

## 地域リハOT 便り vol.11

令和 4年

12 月

地域リハビリテーション部では、地域に貢献に向け、行政や各種団体からの依頼（講師や委員など）に対応できるよう、各市町に担当部員を配置し、連絡、調整を行っています。

地域リハOT便りを通じて、地域で活躍する各市町の作業療法士の取り組みを紹介します。

今回は、度会町での取り組みについて、紹介します。

### 度会町での取り組み（地域リハ部・度会町担当：成川峰子）

度会町では月1回の個別ケア会議に参加させていただいている縁もあり今回、介護予防一般高齢者事「介護予防サポーター育成講座」の講師をさせていただきました。

介護予防サポーターは、介護予防養成講座を受講した方が、町内イベントで町オリジナルの健康体操の普及活動を行ったり、ウォーキングイベントなどで運動促進事業のスタッフとして活動したりしています。そして毎年サポーター向けに、介護予防を目的とした様々なテーマで講座を受講されるとのことです。



テーマは「元気な生活を続けるための秘訣☆」とのことで、身体機能・認知機能低下の予防方法やコグニサイズの実践、各関節の痛みに応じた日常生活動作上の工夫方法など話させていただきました。

講座には60代～80代の22名の方が参加され、一般高齢者ということもあり参加された方のほとんどがリハビリテーションを受けた経験がないということで、生活の中での素朴な疑問点「杖って四点と一点があるけどどちらがいいの？やっぱり四点がいいの？」や「腰が痛いけど、どの向きで寝る方がいい

の？」などの質問が多く飛び交い、後日の振り返り際には“自分の今の生活に直結した話が聞けて良かった。”との声をいただき、こちらも非常に有意義な時間を過ごさせていただきました。

度会町には大きな医療施設がないため、近隣の伊勢市・玉城町・南伊勢町と共に在宅医療・介護連携支援センターを通じて連携を行っています。作業療法士が在籍している施設もないため、今回は作業療法を知っていただく良い機会になったかと思います。

県内全ての各市町で“作業療法”と出会える場が作れるように、今後も地域リハ部の活動に尽力していきたいと思っております。

