の強化、手の作業療法に、取り組んでいます。

まだ、ほんの少しですが、先生や皆様のご指導のおかげで、トレーニングの成果が確実に出ていて感じています。

若い頃から、いろいろ出歩くことが好きな私です。今は、まだ立つのが精一杯ですが、一歩二歩とあるきだすのも夢ではないと信じています。

センター内の明るい空気と広々とした空間の中で、焦らず明日を夢見てリハビリして参ります。今後とも皆様のご指導をよろしくお願いいたします。



センタースタッフ数 (H30. 4)

医師	2 名
看護師	5 名
理学療法士	12 名
健康運動指導士	2 名
作業療法士	6 名
言語聴覚士	2 名
介護福祉士	3 名
ソーシャルワーカー	2 名
サポート部	13 名
計	47 名



ぼけ

【編集後記】4 月号は明るい話題からと考えて、「海老川の桜」を表紙としました。昼休みに花見客でにぎわう川辺を走り回り撮った一枚です。今号は在宅生活支援サービスに注目し、特に医師の関わりが変わる訪問リハビリテーションを取り上げました。そして、クリニック事業ではセンターで行っている外来・通所・訪問リハビリについてまとめ、訪問看護では昨年との比較、リハビリ事業ではプールリハビリを紹介、地域拠点事業では研究大会・介護職勉強会など紹介、盛りだくさんの内容となりました。次号もどうぞご期待。(石原茂樹)