群馬県地域リハビリテーション支援センター

ニュースレター　39号　　2022. 12. 9

第20回群馬地域リハ研究会のお知らせ

【 日　時 】　令和5年2月18日（土）14：00～15：40
【開催方法】　Zoomウェビナー
【 参加費 】　無料
【単位認定】　日本理学療法士協会：登録理学療法士（更新）区分1地域リハビリテーション1.5ポイント
日本作業療法士協会：基礎研修自由選択1ポイント
日本言語聴覚士協会：生涯学習プログラム（予定）
【 演題名 】　**高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施について（仮）**
【 講　師 】　**公益社団法人日本理学療法士協会　常務理事　佐々木嘉光先生**
【講演内容】　これまでは、保健事業と高齢者の介護予防は、別々に縦割りで実施されてきました。そこで、国は高齢者の多様な心身の課題に対してきめ細かく切れ目のない支援を目的に、「高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施」に向けて法整備やガイドラインの改定を行いました。この中でリハビリ専門職の関与も明記されました。
今回、日本理学療法士協会の佐々木嘉光氏をお迎えして、「高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施」について、その概要とともに地域リハビリテーションの観点からご講演いただきます。
【お申込方法/参加方法/その他詳細】　群馬県地域リハビリテーション支援センターホームページ https://www.grsc.biz/　をご覧ください。
【お問合せ】　群馬地域リハ研究会事務局
TEL/FAX　027-220-8966　　e-mail　tsunoday@gunma-u.ac.jp

伊勢崎地域リハビリテーション広域支援センターの活動報告

特別養護老人ホーム小泉の杜　伊勢崎地域リハビリテーション広域支援センター
理学療法士　井上恵美子

みなさんもご存知の通り、新型コロナウイルスのクラスターが群馬県の介護施設で最初に発生したのは、伊勢崎地域でした。また、その後も伊勢崎を含む東毛地域は新型コロナウイルス発生者数が高いまま経過していたこともあり、伊勢崎市内の医療・介護サービスは、感染対策が優先で運営しておりました。9つの協力病院で運営を主としている伊勢崎地域リハビリテーション広域支援センターは、一時はすべての事業が中止となりました。

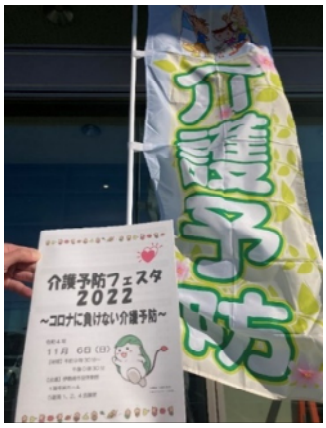
コロナ禍、当センターでは昨年度から少しずつ活動を再開しているところです。リハ職の実地指導は、オンライン指導で実施したり、通いの場への活動支援事業はご要望を伺いDVD作成をすることで対応してきました。介護予防サポーター養成講座や家族介護教室などは、非対面のものを組み合わせたり、小集団にすることで対応してきました。また、今年度は、フレイル予防サポーター養成講座や、介護予防フェスタも再開することができました。

伊勢崎市の介護予防フェスタは、従来は来場した一般市民の方が、各協力団体のブースを体験や参加をしながら介護予防について学んでいただくという形式でした。今年度は、来場者にはパネル展示と動画視聴、来場

できない方には自宅から動画視聴できる方法をとり感染対策を重視した方法で開催いたしました。

主催者側のほとんどが医療従事者であることもあり、開催方法に検討が必要だったり、オンラインイベントの準備に対して不慣れであったことも加わり、四苦八苦しました。しかし、想像以上にご好評いただき、今回作成した動画については、今後、ICT 機器を苦手としている高齢者に対して、活用場面を広げる際に、なんらか使用させてほしいとご提案をいただいております。

伊勢崎地域リハビリテーション広域支援センターでは、ICT 機器を活用したことなどを含め、コロナ後も残していく仕組みについて考えているところです。支援する側もされる側もコロナ禍での活動が二極化しているようすがみられているため、地域格差や事業によって格差が生じないよう活動の継続と再開を検討しております。



オンライン通いの場体験実証事業の展望～2021 年度の事業結果の分析から～

群馬医療福祉大学　宮寺亮輔

新型コロナウイルスが世界的に流行して早いもので 2 年半、感染対策をすることに徐々に慣れ、人々は新しい生活様式を獲得しつつあると実感いたします。その 2 年半の間、技術が進んだのは感染対策だけではございません。人々のつながりを維持する可能性を秘める情報通信技術（ICT）の 1 つであるオンラインでの通いの場も全国各地で展開されてきています。群馬県では、高齢者の身体能力低下の防止や社会的つながりの維持を目的として、オンライン「通いの場」体験実証事業（表 1、図 1、2）をすでにスタートさせております。当センターのスタッフも、その事業の企画や運営に関わらせていただいております。

