

PT (=Physical Therapy) とは理学療法の略称です。

P^{ぱわ}erful T^{とさ}osa!

KPTA
2019
第10号

(公社) 高知県理学療法士協会 広報誌



特集 1

私のリハビリ体験記



p.2

特集 2

すべての人に
移動の自由を

リレー・フォー・ライフ



p.4

p.5

未優ちゃんの

認知症講座
Vol.4

p.8



今回は、
認知症の
早期発見
について

私のリハビリ体験記

リハビリ体験記

高知市在住 90歳 男性

「私の体験記」

I 病院。 K 病院。 共に過ごした月日の苦勞に努力。

今思えば、大変だったと感じています。施設に入所して、色んな体験をして過ごしました。

一生懸命リハビリに努めて体調も良き方向に向かつてきました。

家内にも支えられて、ほんとに感謝の気持ちでいっぱいです。

『芸は身を助ける』とのことわざがありますが、カメラにて施設の人たちの和にも恵まれて、ほんとに良かったと思ひ嬉しさでいっぱいです。

こんなことで過ごした、毎日の自分が宝物に恵まれていたかも知れません。

そうして来年は『県展』『オールドパワー展』共に出品を考えています。

これからも頑張つてリハビリを続けていきますので、よろしくお願ひします。

施設の皆様には良いお年が迎えられますように願っています。

近藤 輝代彦

インタビュー当日、このようなワープロで作った原稿を持参して来られ、利用者様主導（笑）で始まりました。

平成21年に頸椎症の手術をされたのが最初で、その時に初めてリハビリを体験されたそうです。なんとその時のリハビリの担当が私の奥さんだったようで、数年後、当施設で私が担当になるとは思いもよりませんでした…

当施設は平成29年からご利用されていますが、それまでに転倒し頭部外傷をおって生死の境をさまよったことを涙ながらに話してくださいました。その後、脊柱管狭窄症を患い、車椅子生活が頭をよぎる中、必死でリハビリを頑張ったそうです。「辛いことや止めたいと思ったことは？」と質問すると、「そんなことを言える状況じゃなかった」「こうやって元気に施設に通えるようになるまでに10年かかった。あの時の努力があるから今があると思っている」と答えてくださいました。

施設入所当初は車椅子を使用され、できる能力はありましたが人や環境に依存されている面があり、何



県展入選作品「一生懸命」

度も話をして理解してもらおうとしたことを思い出します。ですが現在は歩行器や独歩での歩行も可能になっており、スタッフや周りのご利用者様に気さくに声をかけるなど、ムードメーカーの役割も担ってくれています。

もともとは奥様に頼って生活をされていたようですが、現在は奥様曰く「自分の事は自分でしてくれるようになったので助かっている。元気なうちに色々チャレンジして欲しいと思う」とのことでした。

また、若い頃からカメラに取り組まれていたようで、『写真アルバム 高知市の昭和』にも何点かの写真が掲載されています。実際に見せて頂きましたが、高知の自然や文化、生活に密着した写真がモノクロで表現されており、昭和の時代を今に伝える貴重なものでした。現在では、施設内行事ごとにカメラを持参していただき、撮影、後日印刷までして利用者様、職員に配ってくれています。その成果もあり、昨年の県展では写真部門で見事入選！そこでご本人に聞いてみました。「今後の目標や希望はありますか？」すると、「県展には現在まで49回連続入選している（！）。来年入選できれば50回になるので、それを目標にしている」とのこと。さらに「オールドパワー展への出品も先生方にすすめられている。それにも取り組んでみたい」と力強く答えてくれました。

これからもどんどん新しい目標に向かって頑張ってください。我々もサポートさせていただきます。

(介護老人保健施設あいおい 理学療法士 松本陽介)



