

第 28 回（生活支援）分科会報告書

1. 開催日時：平成 26 年 12 月 9 日（火） 13：30 ～ 15：00
2. 開催場所：障害者支援施設 陽だまりの里
3. 参加者（所属のみ）：若楠園、夢工房、蓮の実団地、陽だまりの里、年輪の園、八女作業所、サングリーン、社協、城山学園、飛形学園、八女市、リーベル

4. 実施内容

○今回の分科会前に取ったアンケートの集計報告。

○協議：高齢などに伴う下肢筋力の付け方や運動。体の支え方、楽に痛がらずに動く介助方法。
体を使ったレクリエーション。トイレや入浴時の介助方法など。

①陽だまりの里の概要説明（大竹部長）

パンフレットをもとに説明を受ける。今後、就労継続支援 A 型の利用を検討している。

放課後等デイの利用状況について報告。登録 50 名。平均 10～11 名の利用。

②講話：「身体介護について」陽だまりの里

講師：理学療法士 坂本貴子氏

・ PT, OT, ST とは・・・。

- OT:奥が深いもの。身体障害・自立のお手伝い。精神障害・作業の訓練、アルコールの訓練。

- ST:1997 年から国家試験が始まる。人員が少ない。小児から高齢者まで幅が広い。ST がいない時は、OT や PT が対応していた。

・ 陽だまりの里でのリハビリの状況。

4 月よりパート勤務。生活介護モア利用者 28 名中、リハの対象者 17 名。一日 7～8 名行う。

・ なぜ、介護予防が必要なのか？

年齢と共に体力低下や筋力低下は免れない。健康を維持・向上していくことがとても大切。身体障害者は動かしづらい体が、ますます動かなくなる。「少しきついな」と感じる程度の運動が良い。ストレッチは深呼吸をしながら行う（息を止めると筋肉が硬くなる）。歩くことは生活習慣病の予防になる。運動することでバランス感覚も向上し転倒しにくくなる。

・ 介助方法について。

本人の能力を知らないと介助出来ない。出来るところはしてもらい、出来ない所を介助する。例えば椅子からの立ちあがりについて、正常な立ち上がりの動作を確認する。資料に動作について写真が掲載されており、説明を受ける。

・ 腰痛体操、筋力訓練（下肢編）について、実際に参加者で行う。

③質疑応答

・ 城山学園：片麻痺の方の歩行介助について。

⇒患足側に付くのが基本。1 歩目は、本人が出やすい方から。階段（上り）健足から患足をそろえる。（下り）患足を下ろし、健足をそろえる。

・ 拘縮の腕をどこまで伸ばすか？

⇒健手で患手を伸ばすことを毎日繰り返す。痛みの感じ方は人それぞれ。

※今回、実践を交えての講話であり、大変興味深く、各事業所で取り組みたいと感想があった。

又、なかなか他の事業所の見学の機会がなく、成人施設から見れば児童の対応は新鮮で、灌漑深く見学される姿が見受けられた。

多くの事業所で高齢化が進み、介護予防や運動等の必要性を多く感じていることを確認できた。

○分科会終了後、陽だまりキッズの見学。希望者 10 名（対応：大竹部長）