

# 当院の介護予防事業の 取り組み

野田病院

作業療法士 齊藤敦子

作業療法士 高山大輔

# 千葉県野田市の高齢化の現状

- 人口: 154348人
- 高齢者数: 45639人
- 高齢化率: 29.6%
- 要介護(要支援)認定者数

要支援1	要支援2	要介護1	要介護2	要介護3	要介護4	要介護5	合計
846人	1273人	1286人	1379人	1057人	782人	642人	7265人

※平成30年4月1日現在

# 当院の介護予防事業

- シルバーリハビリ体操の養成講師
- オレンジカフェ
- 出張リハビリカフェ



# シルバーリハビリ体操

- 茨城県立健康プラザ管理者の大田仁史医学博士が考案。
- 理学療法や作業療法にある障害学や動作学をもとに考えられている。
- 虚弱化した高齢者の自立・自尊のための92種類の体操を、市民のシルバーリハビリ体操指導士が一般の市民を指導する仕組み。
- 道具を使わず、多額の費用を要することなく、どんな場所でも、どんな姿勢でも行うことができる体操。
- 「いつでも どこでも ひとりでも」

# シルバーリハビリ体操

- 茨城県では平成17年より茨城県健康プラザを中心にモデル事業で開始し、現在指導士8737人。自助・互助の介護予防を成功に導き、近年では茨城県外の市町村、日本理学療法士協会からも注目されている。
- 野田市は平成29年10月より導入。当院は野田市からの委託事業として、PT2名OT2名が養成講師を担っている。
- 業務内容は、指導士養成講座の講師、普及活動の体験教室、指導士の活動支援、指導士のフォローアップ研修。
- 平成30年12月の時点で146人の体操指導士が誕生。市内36カ所で体操教室を開催。来年度は各公民館での定期開催を予定。

# 出張リハビリカフェ

- 元々シルバーリハビリ体操の教室が開催されていた所に、OTが活動支援で訪問。パルシステムでも介護予防を推進しており、当院での取り組みを宣伝し、依頼が来た。
- スーパー(のだ中根店)の休憩所で月に1回。
- 平成30年11月より開始。
- 目的: 地域住民との交流、介護予防や健康、リハビリへの関心、また自助・互助を高める
- 内容は、フレイルや認知症予防の出張講座、体力測定会、個別相談会など。



# 出張リハビリカフェの展望

- 地域との繋がりを作るために、自治会や老人会、サロン、介護ボランティア団体などから依頼を受ける。
- 様々な場所で展開することで、より集いやすく、通いやすい居場所作り。





オレンジカフェ のだ日和では、認知症の方やその家族、また地域の方との交流の場としてどなたでもご自由に参加できます。陶芸などのもの作りや体操を企画しています。認知症について知らない方の参加もお待ちしています。