表１　群馬県健康長寿社会づくり推進課主催　オンライン「通いの場」体験実証事業

	甘楽町	みどり市
期間	令和 3 年 8 月 6 日～令和 3 年 10 月 29 日	令和 3 年 12 月 3 日～令和 4 年 2 月 25 日
参加者数（年齢）	15 名（67～84 歳）	16 名（65～83 歳）
内容	機器の操作説明、機器を使用した参加者同士の相互交流、体力測定、健康調査、フレイル予防に関連するビデオ講話、フレイル予防活動の実践（体操等）等全 13～14 回	

図 1 対面での機器の操作説明

図 2 講義動画を視聴し遠隔でフレイル予防を実践

事業の分析結果です。機器使用に対する不安感や生活の質は変化（*：統計的にも差あり）がありました（図 3、4）。また、事業後も大半の参加者が使用機器を使い続けたいと回答していました（図 5）。これらの結果から、本事業が機器を使い続けたいと思える内容を提供できたと考えます。今回は生活の質の値が高い参加者でしたが、事業後にさらに向上が認められましたので、質的に良い内容だったことも伺えます。体力測定値では

事業前後で変化（差）はありませんでしたが、これはコロナ禍で様々な場面での活動自粛が続いている中で、身体機能を維持できたと解釈することができます。

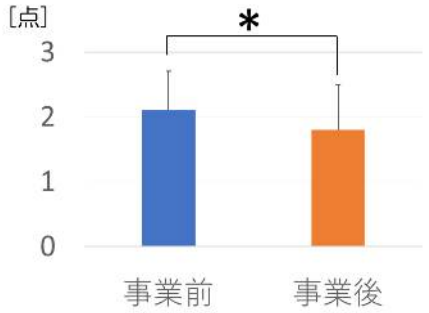


図 3 機器使用に対する不安感

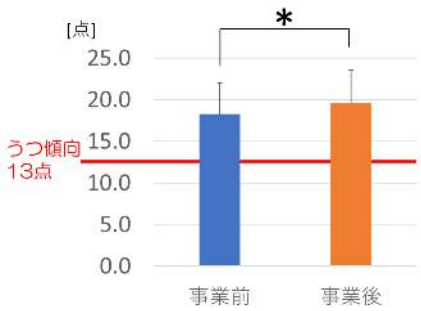


図 4　生活の質（WHO-5）

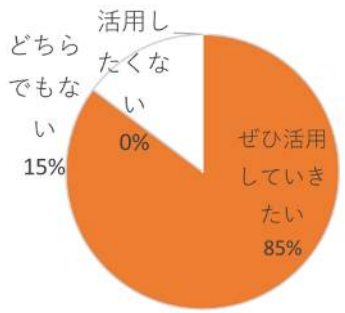


図 5 事業後の機器活用の希望

以上の結果から、今後も充実したオンライン通いの場を展開していくためには、①対面での丁寧な説明、②顔見知りの仲間と相互学習の機会、③健康増進に関連した情報交換、④使い続けるための工夫やサポート等を続けていく必要があると考えております。今年度も 2 箇所（大泉町、伊勢崎市）で実施しておりますので、引き続きオンライン通いの場の活動を応援していただけますようよろしくお願いいたします。

災害とリハビリテーション

介護老人保健施設うららく　新谷和文（群馬県理学療法士協会社会局担当理事　災害担当）

昨今、災害は甚大化、頻発化し身近なものとなってきたと感じます。群馬県は災害が少ないとよく言われます。実際、震度4以上の地震の頻度は関東甲信越地域で最も低く、水害と土砂災害による死者数も全国で最も低いレベルにある（ https://www.pref.gunma.jp/page/11947.html ） そうです。災害被害が他県と比べると少ないので、そのリスクの低さから大企業が群馬県にその機能の一部を移転し事業を行っているところもあるくらいです。

しかし、そんな群馬県でも、災害は発生しており、大きな被害を受けているものもあります。記憶に新しい所では、令和元年の台風 19 号では、「土砂災害によって藤岡、富岡両市で男女 4 人が死亡した」という災害が発生しました。決して群馬でも他人事でない状況かと思います。

災害に関して、理解しておいてほしいのが、JRAT（大規模災害リハビリテーション支援関連団体協議会）という組織です。JRATは、東日本大震災をきっかけに発足し、関東・東北豪雨災害、熊本地震災害をはじめとして、災害のフェーズに合わせたリハビリテーション支援を実施している団体です。JRATの目的は、大規模災害発生時に災害弱者に対しての生活不活発病の予防や、新たな障害者や被災高齢者などの自立生活を再建、復興を目指 していけるように、良質なリハビリテーション支援を受けられる制度や体制の確立することです。その主な活動内容は、障がい者・高齢者が、まずは、避難所で暮らしていけるよう生活環境を整備する事です。また、避難所での不活発防止、身体認知機能低下、エコノミークラス症候群への予防・対策です。エコノミークラス症候群は、災害後に避難所のストレスや持病の悪化で亡くなる、いわゆる「災害関連死」の多くがエコノミークラス症候群と言われており、我々はその予防に関われる職種であり、是非とも正しい知識を身に着け対応できるようにしておくことが大切です。

