

20230322 熊本県地域リハビリテーション支援センター研修会
地域包括ケアシステムを2025年に向けてどのようにまとめあげていくか
～withコロナ 密着リハや包括との連携 今後の地域づくり～

地域連携ミーティングを通して見えた点

熊本地域リハビリテーション広域支援センター
青磁野リハビリテーション病院

Seijino Rehabilitation Hospital



地域連携ミーティング

日 時：令和4年12月16日（金）18時～19時

場 所：青磁野リハビリテーション病院

形 式：ハイブリッド形式

参加者：33施設、46名（会場3割、オンライン7割）



Seijino Rehabilitation Hospital



地域連携ミーティング 次第

1. 講 話「地域リハビリテーションについて」

熊本県健康福祉部長寿社会局 認知症対策・地域ケア推進課
地域ケア推進班 主事 山崎 高志 氏

2. 講 話「地域リハの専門職の関わり」

熊本県医師会 副会長 金澤 知徳 氏

3. 講 話「西区の現状について」

熊本市西区役所 福祉課 高齢福祉班 主査 小原 暁子 氏

4. 質疑応答、意見交換

指定発言： 熊本市医師会 理事 野津原 昭 氏
池田校区社会福祉協議会 会長 吉村 次郎 氏

案内・広報

熊本県・県医師会の協力

会員登録を行っている施設、団体（職能団体含む）への広報

市医師会の協力

西区内会員施設紹介、宛名ラベルの提供

広域支援センターより案内

行政・西区内地域包括支援センター、地域密着リハセンター

西区内医療機関、介護保険施設・事業所