病院スタッフも参加しているので、日頃の心配事や介護で困っていることなど話してみませんか？



# 医療機関でオレンジカフェを開催することの意義

○医療の専門職がスタッフ  専門的な知識のもと相談

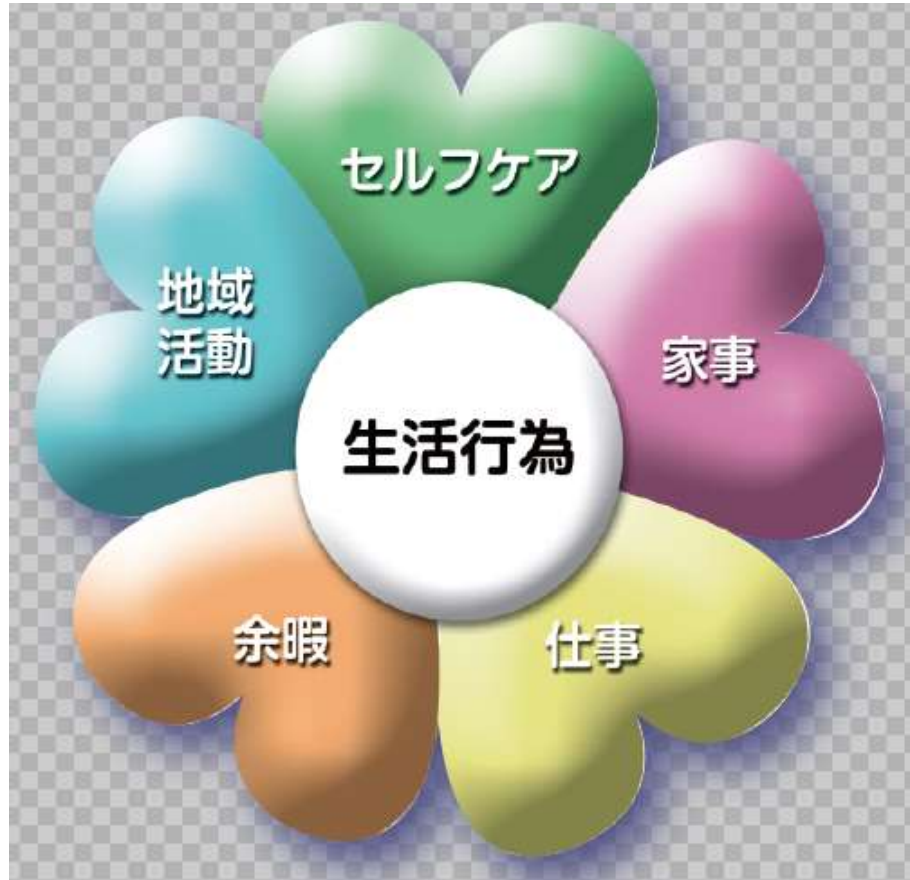
- ☆会話から行動上の問題や認知機能を評価しアドバイス(DASC21など)
- ☆医療への移行がスムーズ(医療サービスとの連携)
- ☆介護への移行がスムーズ(ケアマネージャーとの連携)
- ☆認知機能だけでなく身体機能や生活機能など広い視点
- ☆病院利用者が参加しやすい
- ☆地域包括ケアシステム的一端を担いやすい

## 医療でオレンジカフェを開催することのデメリット

- ☆人件費を担保できない
- ☆病院利用者以外の参加者の確保しにくい
- ☆住民主体の事業に移行しにくい

# 作業療法士がオレンジカフェを通じてできること

当院のオレンジカフェは作業療法士が企画・運営



地域の中で認知症の方や認知症を抱える家族を支えるために必要な知識やマネジメントの視点を持つ作業療法士はその「人」の生活行為を、心身機能や生活能力、社会参加の幅広い視点で見ることができる。

対象者やその家族を取り巻く環境を評価し、適応的に生活するために必要な技能や環境設定を直接的、代償的、社会的な視点で助言できる。

マネジメントの視点により、必要に応じて様々なサービスや環境の利用を提案できる。

# 集客のための工夫

病院の立地上、参加者が集まりにくい



## 広報の工夫

- ・病院内にパンフレット設置
- ・病院HPに掲載(毎月情報更新)
- ・野田市HPに掲載
- ・病院周辺の住宅にチラシをポスティング
- ・外来・訪問・デイケア利用者、家族からの伝播
- ・介護予防事業での宣伝

行政や地域の事業所などとの関係性が大切

	参加人数	ミニ講座テーマ	アクティビティ
4月	7名	認知症について	陶芸 ペットボトルキャップ帽子
5月	7名	嚥下について(ST)	陶芸 絵葉書づくり
6月	7名	認知症の症状について	陶芸 くるくるしゃぼん玉
7月	10名	認知症の方への接し方	陶芸 うちわづくり
8月	3名	地域での介護ケアについて	陶芸 風車づくり
9月	9名	オレンジカフェについて	陶芸 コスモスのリース
10月	10名	フレイルについて(PT)	陶芸
11月	13名	口腔ケアについて 認知症の脳機能について	陶芸
12月	17名	介助のポイントについて	陶芸
1月	15名	骨折について(放射線技師)	陶芸

# 今後の展望

オレンジカフェ →

①リハビリカフェ

②病院カフェ

認知症に限らず地域住民に広く開かれたカフェを実施したい  
高齢者から子どもまで参加できるようなカフェを開催したい  
作業療法士だけでなく各専門職にも対外的活動を

地域住民とともに地域について考えていきたい



# まとめ

- 分野問わず、多くの人との連携

院内の他職種、行政、企業以外にも、地域住民との繋がりを広めていく。

- 介護予防＝まちづくり

超高齢化の現代では、介護予防は、活気のある街づくりの一環。活気のある街は、子供から働く世代、高齢者にも住みやすく、最期まで自分らしく生活できる場所作りになる。すなわち、地域包括ケアシステムの構築になっている。