災害医療では JRAT の他、DMAT（災害派遣医療チーム）と JMAT（日本医師会災害医療チーム）があります。DMAT は、主に災害発生直後の対応を行う、救命・救助がメインの医療チーム。JMAT は DMAT の後を継いで医療活動を行い、被災地医療の回復に努めます。また、他にも DWAT(災害派遣福祉チーム)があり、長期避難者の生活機能の低下や要介護度の重度化など二次被害防止のため、福祉支援を行うチームもあります。災害の現場には、いろいろな支援を行うチームがあり、それらを理解し現場にあたることも大切です。

群馬県理学療法士協会の取り組みになりますが、2004 年に起きた、新潟県中越地震の時に会員が災害支援の協力へ行きました。また、2011 年の東日本大震災で群馬県の東吾妻町に避難に来られた方たちに災害ボランティアの派遣を行いました。このときは、健康管理等の相談を主な業務とし、これらの経験を活かして、災害に関するマニュア

ルを作成しました。

災害支援とリハビリテーションという事では、多くの課題があります。

1. 災害ボランティアの育成及び人材バンクの作成(支援体制つくり)

   災害は言うまでもなく、緊急性が大切です。いつ災害が起きても対応できる災害ボランティアの育成が必要です。災害に関する知識を有し対応できる人材の育成は急務です。また、災害時に派遣者の施設内での業務調整が出来るよう準備しておく必要もあります。

2. 県・市町村　行政との関係作り

   災害が起きた際には、行政が窓口となり対応が始まります。行政に対し、リハ職の災害時の役割を認識してもらい災害時に適切に行動できるよう行政との関係づくりも必要です。

3. 受援に関する体制

   県内で大規模災害が発生した際には、各地域から災害ボランティアに来てもらいます。そのボランティアさんの活動が上手くいくよう交通整理を行う必要があります。その、整理をどこでどのように行うかは、行政との関係も含め大きな課題です。

4. 災害支援内容について

   これまでは、エコノミークラス症候群や生活不活発病がその支援の主な対象でしたが、2018 年 2 月の台風 19 号被害の際には、避難所におけるフレイルが問題となった。支援の対象にフレイルが追加されました。支援の内容がその時期に応じて変化してきており、避難者の状況に応じ、より適切な支援が行える必要性が生じてきています。フレイルについては、これまで県支援センターや群馬県 POS 連絡協議会でも取り組んできたことで、今までの蓄積を活かし避難者支援に力を発揮していきたいです。

5. 災害レジリエンスの向上

   レジリエンスとは、災害に対する対応力という意味です。災害で生じるリスクやストレス、衝撃に対して対処する能力を言います。別の言い方では、対応力、回復力、復元力、強靭さ、の事です。

   これまでの災害への対応は、災害発生直後から避難所生活までの支援であり、避難者の生活をいかに確立するか？また、エコノミークラス症候群や生活不活発病でした。もちろんこれらの対応も重要ですが、リハ職としても普段から災害に備え、実際に災害が生じた際でも被害をいかに最小限にするか日常の取り組みが大切であります。災害に対して備えをする、災害に対する委員会を設けるなどです。リハ職としては一番身近で行うべき事としては、患者様・利用者様が災害に合われた際に命を守れる行動が出来るようにすることです。具体的には避難所まで歩ける、水害の際に2階まで上がれる、地震の際に安全な場所に逃げられる等です。

   災害レジリエンスを高めるため、地域での活動も始まっているようです。防災をキーワードとした地域サロン活動も始まっているようです。

「第 3 回災害支援とリハビリテーションに関する研修会」

Web 開催のご案内

期日 ： 2023 年 1 月 18 日、20 日

講師 ： 群馬パース大学　宮寺寛子先生

災害に関する、リハ職の「いろは」から災害支援を通しての地域づくりと幅広くお話を頂く予定です。いつ来るかわからない災害に備えられるよう受講をお勧めします。

詳細は　https://www.grsc.biz/file/link_1.pdf　からご覧ください。

お問合せ　群馬県 POS 連絡協議会　gunmapos.jimu@gmail.com

群馬県地域リハ支援センター事務局便り

（2022 年 4 月～2022 年 12 月）

7/9、10

全国地域リハビリテーション合同研修大会 in 札幌 2022 参加

7/26

令和 3 年度群馬県地域リハビリテーション事業報告書作成/発送

12/9　ニュースレター39 号発行

編集デスク

山路雄彦

山上徹也

角田祐子

発行

群馬県地域リハビリテーション支援センター

連絡先

群馬大学大学院保健学研究科内

Tel/Fax：027-220-8966

tsunoday@gunma-u.ac.jp