

# 医療・保健・福祉・市民の情報交流の場

## 第80号 大村市在宅ケアセミナーだより 平成20年 9月号

発行元：〒856-0820 長崎県大村市協和町779 (社) 大村市医師会内 大村市在宅ケアセミナー広報部 TEL0957-54-0151

ホームページ : <http://www.nagasaki.med.or.jp/oomura/caresemi/caresemi.htm>

～ 上記アドレスにてセミナー便りを掲載しています。セミナー便りの郵送料軽減にご協力できる方は、事務局までご連絡いただければ幸いです。～



### 第96回 大村市在宅ケアセミナー開催報告

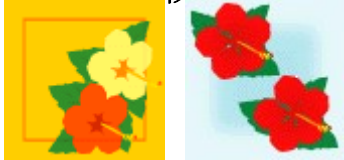
開催日時 平成20年 7月17日 (木) 18:45～20:30

開催場所 大村市民会館 3階 大会議室 参加者数 81名 新規入会者 5名

講師 貞松病院リハビリテーション科 杉野伸治先生

開催内容 「高齢者トレーニングの取り組みと成果について」

- ① 高齢者の生理学的変化とトレーニング理論
- ② 院内での取り組み内容と成果
- ③ 地域ボランティア活動の内容と成果
- ④ 院内での健康教室の取り組み



#### ～ 前回セミナーに関するご質問 ～

<質問 1>



わかりやすい話で大変勉強になりました。質問があるのですが、寝たきりの患者様やリハビリ意欲が無い患者様でもできる様な運動としてなにかありますか？

#### 回答

運動内容については、運動に対する意欲あるいは、ベット上での生活が主体になられてからの期間によると思います。例えばベット上で生活はしているものの、意志や反応もしっかりされており、運動そのものを拒否されている方であれば、熱心な声かけやその方の趣味を反映した内容を検討すると良いと思います。さらに心肺機能の低下は、活動による疲労感が運動そのものを敬遠する要因になりますので、臥位あるいは座位等のベット上で取れる姿勢で呼吸運動や胸郭の可動域を改善することも運動メニューに加えると良いでしょう。また、意志や反応も充分に見られない方の場合は、自動運動の介入は期待できませんので、他動的な運動メニューが主体になると思います。ただし、筋力等の改善を期待する場合は、随意的な筋肉の収縮が必要ですので、他動的な運動メニューでは難しく、現状維持や低下の予防が目標になるかと思えます。また、前述したように心肺機能の低下に関する予防策としては、体位の変換や座位の姿勢維持なども必要となるでしょう。臥床時間の長い高齢者の運動においては、状態の悪化も念頭に置く必要があります。

運動前、運動中、運動後のバイタルチェックを行い、体力に応じた運動強度を検討していくことが大切になります。

貞松病院リハビリテーション科 杉野伸治



## ～ 前回セミナーに関する感想 ～

廃用の高齢者様に意欲を持って頂くことは大切なことだと感じました。  
運動について広い内容を多くの人から聞くことができました。  
高齢化社会を支えるためには、多種多様な変化のある場の提供が必要であるという事を確認することができ、とても新鮮な内容の講義でした。



## ～ 前回セミナーに関するご意見 ～

本日は、とてもためになる話を聴くことができました、ありがとうございました。ただ、杉野先生のお話の際、部屋が真っ暗になり、メモを取りづらく感じました。



### 回答

部屋の照度に関しては、プロジェクターの光度の関係もあり、プロジェクターを見やすくするために部屋の明かりを消すこともありますのでメモなどを取る際には、ご不便をおかけしますがご了承ください。

<在宅ケアセミナー・幹事会>



# 第97回 大村市在宅ケアセミナー開催内容

開催日時 : 平成20年 9月18日 (木) 18:45 ~ 20:30

開催場所 : 大村市民会館 3階 大会議室 にて

### <講演内容>

高齢者の糖尿病について」 中村医院 院長 中村ますみ 先生

糖尿病の食事管理」 大村市長寿介護課 管理栄養士 松田侑子 先生



## 講演会等のご案内

### 「アトリエぽればれ 開設10周年記念上映会」

上映 「ふるさとをください」 脚本：ジェームス三木 監督：富永憲治  
日時 平成20年 9月10日(水) 会場 シーハットおおむら さくらホール  
[昼の部] (開場) 14:00 (上映) 14:30  
[夜の部] (開場) 18:30 (上映) 19:00  
入場料 (前売り券) 1,000円 (当日券) 大人 1,200円 学生 800円  
お問合せ先 特定非営利活動法人 アトリエぽればれ TEL 0957-53-5521

### 聖フランシスコ病院・ホスピス開設10周年記念 講演会

テーマ：～いのちを支えるホスピスケア～ 講師：柏木哲夫 先生

日時 平成20年 9月21日(日) 会場 長崎ブリックホール 大ホール  
[プログラム] 12:30 開場  
13:30 病院長あいさつ  
13:40 十八銀行混声合唱団ミニコンサート  
14:00 基調講演「いのちを支えるホスピスケア」  
15:30 終了  
入場料 一般 1,000円 学生 500円 (※ 事前申込みが必要です)  
お問合せ先 〒852-8125 長崎市小峰町9-20 TEL 095-846-1888  
聖フランシスコ病院 ホスピス開設10周年記念講演会事務局  
申込み先 E-mail: hospice-10th@sfh.or.jp

## 第5回 県央ケアフォーラム

テーマ：支える側が支えられるとき～認知症の母が教えてくれたこと～

日 時 平成20年11月12日(水) 19:00より  
会 場 長崎インターナショナルホテル 入 場 料 無 料  
講 師 藤川幸之助 氏

<講師プロフィール>

詩人・児童文学作家。日本児童文学者協会会員。

1962年生まれ長崎大学教育学部大学院修士課程修了。

認知症の母に寄り添いながら、命や認知症を題材に創作活動を行われている。

長崎新聞に「母の詩」を2006年7月より連載中

[主な著書]

「手をつないで見上げた空は」「君を失って、言葉が生まれた」「マザー」(ポプラ社)

「満月の夜、母を施設へ置いて」(中央法規)「やわらかなまっすぐ」(PHP出版)等多数