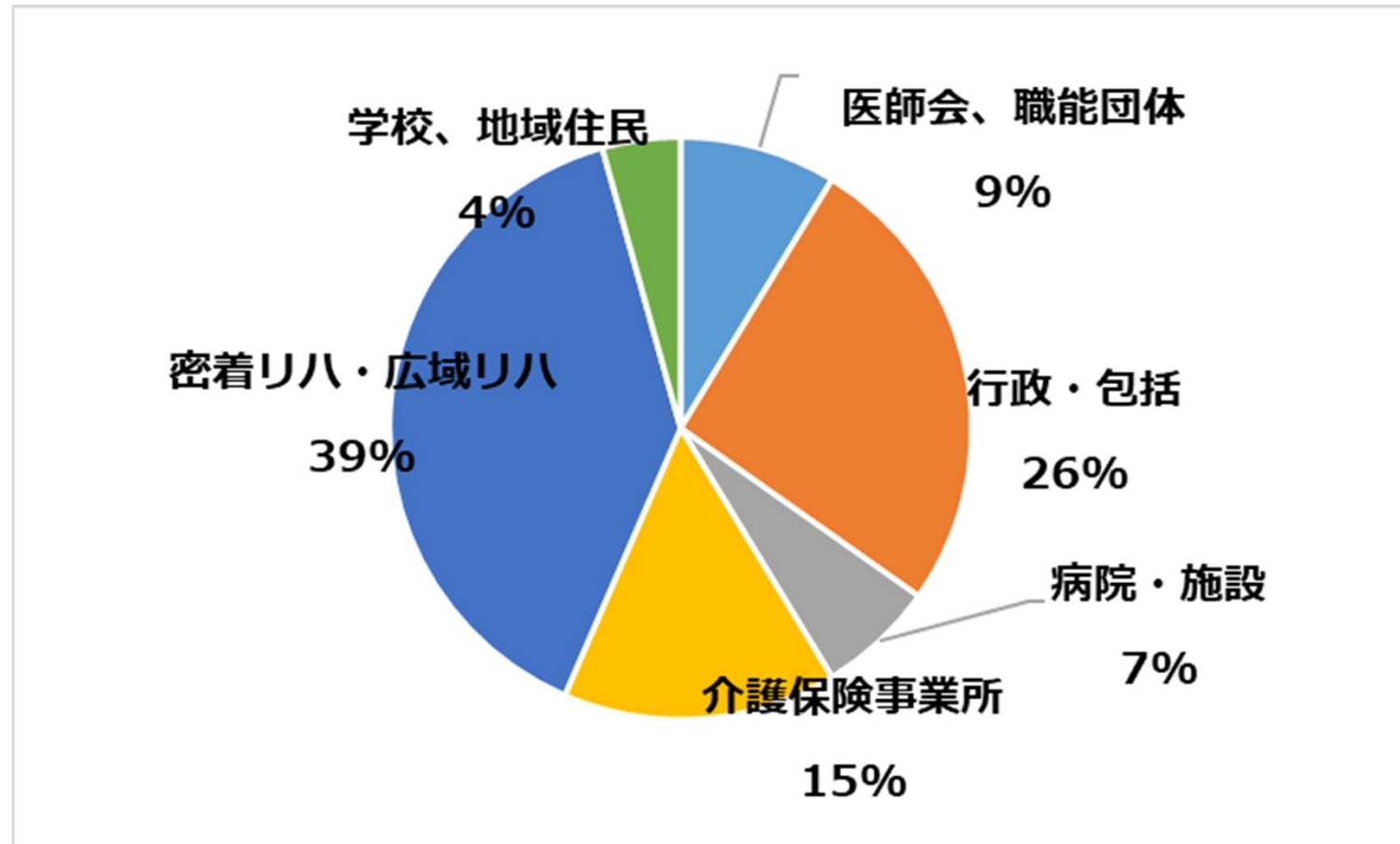
住民代表

熊本県、熊本県医師会、熊本市医師会の協力により、多くの施設、団体に対して広報を行うことができた。

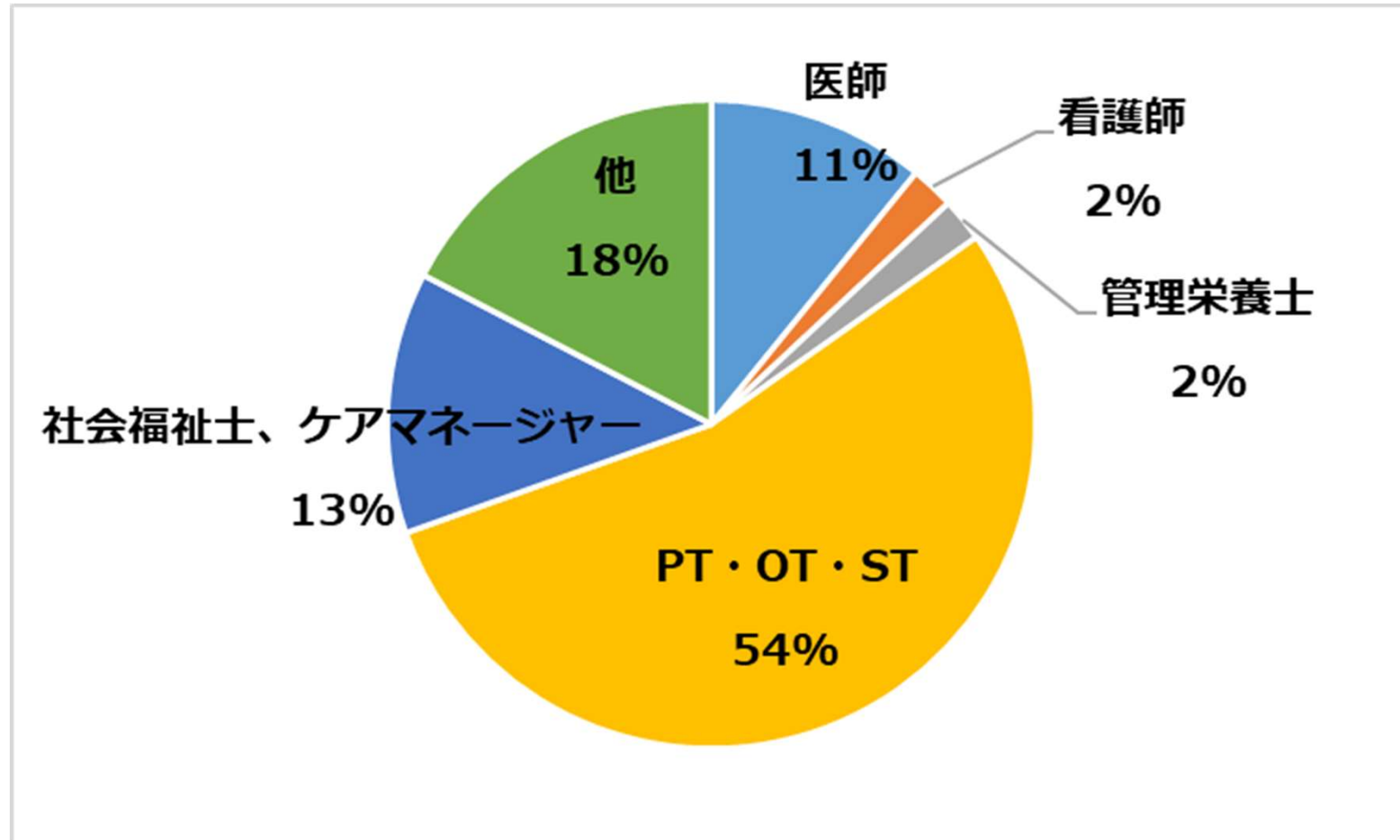
Sejino Rehabilitation Hospital



参加者（所属団体別）



参加者（職種別）



参加者アンケート

回収率： ・52%、会場＜オンライン

内容： ・全講話に対して高評価

開催方法・日時： ・ハイブリッド開催、オンライン開催について高評価
・通信状態、音響効果に課題あり
・18時-19時は参加しやすい時間帯

参加者コメント：

◆**行政** …… ・専門職との連携、協働意識の向上
・地域住民への支援方法の再検討

◆**リハ専門職** …… ・地域活動への意識向上
・感染対策を考慮した地域住民へのアプローチ方法の検討

◆**その他** …… ・地域リハについての情報把握（初参加の施設、団体）
・仲間を増やしたい、縦・横のつながりを増やしたい

コロナ禍における介護予防などの地域活動の現状

地域住民の地域活動に対する意欲

感染状況に応じて活動を再開できる団体がある一方で、感染への不安から活動再開への一歩を踏み出せない団体も存在する
リハ専門職の派遣に対するニーズは高く、現地指導の希望が多い
オンライン指導に関心を持ちチャレンジする団体がある
通いの場の支援者、後継者育成の課題を抱えている

担当者の意識、対応

密着リハは広域リハ主催の会議や研修会への参加や協力体制があり、地域活動に関する情報への関心が高い
自立支援型地域ケア会議の助言者として活動している
