

### ご挨拶：地域リハビリテーションの新たな展開に向けて

群馬県保健予防課長 真鍋 重夫

整備が遅れておりました地域リハビリテーション体制が、群馬県でもすべての10医療圏域で平成17年10月から動き始めました。すべての圏域で広域支援センターが大きなトラブルもなく運営がスタートされることとなりましたことは、多くの関係者のご協力ご支援の賜物と考えております。広域支援センターの運営には、多くの方々が本来業務を超えて善意と熱意で参加頂いており、関係者に感謝申し上げますとともに、敬意を表する次第です。小生が保健予防課に赴任してきた平成15年春の時点では、山田順一課長補佐（現介護保険室グループリーダー）が地域リハビリテーション体制整備のために、課内で孤軍奮闘しておりました。しかし、この時点でも群馬県地域リハビリテーション協議会はまだ立ち上がっておりませんでした。地域リハビリテーション体制整備の経緯を振り返ってみますと、平成13年に群馬県の医療・福祉・保健・教育などのリハビリテーション関連団体が参加した群馬県リハビリテーションネットワーク（群馬リハネット）の設立が大きな役割を果たしてきたことが分かります。群馬リハネットも、理事長の矢野 亨先生、群馬大学医学部教授山口晴保先生、県医師会副会長鈴木憲一先生をはじめ多くの先生方や数多くの専門職の方々の善意と熱意で立ち上げられたと思います。群馬リハネットを立ち上げた方々が、群馬県の地域リハビリテーション体制整備の基盤をつくられたと思います。

本年4月からの介護保険法改正により、介護予防が法的枠組みの中で重要な位置を確保しました。医療機関における「治療的リハビリ」、介護施設等における「維持的リハビリ」から「介護予防（予防的リハビリ）」へとリハビリテーションの地域でのニーズは着実に拡大しています。特に、介護予防は要介護に至っていない高齢者をも対象とすることから、従来のリハビリ対象者とは比較にならない極めて多数の方々を対象とすることになります。また、対象者だけでなく、提供するプログラムも、筋力トレーニング、栄養改善といった分野だけでなく、認知症や閉じこもり対策プログラムといった多様なニーズに対応できる介護予防プログラムの開発が求められております。ある程度「活動可能な」高齢者が求めるリハビリサービスは、お仕着せのものでなく、本人の望むサービスが求められるため、益々サービスのレベルアップが求められることになるはずで、したがって、これからの地域リハビリテーションは、新しい時代に向かって行かざるを得ないと言えます。群馬リハネットの設立から始められた群馬県の地域リハビリテーション体制整備は、平成18年から新しい時代に突入したと考えられます。

最後に、地域リハビリテーション推進に取り組んで頂いている群馬リハネットの関係者、群馬県地域リハビリテーション協議会や広域支援センターの関係者等すべての方々に、こころより御礼申し上げます。

### 介護予防サポーター研修 解説とコメント

**原点：**「高齢者が自立して尊厳を保ちながら安心して暮らせる地域社会」を創るには、元気高齢者が最大の人材です。元気高齢者に「真の自立支援」、「介護予防」、「安心して暮らせる地域作り」を理解してもらい、元気高齢者が活動の中心になって、

それを行政が支えるような仕組みを作ることが望まれます。市町村や事業者が介護予防の全てを提供する構図ではなく、高齢者が自ら介護予防や介護に取り組むという視点の変換が大切です。

**目的：**主に地域の元気高齢者を対象に、『生活機能

を維持すること(介護予防)の重要性』を自覚し、その知識・方法を習得して地域で介護予防を実践できる人材を育成することを目的とした。H17年度は前橋市の中でも介護予防への意識が高いと思われる地域(芳賀地区に協力を依頼)で、県地域リハ支援センターが主体となってパイロット事業を行った。以下その概要を記す。

