

佐智だより

Vol.11

Sep.2020



『リハビリの成功とは』

アメリカのメジャーリーグで活躍している大谷選手は2018年のシーズン終了後に肘の手術をしました。その後のニュース等で『現在、リハビリを頑張っています』という内容が伝えられました。この場合のリハビリは肘が完全に治って大谷選手が再び野球ができるようになるための治療や訓練のことを言っていると思います。彼の場合、肘が完治してまたメジャーで活躍できればリハビリは成功したと言えるでしょう。

不滅です」という名言とともに現役を引退しました。その後は巨人軍の監督や野球評論家などで活躍していました。平成16年3月、アテネ五輪の監督を引き受け、出場が決まったところで脳梗塞に倒れ、一命は取り留めましたが、右半身の麻痺と言語障害が残りました。その後、懸命のリハビリを行い、平成18年頃より少年野球の指導や週刊誌の紙上対談も受け、平成25年、国民栄誉賞受賞のセレモニーでは8年ぶりに公の場でのスピーチを行い、片手でバットを握って始球式に臨んだ場面は記憶に新しい出来事です。ちなみに投手が松井秀喜、キャッチャーが原辰徳、審判が安

倍晋三という顔ぶれでした。彼の場合、半身麻痺と失語症は完治していませんが、残された機能で彼なりにできることで野球界に貢献している姿は、ある意味でリハビリは成功したと言えるかもしれません。脳梗塞や生まれながらの脳性麻痺やパーキンソン病などの難病など、現在の医療では完治させることができない病気はたくさんあります。もちろん完治を目指してできる限りのリハビリを行います。病気の症状が完全になくなることはありません。リハビリという意味を完全に治すことと考えるとこのような病気には無力ですが、長島さんのように残された機能を最大限に使っ

▶オルブライト▶

特別寄稿

元MR Tアナウンサー

櫻元 洋

宮崎空港に星条旗がたなびく！ 娘が米の
カリフォルニア大学サンノゼ校に留学して夏休みに宮崎に帰ってきた。驚いて報告した。いま
米国の国旗が宮崎空港に来てるよ、だれか米国の偉い人が来ているのか、とビックリ！、星条旗をつけた米国機が宮崎空港にとまっている。

「アッそれはねオルブライトさん、オルブライトさんがね日本に来たとき宮崎の小学生の作文に、ぜひ一度宮崎にも来ててください。小さいホールにオルブライト・ホールと名づけて待ってますから…」と作文を読み、ミヤザキという小都市に行ってみることにした。ところが国務長官という仕事柄それをキャンセルして本国に帰ってしまった。しかし、それを忘れることができず、沖縄経由でわざわざ宮崎に来て記念のホールを小学生とお祝いしているのよ！」

娘は信じがたいような顔をしてうなずいていた。宮崎の人にはよく知られた事件、いや話題である。米国初の女性長官オルブライトさんの約束物語である。



て、本人ができる役割（家事や仕事や社会貢献、地域活動やボランティアなど）を遂行できるようになれば、リハビリは成功したと言っていると思います。そして、その時、本人は今の自分の身体の状態を受け入れ、新たな生き方、新たな価値観を見出します。そのためには周りの人たちの精神的支援もたいへん重要です。動かない手足やたどどしい言葉と共存しながら前向きに生きていく決意を示し、焦らず今できることから始めていき、何かひとつでもできることが獲得できれば間違いなくリハビリは成功したと胸を張って言えるのです。そして、その小さな成功を積み重ねていくことがその後の人生にプラスとなっていくことと思います。

『一步一步 それが一番の近道』
(管理者 田原公彦)

佐智のコロナ対策について

新型コロナウイルス感染予防として、基本的な感染策（マスク、手洗い等）の実施や不要不急の外出の自粛、「3つの密」を避けることが重要とされています。

これまでに国内で感染が確認された方のうち重症・軽症に関わらず約80%の方は、一定の条件を満たす場所において、一人の感染者が複数人に感染させた事例が全国で報告されています。

- ① 発熱や体調不良の場合の利用中止
- ② 本人や家族が感染拡大地域へ出向いた場合や同地域からの人と接触した場合には、2週間の自宅待機
- ③ 濃厚接触者との接触があった場合には、濃厚接触者の検査で陰性が判明して、2週間の自宅待機
- ④ クラスター発生地域居住者は、発生から2週間の自宅待機
- ⑤ 来客者は検温を行い玄関先で対応
- ⑥ 定時の全体換気、常時の一部換気の実施

- ⑦ 職員の日常行動制限（県外移動や集団飲食等の禁止）
 - ⑧ 業務中のマスク着用、手洗いの徹底等
 - ⑨ 出勤前の検温と体調を確認し、記録
- 以上の取り組みを実施し、また、異常があれば速やかに管理者への報告を義務付けており、迅速に対応できる体制を整えております。
- コロナ禍で予期せぬ感染への不安がありますが、利用者様の為に、今後も感染予防に努めてまいります。
- (生活相談員 河原良尚)