県展入選記念バッジ 左
写真アルバム 高知市の昭和 右



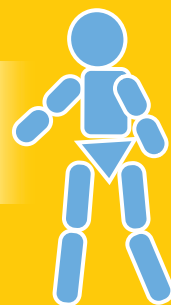
写真アルバム「高知市の昭和」より



写真アルバム「高知市の昭和」より

「すべての人に移動の自由を」

トヨタ自動車 リハビリテーション歩行支援ロボット
「ウェルウォークWW-1000」



近森リハビリテーション病院 理学療法士 高 芝 潤

日本におけるロボティクス産業は、製造や流通の業務効率化を実現した産業機械の分野から始まり、人型のロボットによるコミュニケーション分野において目覚ましい発展を遂げています。その中で、医療・ヘルスケア分野でもロボティクスの技術が生かされ、実用化されていることは近年のトピックスとなりつつあります。

当院では、2015年よりトヨタの歩行練習アシストロボットの臨床研究に参加し、2018年5月よりリハビリテーション支援ロボット「ウェルウォークWW-1000」を導入致しました。回復期リハビリテーションでは、在宅復帰が大きな目標の一つであり、日常生活において歩行での移動を獲得することは、目標達成に大きくつながるひとつの要因となります。現在の歩行のリハビリテーションにおいて、患者様に合わせた難易度の調整は重要であり、効率的に運動学習するためには適切な課題設定が必須となります。この点において、ウェルウォークは歩行状態のフィードバック機能や、患者毎のアシスト量の調整が可能であり、重度な患者であっても初期の段階から自然な歩行と十分な練習量を確保することができます。その成果として、歩行自立までの期間が短縮することが認められており、また当院の結果でも、通常の訓練と比較し、歩行自立に繋がりやすく、移乗などの立位場面の改善度も高いことが分かっています。

リハビリテーション支援ロボットは、理学療法士が行う歩行練習の幅を広げ、療法士にも患者様にも少ない負担で、且つ効率的に訓練の実施が可能であることが特徴です。歩行練習以外にも上肢訓練のロボットや介護ロボットなどが臨床導入されており、ロボティクス産業が医療分野で身近となることは、リハビリテーションの選択肢を広げることに間違いのないでしょう。



2018

リレー・フォー・ライフ

いずみの病院

濱尾 英史

リレーフォーライフはアメリカ対がん協会（ACS）が国際ライセンスを持っている企画で、日本では公益財団法人日本対がん協会（以下、対がん協会）にライセンスが与えられています。がん患者さんやそのご家族を支援し、地域全体でがんに向き合い、がん征圧をめざすチャリティー活動です。

リレー・フォー・ライフ活動の締めくくりとして2日間のイベントを開催します。会場ではチームの仲間とタスキをつなぎ、夜通し歩きます。

高知県では2018年10月20日（土）、21日（日）に高知大学医学部のグラウンドにて24時間チャリティーイベントが開催され、（公社）高知県理学療法士協会は今年度も参加し、会場でチームの仲間とタスキをつなぎ、夜通し歩きました。

私は21日の昼に参加しました。前夜は冷え込みもあったようでしたが、当日は天候にも恵まれ、絶好の歩き日和となりました。短時間の参加でしたが、参加者の方々と接し、がんリハビリテーションについての意見交換ができたりと、とても有意義な時間を過ごすことが出来たように感じます。