**対象者：**初級は一般の方で高齢者を中心に参加を呼びかけ、100名以上の参加があった。中級は地域の元気高齢者でボランティアとして活躍できる方を対象とした。初級参加者の中から20名程度の希望者を募る予定であったが、保健推進員などがまとまって応募され、また初級研修を受けた方の熱意も強く、予想を超える50名ほどの申込みがあった。

**初級研修：**介護予防サポーター初級研修の目的は、なぜ介護予防が必要なのか、またその基本的な知識・方法を理解してもらうという点においた。そして、受講者が、得た知識を近所の人や友達などに広められるようなカリキュラムを考えた。内容は、介護予防総論、廃用症候群の理解、認知症予防、筋トレ教室(鬼石モデル)の紹介と、廃用を防ぐ筋トレや運動の実技、「歯無しにならない話」と題する口腔ケアの講義と健口体操、「一日三回しっかり食べよう」と題する栄養の話で、正味3時間であった。参加者は、長時間にもかかわらず熱心に研修した。さわやかな汗もかき、たくさんの笑顔がみられた。

**中級研修：**中級研修の目的は、介護予防の一般的な知識を身につけることに置いた。修了後は、市町村などが行う特定高齢者向けの地域支援事業のサポートなどができることを目標にした。中級研修は、正味3時間×3回の研修(講義と実習)で、第1回は、介護予防総論(山口)、認知症予防(山口)「食事づくりは頭と身体の老化を遅らせます」と題しての低栄養改善(調理実習を含む;水野)とした。第2回は、「口腔清掃の自立と口腔機能の向上」と題しての口腔ケアの実践(島田)「転倒予防のための運動、健康体操」と題しての講義と実技(斉藤)を行った。第3回は、運動の評価と「暮らしを広げる10のトレーニング」の実践(浅川)、サポーターの役割と地域づくりの秘訣(北原)を行った。回ごとに参加者が多少入れ替わってしまったが、参加者は熱心に講義に聴き入り、実技を楽しんだ。

**介護予防サポーター上級：**中級研修を終えた方が、市町村の地域支援事業などにボランティアとして一定の研鑽を積むと、上級となる。そして、地域(町内会単位)の公民館・集会所などにおいて介護予防教室を開催できる能力を備えてもらう。

**今後：**平成18年度からは、各圏域の地域リハ広域支援センターが、各圏域で介護予防サポーターの研修を行う予定。このため、研修の講師となる方々に対して、マスター研修を6月13日(火)に予定している(詳細は未定)。

**謝辞：**実施に協力頂いた前橋市の職員の方々と県健康運動指導士会の斉藤智子、県栄養士会の水野三千代、県歯科衛生士会の島田千代子の諸氏に感謝する。また、この事業は、群馬県や群馬大学地域貢献特別支援事業の後援を得て開催した。

介護予防サポーター研修部会長 山口晴保

## 実施市町村の立場から

前橋市介護高齢福祉課 北原絹代(PT)

介護予防サポーター研修のパイロット事業は、全4回の延べ参加者250名、研修修了者(全回参加)31名と大盛況のうちに終了しましたが、いくつか課題も残りました。

今後、多くの地域でたくさんのサポーターを育てるために最も重要なのは、最初に研修を開催する地域の選択と人集めであり、同時に最も苦労するところでもあると思います。今回は、団地住民の高齢化という問題を抱えている芳賀地区を選び、公民館職員に地域とのパイプ役をお願いしました。チラシや館報での周知だけでなく、自治会や長寿会の会合に出向き、研修について直接説明していただくなどの全面的な協力があったため、研修の趣旨が正しく地域に伝わり、効果的に人を集めることができました。周知が不十分で人が集まらなかったり、逆に頼み込んで無理に人集めをしたことで地域が「させられている」という意識を持ってしまうと、研修を成功させることは難しく、日頃から地域と信頼関係にあるパイプ役の理解と協力が不可欠であると考えます。