★言語リハビリの目標★

失語症の方のリハビリテーションのニーズで多いのは、「元のよう」に話せるようになりたい、「言葉が思い出せるようになりたい」「言葉の詰まりをなおしたい」などが挙げられます。しかし、コミュニケーションを数値化することは難しく、達成目標を決められなくなってしまうがちです。一緒に言語訓練の目標を決める時は『この目標が話せたら何がしたいか？』を考えます。利用者様は失語症という障害を持ちながら生活をしていかなければなりません。ある方は母親として、ある方は会社の役員としての生活が待っています。生活での役割や本人との話し合いと言語機能を考慮し、目標を決めていきます。

Aさんは脳梗塞により運転ができなくなり、営業先に自分で行けなくなりました。それでも仕事に携わりたいという思いを伺い、手紙を書いてみましょうと提案しました。名前や住所の練習、挨拶文の練習を個別訓練で行い、1カ月かけて1枚のはがきを書き上げました(左写真)。普段は日常会話でもわからない言葉がありますが、「(はがきの)元本をくれんか？」と書いた後、スムーズに伝達できました。生活に寄り添い、一緒に目標を達成していきたいと思います。

(ST奥村文美)

誰もが活躍できるように

就労支援



想像してみてください。
もし、自分の身体がなにかしらの障がい
を呈して今の仕事や役割ができなくな
ったとしたら・・・。

きつと喪失感を味わい生きる自信が
なくなるのではないのでしょうか。病気に
なるとまずはリハビリを頑張つて生活
動作を獲得するまでが第一段階と思
います。しかし、生きていく中で役割や
社会参加は人生の質を上げるために必
要になってきます。それが、第二段階の
就労支援だと考えます。人の話くらぶ佐
智では就労支援にも力を入れています。
本人の身体機能の向上を図りながら面
談を行い本人がやりたいこと、前向きに
なれることを一緒に探していきます。

幸い市内にはコルディアール農園と
いう障がい者雇用支援サービス事業
があります。水耕栽培を中心に障が
い者の雇用を促進しています。現在
佐智利用者の一名は就職し、二名は
就職に向けて動いています。見学や面
談の際には当スタッフも同行し、動
作の確認や本人が不安なところを把
握し佐智で訓練を行っていきます。
今後もしも利用者様の身体機能の向上
はもちろんですが社会の中で活躍で
き、主役になれるようにあらゆる支
援を行って参りたいと思います。
(ST 高橋奈々)

褥瘡の在宅ケア

褥瘡は以前は褥創と表記されていま
した。『創』は『ギズ』『瘡』は『でき
もの』を意味します。褥瘡を単なる
『ギズ』とせず瘡と表記するようにな
ったのは、病態が複雑だからです。発
生原因を取り除き基本に沿ったケアを
しないと難治化してしまい、時には生
命に影響することもあります。また、
急性期の褥瘡（発赤・紫斑・浮腫・硬
結・水疱・びらん・浅い潰瘍）は状態
が不安定でどこまで深く損傷がおよん
でいるかわからず侮れません。そのた
め損傷の程度が軽いと思ひ込み自己判
断で治療の機会を遅らせないように日
頃から皮膚の状態を観察し変化を見逃
さない事が大切です。褥瘡は当事者に
は痛みを介護者には負担をもたらしま
す。在宅で介護する場合、マンパワー
も限られていて体位交換を頻回に行う
事も難しいと思われまます。介護する家
族が日常的に褥瘡予防ができるよう
に、正しい知識を身につけましよう。

褥瘡予防は原因は、①同じ姿勢での
長時間の圧迫、②皮膚への摩擦、③湿っ
たり汚れたりした不衛生な皮膚の状態、
④全身の健康状態の低下などです。ま
た、衣服やシーツのしわや縫い目が当
たることによっても発生します。一番
できやすい部位は仰臥位では仙骨部・
座位では尾骨部です。予防するにはこ
のような好発部位に長時間圧迫がかか
らないように、除圧したり、定時的に
体位変換をすることが大切です。例え
ば、ベッドに横になつて居る時は、寝
ている姿勢を変えることで圧力がかか
る部分に変化し同じ部位への長時間の
圧迫を防ぐ事ができます。また、体圧
分散マットやクッションを活用すると
体位変換の頻度を減らせます。身体の
清潔保持も重要な予防のひとつです。
失禁や汗などによる湿気は褥創が發生
しやすくなる原因となります。その
他、日頃よりしっかりと食事を摂って栄
養状態を維持する事も重要です。