前夜にはスタッフの皆さんが用意して下さった、おでんやバーベキューを堪能し冷えた体を温めながら皆さん楽しく参加したというお話も伺いました。

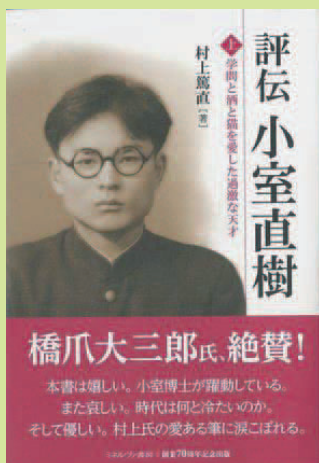


次年度開催の折も是非とも参加させていただき、イベントを盛り上げることが出来ればと思います。

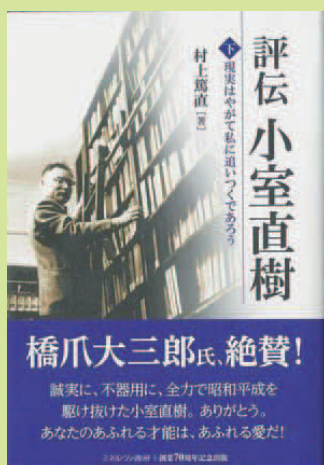
なお、一般の方もチームを組んで参加可能なイベントとなっております。ご興味のある方は relayforlife.jp/kochi/ をご覧ください。

「評伝 小室直樹 (上) (下)」

村上篤直 (著) (ミネルヴァ書房 2018)



上
学問と酒と猫を愛した過激な天才



下
現実はやがて私に追いつくであろう

ゴーン・ショックの本質は、かつて小室直樹が言った「日本の会社は共同体であり利益は会社のものであるが、欧米では富は個人に直接分配される」にある。よって、日本と欧米では利益分配の文化が全く違い、日本では利益は社員に分配するが欧米では経営者に多くの富が分配されるのは当然だという、日本vs欧米の意識闘争であるため、この件はすんなりと一件落着とはならないのだ。「日本は会社が共同体」から抜け出していないことは、本書にも『資本主義中国の挑戦 (1982年発行)』の一部引用を載せてある。

あらためて、小生の書棚にある「小室直樹」著書を数えてみたところ、ほとんどはカッパビジネスであるが、30冊くらいの蔵書があった。小生も『ソビエト帝国の崩壊』以来の「小室」信者であったわけだ。しかしいつの間にか、ぷつぷつと新刊が発売されなくなり、どうしてなのかと思った記憶もある。そして、ほとんど忘れていた頃に、新聞に訃報記事が載った。

小室直樹がどのような人であったのか。それまでの著書を読んだ小生の人物像は、想像で一片の経済学に詳しい社会学者だと思っていた。しかし本書を読むと、小室直樹は破天荒な人生を過ごした、天才だったことがわかる。多くのエピソードとして吹き出すような生活ぶりも書かれているが、「小室直樹」理論もしっかり掲載され解説されている。

『ソビエト帝国の崩壊』に陶醉した皆さんも、「小室直樹」を知らない年代の皆さんにも、「小室直樹」の本当の姿を知ってもらいたい。そして「小室」論がいまでも通用する名論卓説であることを…。

(山本双一)

街角探訪

道の駅 なかとさ

道の駅なかとさは、**Shopping**（買う）、**Eating**（食べる）、**Amusement**（遊ぶ）の頭文字をとり「SEA プロジェクト」と銘打っておられるようで、様々な店が軒を連ねており、皆さんが楽しめる空間かと思います。



今回の「街角探訪」は
2017年7月にオープンした
「道の駅なかとさ」の紹介です。



スイーツ&レストラン
風工房



旬を楽しむ。
マルシェなかとさ



パン工房
岩本こむぎ店



車椅子トイレも
完備されています

次いで、「道の駅なかとさ」より海岸沿を東方面へ向かった先に津波避難タワーが造られております。こちらは、普段は展望台として一般開放もされており、階段もしくはスロープを上ることで展望スペースへ行くことができます。展望台からは、太平洋の大海原も一望できます。



