



スキルアップ研修報告

「高齢者の心理と対応」

～幸せな人生を共有するために～

特別養護老人ホーム 生活相談員 高山啓一先生

まず高玉真光センター長の挨拶が行われ、楽しくユーモアある挨拶で、会場の雰囲気は和やかになりました。その後、今回の高山先生の講演が始まりました。

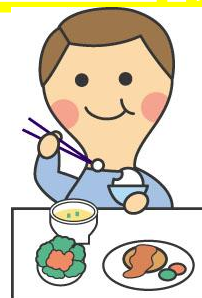
講演内容は、まず初めに高齢者の心理として、「暦年齢と認知年齢に影響を及ぼす原因」「高齢者の方を理解する」「生活の質」等を話していただき、次に高齢者の対応として、「援助者の課題」「役割意識とプライド」「高齢者の知覚と生活、行動」「老年期の精神障害」「望ましい対応」「望ましくない対応」等を話していただきました。高齢者の孤立を防ぐ事が大切であり、一人ひとりを個人としてとらえ、その人らしい生活・暮らしを援助する必要がある、それに従い基本的な欲求だけでなく社会的な欲求が満たされることで生きている意欲

がわいてきて自己実現が確立される。また、高齢者援助の基本は、「自己実現をめざす援助」「自立支援」「高齢者のニーズに対する援助」であり、尊厳的態度で親和性を維持し、高齢者の気持ちに寄り添うことが大切であるとおっしゃっていました。参加された介護予防サポーターの方たちの感想には、「参考になった」「実践につながる」「わかりやすかった」などの意見が多く寄せられ、皆さん笑顔で会場を後にしていました。

介護予防サポーターの方たちの実践もさることながら、家族や地域に対する関わり等、自己の生活に関連付けることができていたように見えました。そのため、介護予防における地域のつながりは非常に重要であり、今後も重要性が高まっていくのではないのでしょうか。



脳卒中片麻痺者の食事動作 ～楽しく食べるために！～



群馬医療福祉大学附属リハビリ専門学校 作業療法士 阿部真也先生

今回は、作業療法士の先生を講師としてお迎えし、身体の麻痺などから体を動かすこと・支えることが思うようにならない方でも安全に楽しく食べられる方法についてお話いただきました。

講師の阿部先生はリハビリ施設にて自ら作業療法士として経験を積まれたのち若き作業療法士を養成する立場になられたご経験から、専門的かつ一般の方により実践しやすい方法の提案をお話いただきました。

まず食べる際の食べ物の取り込みから飲み込みまでに関わる器官の場所と動態について説明いただいた後、実際の食事姿勢や首の向きによって飲み込みやすさにどのように影響するか、その安全性や手の使いやすさの確保のためにどのような体勢をとるのが望ましいかをお話いただきました。またその体勢を維持するために、車いす上で足の位置・机の高さ・枕やクッションの入れ方の調整を具体的に示していただきました。デモンストレーションとして実物の車いすを用意し、当院スタッフがモデルとなり良い例、悪い例、さらに不安定な姿勢を補正する作業を見

せていただきました。そして体の支えの難しい方のみならず、麻痺の方に併発しやすい半側空間無視という症状を持つ方について話がありました。半側空間無視というのは、片側への意識や注意が向きにくくなる症状で、それにより食事でも片側半分を食べ残しても気づかずにいたり、用意されている食事に対して“気づきにくい半分”に寄っている食べ物が自分にだけ用意されていないと訴えたりすることもあります。そのような対象者に対しても、姿勢や手の位置を工夫するだけで“気づきにくい半分”に少しでも意識を向けられるようになる例を教えてくださいました。

会場には介護士、ケアマネージャー、看護師など、対象となる方々に職場で接しておられている参加者も多く、質疑応答では具体的な事例を挙げて講師からアドバイスをもらう場面もあり、それぞれの職場や在宅で活用できるヒントを得られる研修会となりました。



豆知識 歩行補助具のご紹介（その③）

今回は杖についてご紹介させていただきます。一言に「杖」といっても、現在様々な杖があり、杖の性能や使い方、利用者様の身体状況を考えて選定することが必要です。代表的な物を3種類ご紹介します。



<ステッキ・T字型つえ>
グリップと支柱のみ一本の脚による杖。比較的歩行バランスの良い方、適度な握力のある方に適しています。少し足腰の力が弱くなってきた方にお勧めします。

<多脚つえ>

3～4本の脚で歩行姿勢を支えます。平らな空間での使用に適しています。T字型つえでの歩行が不安定な方にお勧めします。

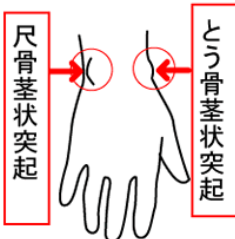


<ロフストランドクラッチ>

握る部分と前腕を支持するカフとで構成されています。そのため握力が弱い場合でも使用可能です。その他手首の力が弱い方などにお勧めします。



『杖の高さって一体何処に合わせればいいのか？』って皆さん思いませんか？



それは「腕を下ろした時の手首の高さ」です。手首の高さは左図を参考にして下さい。



編集デスク 宮田・原田・木田

発行 財団法人 老年病研究所附属病院

連絡先 Tel 027-253-5165 Fax 027-252-7575

Eメール koukishien@ronenbyo.or.jp
ホームページ <http://www.ronenbyo.or.jp/>

編集後記

今年度のニュースの発行も今回で最後になります。来年度もよろしく
お願い致します。