万が一褥瘡が発生してしまつたら、まず
何が原因なのか考えてみましょう。それ
から、医師の診察を受け専門家の指導の
下にケアしていきます。

【佐智の利用者の紹介】

80代の女性の方で週3回佐智を利用
されています。○カ月前に左仙骨部に紅
斑がみられ徐々に浅い潰瘍になつていき
ました。就寝時間や就寝中の体位、車椅子
乗車時の姿勢について介護者に確認し
たところ、寝返りは困難であり、夜は同
じ姿勢で寝ており、長時間の圧迫が一番
の原因であると思われました。褥瘡用マ
ットはすでに貸与されているので、新た
に体位変換用クッションと車椅子用クッ
ションを借りて、ベッドでの体位変換も
適宜行つていただきました。また、医師
の指示の下、油脂性基材軟膏(創面保護
目的)とポリウレタンフィルム(摩擦やズ
レ防止・湿潤環境を保ち上皮再生)を貼
り、佐智ご利用時は感染の兆候がないか
細かく観察しました。また、利用時には
定時的に起立したりなど同じ部位の長時
間圧迫を防ぐとともに、車椅子乗車時は
衣類のしわやポジションにも配慮し
ました。その結果、2カ月で感染するこ
となく治癒することができました。褥瘡
は治療より予防する事が大切ですが、早
期に発見すれば、関わる人たちのチーム
ワークで治癒させることも可能です。
(看護師 牧野八千代)

集団訓練の工夫

人の話くらぶ佐智は、言語聴覚士によ
るリハビリに注目されがちですが、私
達介護職も理学療法士の指導の下、身
体機能低下を防ぐべく、日々試行錯誤
しながら業務にあたつております。
集団訓練を実施する際に心がけて
いる事は、定期的にプログラムを変更
する事と雰囲気明るくする笑いを生
み出す体操を織り交ぜながら実施する
事です。
新たなプログラムを実施する事で、利

笑顔をあきらめない!

人の話くらぶ佐智では、理学療法士によ
る手足の麻痺に対するリハビリや日常生
活動作の再獲得を図るためのリハビリな
ども行っています。

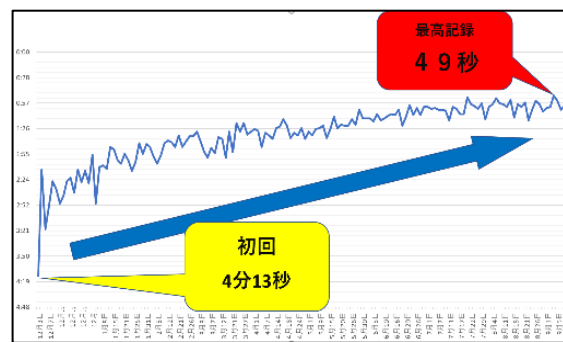
ある利用者の方は、利用当初より右の手
足に麻痺がみられ、動かしづらさを訴え
られておりました。右手を使用する作
業課題(左写真)を行つていますが、最
初は作業終了までに4分以上の時間を要
していました。リハビリを行ううちに
徐々に右手の巧緻性が向上し、1年後の
現在では作業時間は1分を切るまでに右
手の機能回復が認められています(右下
グラフ)。さらに、右手の機能回復がみ
られたことで食事も右手を使って摂れるよ
うになりました。

理学療法士として
今後利用者の方
々一人一人の思い、
目標に少しでも近
づけるような支援
を行つていきたく
と思ひます。

(理学療法士 吉田圭佑)



用者の方々は最初こそ戸惑い、否定的に
なりがちですが、根気強く説明と繰り返し
す事で、最初は出来なかつた動きも少し
ずつですが、おこなえる様になつていき
ます。今現在、私を取り組んでいる事は
転倒を予防するのに重要な、“足の指”
についてです。立位や歩行時によるけた
り、つまずいたりした時、足の指の力を
うまく働かせ、グッと踏ん張ることで転
倒を予防することができます。足の
指が、曲げ伸ばしでき、よるめいたら踏
ん張り、歩く時はしっかりと地面を蹴る、
など、うまく使える状態にしておくこと
を目標に訓練を行っています。継続した
トレーニングを行い自宅でのトレーニ



お化粧品で綺麗に!

数人の女性を対象に『お化粧品教室』を行いま
した。

ファンデーション、眉ずみ、口紅等、化粧品
を目の前に並べると、自ら手に取りお化粧
をされる方、スタッフから化粧をしても
らう方、お返しにとスタッフ
に化粧をして下さる方、皆さん
の目がキラキラと輝いていま
した。いつも以上に素敵な女性に
なられていました。

(介護士 草留洋子)



ングに組み入れて行ける
ように支援を継続して
きます。
(介護士 鶴田千秋)

佐智だより NO.11(令和2年9月20日)

医療法人社団三友会 人の話くらぶ佐智

Tel:0985-89-2772 Fax:0985-89-2773

(所在地)

〒880-0024 宮崎市祇園2丁目17番地1