津波避難タワー



道の駅なかとさ

〒789-1301 高知県高岡郡中土佐町久礼 8645-2

【お問い合わせ】

株式会社 SEA プロジェクト

TEL 0889-59-9090 FAX 0889-59-9091

未優ちゃんの認知症講座

Vol.4

今回は、**認知症の早期発見**について、
発見のポイント・相談先等の紹介
をさせていただきたいと思います。

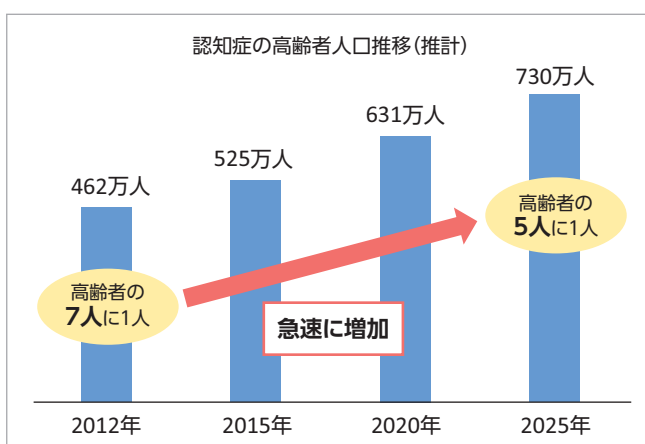


【認知症高齢者の現状】

65歳以上の認知症高齢者数と有病率の将来推計では、2012年は認知症高齢者数が462万人と、65歳以上の高齢者の約7人に1人（有病率15.0%）でしたが、高齢化の進展に伴い認知症の人はさらに増加すると予測され、2025年には約5人に1人になると推計されています。

そのような中、認知症の診断や治療の開始時期が早期であればあるほど症状の進行は緩やかになることが分かっており、認知症予防および早期発見・早期治療を行う事の重要性が近年謳われております。

ここからは、早期発見するためのポイント、疑われる場合の相談先等などをお知らせしていきます。

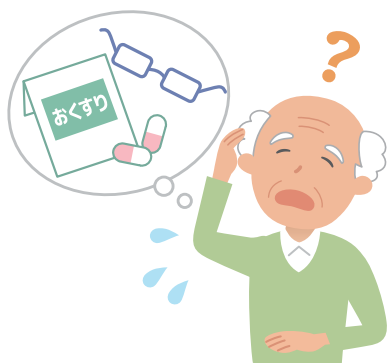


※出所:厚生労働省「日本における認知症の高齢者人口の将来推計に関する研究(平成26年度厚生労働科学研究費補助金特別研究事業九州大学二宮教授)による速報値」
※各年齢の認知症有病率が上昇する場合の将来推計

早めに医師に
相談してね



認知症早期発見「認知症かなと思ったら」



ためらわず、早めに医師に相談する事が大切です。

認知症は老化による物忘れとの区別が付きにくい病気といわれていますが、日常で「あれ?」と感じたり、日常生活で困ることが増えてきたら早めにかかりつけ医などに相談しましょう。

認知症は早期に正しく診断されることで適切な治療が受けられ、治療可能な認知症であれば進行予防のみならず症状の改善も期待できます。

【認知症早期発見のポイント】～軽度認知障害にみられる変化の例～

軽度認知障害にみられる変化の例

1

- ① 外出するのが面倒になる
- ② 外出時の服装に気を遣わなくなった
- ③ ゴミの出し忘れや曜日を間違えることが増えた
- ④ 洗濯をしても干すのを忘れてしまう
- ⑤ 同じものを買ってしまう失敗が増えた
- ⑥ 同じことを何度も話すが増えたと言われる
- ⑦ 長時間会話すると疲れる、おしゃべりが楽しくない
- ⑧ 小銭での支払いが面倒で、お札で支払うことが多くなった
- ⑨ 入浴がおっくうになった
- ⑩ 手の込んだ料理を作らなくなった
- ⑪ 味付けが変わったと言われる
- ⑫ 車を擦ることが増えた

3個以上当てはまるときは、もの忘れ外来などで診察してもらいましょう。

(監修：鳥取大学医学部 浦上克哉教授)