研修内容については、今回はパイロット事業ということで、介護予防の各項目について、専門職が講師となって講義・実技を実施しましたが、ど

の市町村でも行えるような形にするには、マスター制度等を確立し、まず研修を行う側の人材を育てることが重要であると思います。また、サポーターの活用方法は、各自治体の事情によって変わ

ってくると思いますが、どんな場面で活動してほしいのかを明確にし、研修修了後に即戦力として活躍できるよう、ある程度目的を絞り込んだ実践的なカリキュラムを検討する必要もあるでしょう。

## 広域支援センター連絡協議会と県地域リハ協議会の概要と感想

県地域リハビリテーション支援センター長 酒井保治郎

平成 18 年 2 月 23 日午後から県庁 281 会議室で広域支援センター連絡協議会と群馬県地域リハビリテーション協議会が合同で開催された。その概要と感想を報告する。

参加者は協議会委員 15 名（欠席 4 名）、県・広域支援センター関係者 24 名、保健福祉事務所関係者 12 名、県事務局 6 名の計 57 名の参加であった。真鍋県保健予防課長、山口協議会委員長の挨拶の後、まず支援センターからこの 1 年間の活動報告がなされた。昨年度（第 1 回）は県支援センターと広域支援センター 7 圏域 8 箇所からの報告であったが、今年度は全ての圏域で広域支援センターが指定され、10 圏域 11 箇所のセンターが報告を行った。報告の件数が多いこともあり、各センターの発表時間は 5 分に指定され、密度の濃い発表となった。県支援センター（群馬リハネット）、広域支援センターは前橋圏域（老年病研究所付属病院）、高崎・安中圏域（日高病院、榛名荘病院）、渋川圏域（渋川中央リハビリ病院）、藤岡圏域（多野藤岡地域リハビリ研究会）、富岡圏域（公立七日市病院）、吾妻圏域（沢渡温泉病院）、沼田圏域（内田病院）、伊勢崎圏域（伊勢崎佐波医師会）桐生圏域（希望の家療育病院）、太田・館林圏域（宏愛会第一病院）の順で発表があった。

多くのセンターがスタッフ不足の中で、よく活動されていたが、多少の圏域の特殊性などもあり、多少とも活動に苦慮しているセンターもあるように思えた。多くのセンターで、参加者や利用件数は確実に伸びつつあるようで、活動も少しずつ住民に浸透し始め、地域に根付きだした手応えを感じているセンターもあった。しかし各事業は単発で終わってしまいがちで、圏域の中で連携を作っていくことは難しく、いくつかのセンターでは、今後、市町村行政や医師会との十分な連携がポイントになると指摘していた。活動の中で、リハ関連職が一同に会することが、“共通言語をみつけ

る絶好の機会”となっているとの報告もあり、そのような機会を通して、連携が生まれてくることを期待したい。群馬県地域リハビリテーション推進指針にあるように、“できるところからやる”で、活動の継続が重要であると思った。

次に、県地域リハ協議会が開催された。高齢政策課から、介護予防地域リハビリテーション推進事業について説明があった。地域リハビリテーション推進事業は、来年度から県事業として実施され、担当が保健予防課から高齢政策課へ移管することになった。地域リハ支援センターの名称は現行のままであるが、事業費の約 25% は介護予防に振り向けられることとなった。また県として、65 歳以上の健康高齢者を対象に、介護予防サポーターを養成する計画が示された。その後、保健予防課から、来年度の県ならびに広域支援センターの指定については、今年度のセンターをそのまま指定する方向である旨の説明がなされた。地域リハ事業委託料は、来年度は均等割であるが、将来は活動状況等も加味して決定する方向が示された。

