

# 渋川地域リハビリテーション広域支援センター ニュースレター 「 あじさい 」

2009年1月 発行 医療法人 菊栄会 渋川中央病院内 事務局  
渋川市石原 303-2 TEL 0279-60-6565 FAX 0279-60-6566  
E-mail area@shibukawa-riha.com

## 1. リハビリテーション推進協議会を開催しました

平成20年7月10日(木) 13:30より渋川保健福祉事務所 会議棟において、平成20年度渋川地域リハビリテーション推進協議会が開催されました。議事としましては、リハビリテーション広域支援センターの平成19年度事業報告、平成20年度事業計画の報告を行いました。後半は座談会としまして、『地域におけるリハビリテーションについて』と題して、渋川市高齢対策課・吉岡町健康福祉課・渋川地域リハ広域支援センターの各担当者によるミニ発表を行いました。フリートークにおいては、各団体・施設・市町村等の協議会構成メンバーにより、地域リハビリの連携や推進について活発な意見交換が行われました。

## 2. 吉岡町介護予防事業シルバー大学院への協力

平成20年7月24日に吉岡町筋力トレーニング事業が社会体育館にて行われました。夏の暑い日でしたが、大勢参加していただくことができました。体力測定として筋力やバランス能力などの測定が実施され、参加された皆さんは真剣に取り組んでおられました。日頃、健康のために運動を続けている方も多いと思います。その成果を確認できる良い機会になったのではないかと思います。今後の筋力トレーニング事業にも大勢の方が参加していただけることを期待しています。



渋川中央病院 理学療法士 白石

この筋力計は各施設等でもご利用可能ですので、お気軽にお問い合わせ下さい。

## 3. 介護予防サポーター養成研修を実施しました

渋川圏域では、渋川市・吉岡町より介護予防サポーター養成研修実施の依頼があり、下記のような内容で実施いたしました。

- 渋川市 介護予防サポーター初級研修 (1回) 平成20年10月17日(金)  
介護予防サポーター中級研修 (3回) 平成20年10月24日・31日・11月7日(金)  
13:30～16:30 渋川中央公民館 学習室
- 吉岡町 介護予防サポーター初級研修 (1回) 平成20年11月13日(木)  
介護予防サポーター中級研修 (3回) 平成20年11月27日・12月4日・11日(木)  
13:00～16:00 吉岡町役場 大会議室

## 研修担当者より

今回は介護予防サポーター初級ということで、介護予防のための筋力トレーニングと題して発表させていただきました。講義内容は廃用症候群についてと、実際の筋力トレーニングの実技練習を中心に行いました。特に筋力トレーニングには関心を持たれている方が多く、積極的な意見が聞かれました。今後も地域の皆様のご希望に沿える講演会を開催できるように努めていきたいと思っております。

渋川中央病院 理学療法士 相川



平成 20 年 10 月 24 日と 11 月 27 日に渋川市と吉岡町で介護予防サポーター養成研修中級が開催されました。研修内容は「介護予防について～転倒を防ごう～」ということで転倒予防には内的要因(心理・身体)と外的要因(環境)があることをわかりやすく伝えていきました。また、「転倒予防のための筋力トレーニング」というタイトルのもとで、転倒予防をするためには身体の筋力が大切であることを知っていただき参加者に運動のやり方を説明し実際に行ってもらいました。この研修は地域で高齢者をサポートしていく大切な取り組みだと思えました。

渋川中央病院 理学療法士 田波

## 4. 今後の活動予定

- 平成 21 年 2 月 1 日 介護予防まつり in まえばし 介護予防サポーター活動発表パネル展示
- 平成 21 年 2 月 14 日 講演会 第 4 回群馬タウンミーティング「住宅改修～トイレ編～」
- 平成 21 年 3 月 3 日, 10 日, 17 日, 31 日 榛東村介護予防サポーター養成研修 初級・中級

## 5. お知らせ

### 第 4 回群馬タウンミーティング 「いやあ、住宅改修っておもしろい」 ～トイレ編～ 幸せ住まいと優しい街づくりを考える

日時 平成 21 年 2 月 14 日 (土)

13:30～15:00 基調講演 滝村 博 氏 (パナケア真中)

15:10～16:50 タウンミーティング

パネリスト 滝村 博 氏(前掲)・真下宗司氏(身体障害者療護施設 誠光荘 荘長)・  
山口智晴氏(日高病院 作業療法士)・住宅設備機器メーカー担当者  
コーディネーター 平形和久氏(群馬社会福祉大学附属医療福祉専門学校 事務長)

会場 群馬社会福祉大学附属医療福祉専門学校 (前橋プラザ元気 2 1 6 階)

定員 100名

申し込み 群馬社会福祉大学附属医療福祉専門学校 平形(ひらかた)宛 FAX 027-260-1294  
医療法人 菊栄会 渋川中央病院 清水 宛 TEL 0279-60-6565 FAX 0279-60-6566