

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」

2010年10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. 渋川地域リハビリテーション推進協議会を開催しました

平成22年6月9日(水) 13:30より渋川合同庁舎において、平成22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、議事として渋川地域リハビリテーション広域支援センターの平成21年度事業報告、平成22年度事業計画報告を行い承認を得ました。後半は『地域におけるリハビリテーション活動について』と題し、各施設による「独自に工夫した事例紹介」と題したミニ発表と各市町村の「平成22年度に実施を予定している事業」の紹介と座談会を行いました。

2. いきいき介護予防普及啓発事業 ①

※榛東村において下記のように介護予防講演会を実施しました。

・榛東村高齢者ふれあい講座にて講演会

①平成22年7月21日に「高齢者ふれあい講座いきいきトレーニング」が榛東村中央公民館にて開催されました。介護予防のための元気体操、音楽にのせて行う健康体操の紹介、運動に関する〇×クイズを行いました。35℃を超える暑さの大変厳しい日でしたが、20余名の方々に参加して頂きました。体操では実践を交えて行い、みなさん積極的に取り組んでいました。休憩・水分をとりながら、各々の体力に合わせて行いました。体操は無理せず続けることが大切です。引き続き、毎日続けて頂けたらと思います。 【理学療法士 片桐・作業療法士 阿久津】

②平成22年8月18日 「認知症予防について学ぼう」

③平成22年8月27日の高齢者ふれあい講座で「食事と栄養」の回を担当しました。今回は、栄養学の基礎知識や咀嚼嚥下状態に合わせた食事等についてクイズを交えながら講話をさせていただきました。1日の野菜の摂取目標量の写真をお見せしたところ参加者の皆様からは「想像以上に摂取目標量が多かった」という声が目立ちました。また実習として、ご自身でトロミ剤で緑茶にトロミをつけて摂取していただき、トロミの有無による嚥下のしやすさの違いを体感していただきました。初めての緑茶の食感に戸惑われた方も多かったようですが、「こうした食品が市販されていることを知り勉強になった」との感想もいただきました。食べる楽しさを大切に健康的な食生活を送る手助けになれば幸いです。 【管理栄養士 中澤】



【いきいきトレーニング】



【認知症予防について学ぼう】



【食事と栄養】

2. いきいき介護予防普及啓発事業 ②

※吉岡町において下記のように介護予防講演会を実施しました。

平成22年8月30日に、「いきいき健康大学～筋トレの効果と楽しさ～」が吉岡町老人福祉センターにて開催されました。

30名余りの65歳以上の方々に参加して頂きました。講義内容は、筋肉の構造や、どのようにして動かかなどです。その後、実技の時間では、自宅で行える筋トレやストレッチを行いました。みなさんからの質問や、汗をかきながら運動している姿が沢山見られ、積極的に参加されていました。運動の大切さがみなさんに、より一層理解して頂けたのではないかと思います。少しずつ、毎日運動を無理せず行って頂けたらと思います。 【理学療法士 島崎・作業療法士 南】



3. お知らせ

平成22年度 認知症ケア講演会 開催要綱

(社) 渋川市社会福祉協議会 主催、当支援センター共催による『認知症ケア講演会』が下記の内容で開催されます。

【目的】 21世紀は超高齢社会となり、85歳以上高齢者のおよそ25%が認知症高齢者になると予想されています。福祉施設等職員にとっても正しい認知症ケアは喫緊の課題であり、大きな関心を集めています。言葉によるコミュニケーションが十分機能しないアルツハイマー型認知症高齢者に対して、福祉施設等職員は認知症の人とどう接し、どのようにケアをしていけばよいのか。認知症福祉施設等職員に理解してもらうことと、最新の情報に基づく知識を深め、認知症介護の人材育成の推進を目的に開催します。

【日時】 平成22年11月18日(木) 18:30～ 参加無料

【会場】 渋川市子持社会体育館 サブアリーナ
渋川市吹屋658番地10 TEL:0279(24)8148

【講師】 群馬大学医学部保健学科 山口 晴保 教授

【申込締切・定員】 平成22年10月29日(金)まで 定員450名

【参加対象者】 渋川広域圏に住所を有する地域包括支援センター、居宅介護支援、介護老人福祉施設、訪問介護、訪問看護、訪問リハビリテーション、通所介護、通所リハビリテーション、短期入所生活介護、短期入所療養介護、小規模多機能型居宅介護の各事業所に勤務する職員

【連絡及び申込先】 渋川市渋川1760番地1 渋川ほっとプラザ3階
(社) 渋川社会福祉協議会 在宅福祉グループ(担当: 諸田)
TEL:0279(25)0500/FAX:0279(25)1721

平成22年度『市民ふれあい健康まつり』への参加

とき 平成22年10月31日(日) 10:00～15:00

ところ 渋川保健センター(第二庁舎一階)

※当支援センターは、下記の実施内容で参加予定です。

- ・体力測定
- ・リハビリについてのパネル展示
- ・福祉用具展示、体験
- ・健康いきいき体操
- ・リハビリ、介護予防相談コーナー