感染状況に応じて現地指導やオンライン指導に取り組むことができる施設と、コロナ禍での通いの場への派遣活動に制限がある施設がある

コロナ禍における介護予防などの地域活動を積極的に進めるために

● 通いの場への対応

- ・ 地域住民の感染対策意識の啓発
- ・ 感染状況に応じた機動性と行動力
- ・ 新しい指導方法への柔軟な対応（現地指導、オンライン指導）
- ・ 地域住民による指導・運営への支援（指導者・サポーター育成）
- ・ セルフケア・ホームプログラムの提案 など

● 個別対応

- ・ 自立支援型ケアプラン作成に向けたリハ職派遣事業における個別対応
- ・ 自立支援型地域ケア会議でのケース検討
- ・ 活動志向性に配慮したセルフケア・ホームプログラムの提案
- ・ 急性期・回復期・生活期リハ担当者との連携 など

アイデアシート 生活を支えるプラスワン！

行政・包括・密着リハ事前ヒアリングまとめ

アイデアシート 生活を支えるプラスワン！（西区役所・包括）



「通いの場のできること」

★レクリエーション・体操

・季節の歌を歌う ・運動や体操DVDの紹介

★体力測定

・体力測定

★講話

・保健子ども課と連携し、健康教育の実施
・ハンディーキャップ体験

★おしゃべりタイム

・コミュニケーションが取れる会話の場 ・おしゃべり

★開催方法の工夫

・健康食品等の試食提供 ・SNSで活動の模様を共有
・自分の周りの中で、気になる人や困っている人がいたら声をかけてみる
・例えば、熊本駅ビルにバスや電車を使って自分自身で通ってみたい
・介護予防になるのではないかなと思う。→外出先