参考 軽度認知障害

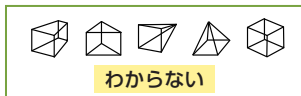
MCI 早期発見テスト (監修：鳥取大学医学部 浦上克哉教授) 2

家族や友人など、誰かに採点してもらってください。
まずは、次の3つの言葉を1回ずつ声に出して覚えてください。

さくら・うし・じどうじゃ

【問題】

- Q1 今年は平成何年ですか？
Q2 きょうは何月ですか？
Q3 きょうは何日ですか？
Q4 きょうは何曜日ですか？
Q5 右の図形を違う角度から見たものを、
下の5つの図形の中から1つ選んでください。



* 軽度認知障害 (MCI : Mild Cognitive Impairment)

参考 軽度認知障害

MCI 早期発見テスト (監修：鳥取大学医学部 浦上克哉教授) 3

Q6 右の図形を違う角度から見たものを、
下の5つの図形の中から1つ選んでください。



Q7 先ほど覚えてもらった言葉を、3つ選んでください。

うめ ねこ でんしゃ わからない
きく うし ひこうき
さくら いぬ じどうしゃ

【回答】

Q1～4は、カレンダーでご確認ください。Q5 (一番右)、

Q6 (一番左)、Q7 さくら、うし、じどうしゃ

2つ以上間違えた場合は、一度、専門医にみてもらうことをお勧めします。

上段に1～3の図がございます。このほかにも早期発見のポイントがありますが、いくつか思い当たることがあれば、かかりつけ医などに相談してみましょう。

または、各自治体の地域包括支援センターや社会福祉協議会、高齢者支援センターなどにも相談窓口があります。

その他には



・認知症コールセンター

TEL : 088-821-2818

月曜日～金曜日 (土・日・祝日・年末年始を除く)
午前10時～午後4時

お問い合わせ先：

認知症の人と家族の会

〒780-0870 高知市本町4-1-37

高知県社会福祉センター内

・高齢者総合相談センター

TEL : 088-875-0110

毎日 (第2日曜日・祝日・年末年始を除く)
午前9時～午後4時

お問い合わせ先：

高知県社会福祉協議会介護普及・相談課

高知市朝倉戊375-1

高知県立ふくし交流プラザ1階

等でも認知症における様々な相談、高齢者と家族が抱える福祉、保健、医療、法律等に関する様々な相談に応じていただけます。

身の回りの相談窓口

地域における福祉・保健・医療・その他の公的な相談窓口を掲載しています。

【高齢者福祉】

① 高齢者の福祉に関する相談 在宅福祉、認知症高齢者、高齢者の虐待防止、 老人クラブ、住宅等改造支援など	県庁 高齢者福祉課 月～金 8:30～17:15 ① 088-823-9627 ② 088-823-9786
② 介護保険に関する相談	
認知症に関する相談	社団法人 認知症の人と家族の会 【認知症コールセンター】 月～金 10:00～16:00 088-821-2818
介護サービスに関する困りごと、苦情など	高知県国民健康保険団体連合会 苦情相談窓口 月～金 9:00～16:00 088-820-8410

【障害者福祉】

障害者の福祉に関する相談 身体障害者手帳・療育手帳、在宅障害者支援、 災害時要援護者支援、障害者自立支援など	県庁 障害保健福祉課 地域生活支援担当 月～金 8:30～17:15 088-823-9634
心身の発達に不安や心配のある児童に関する相談 障害児入所施設の利用に関する相談	高知県立療育福祉センター 相談部 月～金 9:00～17:00 088-844-0035
身体障害者の生活・職業・補装具等に関する相談 知的障害者の生活・職業・療養手帳等に関する相談	高知県立療育福祉センター 相談部 月～金 9:00～17:00 088-844-4477
障害者の日常生活や福祉、介護、就労に関する 相談	社協 障害者相談室 【障害者110 番】 9:00～16:00 (第2日曜日、祝日、年末年始を除く) 088-828-8400
視覚障害者の生活相談、訓練に関する相談	高知県立盲学校 視覚障害者生活訓練指導員室 月～金 9:00～17:00 088-823-8820
障害者の雇用促進に関する相談 職業相談、職業能力の判定、職業訓練など	独立行政法人 高齢・障害者雇用支援機構 高知障害者職業センター 月～金 8:45～17:00 088-866-2111