最後に県地域リハ協議会と連絡協議会との合同懇談会となった。ある広域支援センターから、県全体の各専門職種が均一な研修を受けられるように、各支援センターで実施している研修事業を県支援センターで管理してほしい旨の要望があった。この点については、現在も希望があれば、県支援センターのホームページに掲載するなど情報提供を行っているので、利用してください。また、介護予防サポーター養成事業は、各広域支援センター担当者向けに是非研修をして欲しいとの要望があった。県支援センターとして、要望に沿う方向で実現したいと企画中です。なお講師バンクについては、利用法に従って広域支援センターで活用していただき、さらに充実したものにしたいと思っています。

# 吾妻地域リハビリテーション広域支援センター大研修

## 「はじめてみよう！地域の輪」に参加して

沢渡温泉病院 作業療法士 荒木祐美

吾妻地域リハビリテーション広域支援センターは、平成16年度は3回の大研修を吾妻地域で実施しました。「はじめてみよう！」をキャッチフレーズに、第1回は体力づくり、第2回は口腔ケア、そして今回の第3回は地域の輪をテーマにしました。今回の研修の目的は、地域リハビリテーションのネットワーク作りの概要を知ること、地域リハビリテーションに関わる職種間の交流を深めることでした。この地域リハビリテーションの概要は、群馬県地域リハビリテーション協議会委員長の山口晴保教授に御講演いただきました。医療や保健・福

祉だけでなく、生活に関わるすべての人々や機関・組織がリハビリテーションの立場から協力し合っていく活動のすべてが地域リハビリテーションであることを対象者の生活改善という視点から説明されました。吾妻地区は、山間部・過疎地であり通所系サービスの送迎が長距離で時間がかかり利用しにくく、訪問系サービスは少ない現状があります。ネットや電話回線を使った遠隔医療・ケアの提案や他県の地域リハビリテーションの提示を行っていただき、それぞれの職種の方々にとって吾妻地区の地域リハビリテーションに対する問題意識を高めることに繋がったと思います。この職種間の交流を深めるために、「在宅支援を考える」というシンポジウムを利用して意見交換をしました。ケアマネ、訪問看護師、作業療法士、町の保健師、保健福祉事務所の方にそれぞれの仕事内容と現状の問題や他職種に求めることなどを話していただきました。さまざまな意見交換を行う中で、立場や支援方法は違っても対象者を「みんなで支えていく」という姿勢は同じものであるということが確認できました。この大研修後のアンケートでこのような意見交換をまた行いたいという声が多く聞かれ、このような交流をもてたことが、山口先生が話された「できることから少しずつ広げる地域ネットワーク作り」の一助になったのではないかと思います。

### 事務局便り(H17.12～H18.3)

#### 群馬リハネット

平成18年3月現在会員等の状況

\* 加入団体 31 団体

\* 賛助会員 団体会員 2 団体

(株)孫の手・ぐんま(旧ハッピーラブハッピー)と、  
榛名荘病院より賛助会費をいただいております。

\* 個人会員 1 名

1.21 H17 年度第2回理事会

1.21 社団法人群馬栄養士会加入 承認  
(申請日 H17.8.17)

#### 群馬県地域リハビリテーション支援センター

12.14 ニュースレター4号発送

12.18 第1回介護予防サポーター研修部会

1.17 第2回介護予防サポーター研修部会

1.21 第4回群馬県地域リハビリテーション研究会

2.07 第3回介護予防サポーター研修部会

2.16 介護予防サポーター研修初級

2.23 第7回群馬県地域リハビリテーション協議会及び  
地域リハビリテーション支援センター連絡協議会

2.27 介護予防サポーター研修中級1

3.09 介護予防サポーター研修中級2

3.13 HP 部会

3.16 介護予防サポーター研修中級3

3.22 第4回介護予防サポーター研修部会

#### 編集デスク

山口晴保 清水尚子

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

群馬県地域リハビリテーション支援センター事務局

群馬大学医学部保健学科理学療法専攻内

Tel/Fax : 027-220-8966

E-mail: tsunoday@health.gunma-u.ac.jp