★自己管理へのアプローチ

・自宅で一人でできる体操の指導と習得 ・運動の楽しさを伝える
・通いの場に出てくることが運動になる。歩数など数値で伝える

★オンラインの活用

・健康アプリの紹介 ・オンライン通いの場の活用

アイデアシート 生活を支えるプラスワン！（密着リハセンター）



「通いの場のできること」

★レクリエーション・体操

・百歳体操 ・コグニサイズ ・口腔体操（感染対策を行いながら）
・レクリエーション（一定距離を置いて風船バレー、指し棒を使った百人一首 など）

★体力測定

・体力測定 ・身体機能評価（フィードバックも含む）

★講話

・健康講話（フレイル予防、自宅でできること、保健師&看護師の話 など）

★おしゃべりタイム

・茶話会 ・他者との交流（社会的フレイルの改善）

★開催方法の工夫

・屋外での青空教室
・開催日に長時間の会場確保が出来ればコミセンなどへ個人の良い時間に出てきていただき、設定された課題を実施。
参加者リストにチェックをつけて、帰宅していただくなど（現場での見守り者の確保や、備品の消毒などの対策が必要・・・）

★自己管理へのアプローチ

・運動資料の提供 ・体調、体力測定結果などのチェックシート作成、管理 ・できること、できないことの把握
・歩行（目標を提示し、意識付け目標～分間、～歩以上 など） ・趣味活動（散策、折り紙、絵手紙 など）

★その他

・痛みへのアプローチ（動作指導含む） ・便秘、排便に関する情報提供（便秘の方が多いため）
・低栄養へのアプローチ、予防と意識付け など

アイディアシート 生活を支えるプラスワン！

行政・包括・密着リハ事前ヒアリングまとめ



「自宅でできること」

- 体操
 - ・町内放送でラジオ体操
- 生活活動
 - ・散歩（外に出る機会）
 - ・その日あった良いこと
- 自己管理へのアプローチ
 - ・DVDの配布
 - ・縮
 - ・運動手帖の活用
- オンラインの活用
 - ・運動アプリの活用
 - ・リモートの体操参加
- その他
 - ・見守り、様子観察
 - ・新しい検診情報等



「自宅でできること」

- 体操
 - ・ラジオ体操 ・テレビ体操 ・DVDを使用した体操 ・NHKのテレビ体操（みんなの体操） ・疼痛部位別でのストレッチ
 - ・自宅内、屋外での転倒予防の運動実施
- 生活活動
 - ・散歩（歩数計活用、1停留所前で降りる） ・園芸 ・草とり ・断捨離（1日1か所、一週間に押し入れ一個）
 - ・新聞の音読 ・階段の使用
- 自己管理へのアプローチ
 - ・自主トレの資料提供（ストレッチ、筋トレ、拮抗筋体操） ・達成状況が分かるツール（例：スタンプカード等）の提供
 - ・毎日の体調管理（体温、血圧の測定、食事等 メモの活用） ・週単位での運動スケジュールの設定と実行
- オンラインの活用
 - ・オンライン機器の貸し出し（タブレット、スマートTV等） ・オンライン環境が整った上で、動画配信による健康体操
 - ・インターネットを使用した「通いの場」の使用
- その他
 - ・朝起きて1杯目を白湯にする（体温上昇、腸内運動の活性化）
 - ・利尿作用のある緑茶やコーヒーの代わりに水、麦茶をなるべく摂取してもらう。
 - ・低栄養の予防（パンフレットなどの活用、チェックシートなどの活用）
 - ・個別訪問による生活動線内での運動

まとめ

- 今回の地域連携ミーティングの開催目的は、地域リハに対する啓発・連携強化と、地域密着リハセンター新規登録の機会づくりとした。
- 開催方法は、感染対策、参加しやすさを考慮し、会場とwebによるハイブリッド方式を選択、開始時間を18時とした。参加者には好評で46名の参加であった。一方、運営上は会場、ホスト、トラブルシューティングなどに対応できるスタッフの配置が必要であった。
- 行政のバックアップ
企画段階からの県認知症対策・地域ケア推進課の助言や協力あり、県・県リハ支援センターより県医師会、専門職団体への広報支援あり、職能団体、医療機関や介護保険施設、学校などから想定以上の反響があった。市医師会の広報協力、市医師会理事の出席と指定発言をいただいた。県、県医師会、熊本市西区福祉課の講演は好評であった。
- 地域住民主体の活動を念頭に置き、柔軟性と創造性を発揮しながら、withコロナ時代の地域リハビリテーション活動に共に取り組む仲間を増やしていきたい。