【精神保健】

精神的な悩み、精神障害、社会復帰に関する相談 アルコール依存症、ひきこもり、その他心の健康に関する相談	高知県立精神保健福祉センター【心のテレ相談】 月、水～金 13:00～15:00 088-823-0600
ひきこもりに関する相談	ひきこもり地域支援センター 月～金 8:30～17:30 088-821-4508

【健康づくり・医療薬務】

健康づくりに関する相談	県庁 健康対策課 月～金 8:30～17:15 088-823-9674
医療に関する相談	県庁 医事薬務課 医療相談窓口 月～金 9:00～12:00 13:00～16:00 088-823-9668
薬物に関する相談 自分自身や家族等の薬物乱用で困っている方	県庁 医事薬務課 薬物相談窓口 月～金 8:30～17:15 088-823-9797

【国保】

医療保険に関する相談 医療保険制度（国民健康保険、高齢者医療、診療報酬）、医療費適正化計画など	県庁 国保指導課 月～金 8:30～17:30 国保担当：088-823-9646 高齢者医療担当：088-823-9645 保険医療担当：088-823-9645
--	--

【その他】

日常生活自立支援事業（地域福祉権利擁護事業） 福祉サービス利用援助、日常的金銭管理サービス、書類保管サービスの実施など	社協 地域生活支援課 月～金 8:30～17:15 088-844-9019
生活福祉資金の貸付、修学支援などに関する相談	社協 生活福祉資金課 月～金 8:30～17:15 088-844-4600
福祉サービスに関する苦情	社協 生活福祉資金課 月～金 8:30～17:15 088-844-4600
車の運転に関する相談 高齢者講習、熟年学級、など	運転免許センター 8:30～17:30 088-893-1221

問い合わせや相談については、上記の高知県庁や高知県社会福祉協議会等のほか、各市町村担当係、福祉保健所、市町村社会福祉協議会、または、民生委員、児童委員まで連絡をしてください。

入院・入所中の方は、施設内に相談窓口が設置されている場合もありますので、各施設へお問い合わせください。

編集後記



流行っていますね。平成最後の〇〇〇。というわけで、平成最後の「ばわふるとさ」です。

さて、今回も盛りだくさんの内容となっております。「リハビリ体験記」では、改めて「目標」というものが、人間にどれほどの活力をみなぎらせるかという事を再認識できたと共に、生死の境をさまよったからこそ感じられる「生きている事の有難さ」「感謝」というものが伝わってくる内容でした。

特集2では、「近森リハビリテーション病院」に導入されております。「ウェルウォーク」の紹介を掲載しております。

未優ちゃんの認知症講座では、今後ますます増加する事が予測されている、認知症の早期発見ポイントを掲載しております。早期発見する事で、その後の経過が変わってることが紙面上に掲載されております。

今回も盛りだくさんの内容となっておりますので是非ともご覧ください。

公益社団法人 高知県理学療法士協会 広報部長 小松 由典

御意見、御要望等ありましたら、下記連絡先までお願いします。



高知県理学療法士協会のシンボルマークです。

ばわふるとさ 第10号 平成31年3月10日発行

発行所 公益社団法人 高知県理学療法士協会

(連絡先) 〒781-5103 高知県高知市大津乙 2500-2

土佐リハビリテーションカレッジ 理学療法学科内

TEL & FAX : 088-866-7533

<http://www.kopta.net/index.htm> e-mail: kouhou@kopta.net

発行者 宮本 謙三

ばわふるとさ編集委員会

